† VARSANUFIE,
Arhiepiscopul Râmnicului

Răbdarea, exercițiu al maturității duhovnicești

Societatea contemporană se definește prin accelerare, instantaneitate și orientare obsesivă spre eficiență. Progresul tehnologic, globalizarea și cultura digitală au remodelat profund raportarea omului la timp, la fapte și atitudini, generând o mentalitate a urgenței permanente. În acest context, nerăbdarea nu mai este doar o slăbiciune individuală, ci o trăsătură structurală a vieții, cu implicații sociale și spirituale majore, ale căror efecte sunt legate de irascibilitate și de lipsa de atenție la problemele celuilalt. Persoana nerăbdătoare percepe obstacolele externe – persoane, situații, limite – ca surse de perturbare a propriei voințe, reacționând prin iritare, impulsivitate sau agresivitate (fizică ori verbală). Așadar, nerăbdarea alimentează irascibilitatea, iar aceasta, la rândul ei, consolidează o stare permanentă de nemulțumire.

Această interdependență dintre nerăbdare și irascibilitate reflectă o criză a răbdării însoțită de o **neînțelegere a sensului său teologic și duhovnicesc**. Răbdarea nu mai este percepută ca virtute, ca mod de participare la lucrarea lui Dumnezeu în timp, ci este redusă la o simplă toleranță psihologică sau la o formă de pasivitate nedorită. În lipsa acestei perspective, suferința, întârzierea și neîmplinirea sunt trăite exclusiv ca eșecuri, nu ca momente ce prilejuiesc sporirea duhovnicească.

Totodată, lipsa răbdării împiedică exersarea iubirii față de aproapele și compromite pacea lăuntrică. Răbdarea, în schimb, este virtutea care devine prilej de sporire duhovnicească.

O privire atentă în spiritualitatea ortodoxă vădește faptul că răbdarea nu este doar o virtute morală cerută omului, ci un atribut dumnezeiesc, revelat în iconomia mântuirii și experimentat de om ca lucrare a iubirii divine. Răbdarea lui Dumnezeu exprimă modul de a Se raporta la libertatea creată, la cădere și la istoria mântuirii, fiind inseparabilă de milostivire, iubire și fidelitate.

Sfânta Scriptură ne încredințează că Dumnezeu este „îndelung-răbdător” (*Ieșirea* XXXIV, 6)[1], însă această răbdare este orientată nu spre tolerarea

1 „Domnul, Domnul Dumnezeu, milostiv și îndurător, îndelung-răbdător și mult-milostiv” (Ieșirea XXXIV, 6).

păcatului, ci spre **întoarcea omului la comuniunea cu Dumnezeu** și nicidecum spre ignorarea, disprețuirea bunătății Sale: „Au disprețuit ei bogăția bunătății Lui, și a îngăduinței, și a îndelungii Lui răbdări, necunoscând că bunătatea lui Dumnezeu te îndeamnă la pocăință” (Romani II, 4).

Lipsa răbdării împiedică exersarea iubirii față de aproapele și compromite pacea lăuntrică. Răbdarea, în schimb, este virtutea care devine prilej de sporire duhovnicească.

...răbdarea autentică este legată de smerenie, de încrederea în pronia divină și de recunoașterea limitelor umane în judecata cauzelor suferinței.

În Vechiul Testament, răbdarea lui Dumnezeu se manifestă în mod deosebit în raport cu neascultarea poporului ales. Istoria mântuirii, așa cum este consemnată în Sfânta Scriptură, poate fi citită ca o istorie a răbdării lui Dumnezeu față de neascultarea și păcatele oamenilor. Dumnezeu rabdă păcatul nu pentru că îl acceptă, ci pentru că respectă libertatea persoanei și așteaptă întoarcerea păcătoșilor, fapt pentru care proorocii au interpretat amânarea pedepsei nu ca slăbiciune, ci ca expresie a dorinței lui Dumnezeu de a oferi timp pentru pocăință (Iona IV, 2; Ieremia XV, 15). Astfel, răbdarea nu este opusul dreptății divine, ci modul ei mântuitor de manifestare în timp. Trebuie remarcat faptul că răbdarea lui Dumnezeu nu compromite neschimbabilitatea firii divine: „Dumnezeu, fiind prin fire nepătimaș, Se arată îndelung-răbdător față de noi prin iconomia iubirii, nu suferind schimbare, ci lucrând mântuirea noastră”, învață Sfântul Maxim Mărturisitorul[2], iar Sfântul Atanasie cel Mare subliniază că Dumnezeu nu Se schimbă în raport cu păcatul omului, ci omul este cel care se schimbă în raport cu bunătatea constantă a lui Dumnezeu[3].

Răbdarea este, așadar, așteptare continuă a lui Dumnezeu pentru întoarcerea omului la comuniunea cu Sine, într-o manifestare deplină a libertății omului, după cum reliefa Sfântul Siluan Atonitul: „Domnul are multă răbdare cu noi, pentru că ne iubește; iar iubirea nu silește, ci așteaptă”[4].

Model al răbdării în Vechiul Testament este Iov, spune Sfântul Apostol Iacov: „Ați auzit de răbdarea lui Iov și ați văzut sfârșitul rânduit de Domnul” (Iacov V, 11). Iov a devenit simbolul omului credincios care nu se frânge sub povara durerii. Sfântul Ioan Gură de Aur remarca că suferința lui Iov „nu a fost biruitoare, ci l-a înălțat, căci răbdarea lui a devenit pildă tuturor celor care, de bunăvoie, primesc încercările”[5]. Prin răbdare, Iov și-a păstrat nădejdea în Dumnezeu, chiar când simțurile și rațiunea cereau răspunsuri imediate. Sfântul Isaac Sirul a văzut în răbdarea lui Iov și

2 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Răspunsuri către Talasie*, 59, PG 90, 609C.

3 Sfântul Atanasie cel Mare, *Cuvânt contra elinilor*, 40, PG 25, 80B.

4 Sfântul Sofronie Saharov, *Sfântul Siluan Athonitul*, Essex, 1999, p. 327.

5 Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omilii la Cartea lui Iov*, Omilia II, în PSB, vol. 19, EIBMBOR, București, 1997, pp. 55–59.

o dimensiune contemplativă: „Cel ce rabdă precum Iov nu se leapădă de Dumnezeu, ci își păstrează inima vie, așteptând lucrarea Lui cea tainică și învățând să nu judece după aparențe”[6]. Această perspectivă arată că răbdarea autentică este legată de smerenie, de încrederea în pronia divină și de recunoașterea limitelor umane în judecata cauzelor suferinței.

Revelarea deplină a acestei îndelungi răbdări a lui Dumnezeu se realizează în persoana Mântuitorului Hristos, Care a asumat condiția umană, suferința și moartea, pentru a îndumnezei firea umană, mai întâi ontologic și apoi prin lucrarea Harului, în cei care se unesc cu El: „Cuvântul lui Dumnezeu S-a unit cu firea omenească pentru ca, prin această unire, firea omenească să se facă dumnezeiască prin har”[7]. Prin Mântuitorul Hristos, Dumnezeu nu doar a arătat răbdarea Sa, ci o așază drept cale a desăvârșirii. „Îndelunga răbdare” a Fiului lui Dumnezeu a devenit model pentru cei ce vor crede (I Timotei I, 16), pentru că: „El a luat asupra Sa durerile noastre și cu suferințele noastre S-a împovărat” (Isaia LIII, 4). Răbdarea a fost legată de kenoză și a revelat sensul mântuitor, anticipând asumarea crucii de către Mântuitorul Hristos.

Fiul lui Dumnezeu nu doar vorbește despre îndelunga-răbdare a Tatălui, ci o și întrupează. Răbdarea Sa este, așadar, nu doar o simplă virtute, ci manifestarea istorică a modului de a fi al lui Dumnezeu față de om.

Așadar, în persoana Mântuitorului Hristos, răbdarea lui Dumnezeu a devenit vizibilă și personală. Dacă în Vechiul Testament răbdarea divină a fost cunoscută prin iconomie, „Îndurat și milostiv este Domnul, îndelung-răbdător și mult-milostiv” (Psalmul CII, 8), în Mântuitorul Hristos aceasta a fost trăită nu doar ca o simplă suportare a suferinței, ci ca asumare liberă, inseparabilă de încredințarea Sa totală Tatălui, spre nimicirea păcatului și mântuirea oamenilor.

Fiul lui Dumnezeu nu doar vorbește despre îndelunga-răbdare a Tatălui, ci o și intrupează. El este „chipul Dumnezeului celui nevăzut” (Coloseni I, 15), ceea ce implică faptul că toate virtuțile atribuite lui Dumnezeu se arată în mod personal în viața pământească a Mântuitorului Hristos. Sfântul Dumitru Stăniloae insista asupra caracterului personal al lui Dumnezeu și asupra faptului că toate atributele divine sunt trăite în relație. Răbdarea Sa este, așadar, nu doar o simplă virtute, ci manifestarea istorică a modului de a fi al lui Dumnezeu față de om. „Recapitularea” firii umane în Hristos a inclus și asumarea răbdării ca mod de relaționare cu slăbiciunea și păcatul omului. Sfântul Dumitru Stăniloae a evidențiat faptul că „Hristos rabdă nu doar suferința, ci și refuzul, necredința și ura oamenilor, fără a înceta să îi iubească. Aceasta este forma supremă a iubirii

6 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoință*, Cuvântul 37, Ed. Deisis, Sibiu, 2000, pp. 183–185.

7 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Ambigua*, 5, în *Filocalia*, vol. III, EIBMBOR, București, 1981.

mântuitoare”[8]. În Sfânta Scriptură vedem că răbdarea Mântuitorului s-a manifestat nu doar în Patimi, ci pe tot parcursul activității Sale: în relația cu ucenicii neînțelegători, cu fariseii ostili, cu mulțimile schimbătoare. A culminat pe cruce, unde răbdarea a devenit iubire răstignită, pentru că „putea să piardă lumea, dar a ales să rabde pentru ea”[9]. Crucea reprezintă punctul culminant al răbdării mântuitoare. Fiul lui Dumnezeu nu a ocolit suferința, nu a scurtat-o prin putere dumnezeiască, ci a străbătut-o în deplină ascultare, fapt pentru care Sfântul Isaac Sirul a văzut în aceasta o revelație a iubirii dumnezeiești: „Crucea este rodul răbdării lui Dumnezeu cu lumea și cu păcatele ei”[10]. Mântuitorul Își asumă Patimile „până la capăt” (Ioan XIII, 1). „Hristos rabdă până la capăt refuzul omului, dar nu încetează să-l iubească; aceasta este forma supremă a răbdării dumnezeiești”[11], învață Sfântul Dumitru Stăniloae. Această perseverență în ascultare revelează dimensiunea răbdării ca act hristologic și nicidecum de resemnare, ci voit, căci „Domnul a suferit nu din neputință, ci din voință, pentru ca prin răbdarea Sa să vindece stricăciunea noastră”[12].

Astfel, voința umană a fost restaurată și adusă la capacitatea de comuniune liberă cu Dumnezeu. „Prin răbdarea Sa în patimi, Cuvântul a tămăduit voința omenească de neascultare”[13], a biruit păcatul, a vindecat voința umană și a deschis calea mântuirii, prin care omul participă la viața iubitoare și răbdătoare a lui Dumnezeu, încât „Biserica trăiește din răbdarea lui Hristos, Care continuă să poarte slăbiciunile mădularelor Sale”[14]. Intrată în logica răbdării iubitoare, care nu evită crucea, ci o transformă în izvor de viață, „răbdarea Mântuitorului Hristos nu umilește, nu constrânge, ci vindecă”[15].

Intrată în logica răbdării iubitoare, care nu evită crucea, ci o transformă în izvor de viață, „răbdarea Mântuitorului Hristos nu umilește, nu constrânge, ci vindecă”.

De aceea, omul este chemat să reflecte în viața sa îndelunga-răbdare dumnezeiască, atât în raport cu propriile neputințe, cât și cu aproapele[16]. Pentru viața creștinului, răbdarea devine modul concret de asumare a crucii. Lipsită de răbdare, crucea este trăită ca absurditate; asumată cu răbdare, ea devine loc al întâlnirii cu Dumnezeu, după modelul filocalic.

8 Sfântul Dumitru Stăniloae, *Teologia Dogmatică Ortodoxă*, vol. II, București, 2003, p. 189.

9 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoință*, în *Filocalia*, vol. X, trad. D. Stăniloae, București, 1981, p. 392.

10 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte ascetice*, Cuvântul 27, trad. Sfântul D. Stăniloae, București, 1981.

11 Sfântul Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau restaurarea omului*, IBMBOR, București, 1993, p. 214.

12 Sfântul Atanasie cel Mare, *Despre întruparea Cuvântului*, 25, în PG 25, 192.

13 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Ambigua*, 42, în PG 91, 1345.

14 Ioan I. Ică jr., *Canonul Ortodoxiei*, vol. II, Sibiu, 2008, p. 214.

15 Constantin Coman, *Puterea cuvântului*, București, 2011, p. 121.

16 Jean-Claude Larchet, *Terapia bolilor spirituale*, Sophia, București, 2001, p. 214.

În *Filocalie*, răbdarea este una dintre virtuțile fundamentale ale vieții duhovnicești, tocmai pentru că își are izvorul în Dumnezeu. Omul este chemat să rabde pentru că Dumnezeu rabdă mai întâi. Evagrie Ponticul leagă răbdarea de cunoașterea lui Dumnezeu: „Cel ce a cunoscut pe Dumnezeu rabdă toate cu bucurie, știind că Dumnezeu rabdă neîncetat pentru mântuirea lui”[17].

Răbdarea ascetică nu este așadar resemnare, ci participare la modul de a fi al lui Dumnezeu. Sfântul Isaac Sirul exprimă această participare într-un limbaj profund teologic: „Așa cum Dumnezeu rabdă fără să Se mânie, tot astfel cel ce a cunoscut Harul rabdă fără tulburare”[18]. Totodată, răbdarea Mântuitorului a devenit măsura și criteriul autenticității vieții duhovnicești, întrucât „cel ce rabdă necazurile cu mulțumire calcă pe urmele lui Hristos”[19], iar „dacă nu rabzi ca Hristos, nu-L cunoști încă pe Hristos”[20]. În perspectiva patristică și filocalică, această răbdare nu este doar obiect de contemplare teologică, ci normă de viață și cale de îndumnezeire pentru credincios, după cum învață Sfântul Maxim Mărturisitorul: „cel ce a ajuns la dragostea desăvârșită rabdă toate, asemenea lui Dumnezeu”[21].

În *Filocalie,* răbdarea este una dintre virtuțile fundamentale ale vieții duhovnicești, tocmai pentru că își are izvorul în Dumnezeu. Omul este chemat să rabde pentru că Dumnezeu rabdă mai întâi.

Pentru a ajunge la desăvârșire, Biserica se descoperă a fi locul privilegiat în care îndelunga răbdare a lui Dumnezeu se face prezentă, lucrătoare și perceptibilă în mod concret în viața credincioșilor.

În cultul Bisericii, Dumnezeu nu constrânge libertatea omului, ci Se oferă neîncetat, așteptând răspunsul credinciosului. Această „așteptare” dumnezeiască este expresia răbdării Sale, care se prelungește în timpul liturgic, unul al răbdării și al sfințirii, în care Dumnezeu Se dăruiește omului nu instantaneu sau constrângător, ci potrivit ritmului creșterii sale duhovnicești. Structurarea celor șapte laude bisericești, privegherile și Sfânta Liturghie reflectă îndelunga răbdare a lui Dumnezeu, Care „le rânduiește pe toate în timp, potrivit măsurii fiecăruia”, conducând creația „de la început spre desăvârșire”[22].

Participarea la viața liturgică formează în cei credincioși o dispoziție interioară de răbdare, ca răspuns la răbdarea lui Dumnezeu. În acest sens,

17 Evagrie Ponticul, *Capete despre rugăciune*, 95, în *Filocalia*, vol. I, p. 92.

18 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte*, 51, în *Filocalia*, vol. X, p. 401.

19 Sfântul Marcu Ascetul, *Despre legea duhovnicească*, 142, în *Filocalia*, vol. I, p. 211.

20 Sfântul Sofronie Saharov, *Sfântul Siluan Athonitul*, Essex, 1999, p. 341.

21 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Capete despre dragoste*, IV, 77, în *Filocalia*, vol. II, p. 102.

22 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Ambigua*, 10, în *Filocalia*, vol. III, traducere de Sfântul Dumitru Stăniloae, Ed. Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 1981, pp. 103–106.

experiența liturgică nu este doar expresia răbdării divine, ci și mediul în care această răbdare se întrupează eclezial. Răbdarea structurează astfel întreg parcursul spiritual. Postul, privegherea și pocăința sunt acte care cer timp și perseverență. Mai mult decât atât, în comunitatea Bisericii, fiecare persoană învață asceza răbdării, însă învață și să rabde neputințele celuilalt și să trăiască iubirea ca jertfă, Sfântul Isaac Sirul subliniind că „iubirea nu grăbește vindecarea, ci o așteaptă cu lacrimi și nădejde”[23], întrucât adevărata iubire este întotdeauna răbdătoare. De aceea, Sfântul Apostol Pavel îi îndeamnă pe membrii comunității creștine să-și „poarte sarcinile unii altora” (Galateni VI, 2), indicând că răbdarea față de neputințele aproapelui este o formă de participare la jertfa lui Hristos. Răbdarea devine astfel „maica mângâierii, iar cel ce rabdă moștenește bucuria”[24].

Bucuria izvorâtă din răbdare este o realitate duhovnicească profundă. Răbdarea creează spațiul în care Harul poate lucra fără constrângere, transformând suferința asumată și așteptarea într-o experiență a sensului și a prezenței dumnezeiești. În această perspectivă, bucuria apare ca roadă a Duhului, împreună cu dragostea, pacea, îndelunga-răbdare” (Galateni V, 22).

Sfântul Apostol Pavel exprimă această legătură atunci când afirmă că „necazul aduce răbdare, răbdarea încercare, iar încercarea nădejde” (Romani V, 3–4). Bucuria este, astfel, rodul unei maturizări duhovnicești, al unei treceri prin timp fără abandonarea încrederii. Sfântul Isaac Sirul subliniază că „răbdarea este temelia bucuriei celei adevărate, căci ea naște pacea inimii”[25], indicând că bucuria nu este opusul suferinței, ci transfigurarea ei. Sfântul Maxim Mărturisitorul afirmă că „Cel ce rabdă în necazuri devine părtaș al bucuriei viitoare și al cunoașterii tainelor dumnezeiești”[26]. Răbdarea devine inseparabil legată de nădejdea eshatologică: „Prin răbdarea voastră veți dobândi sufletele voastre” (Luca XXI, 19).

În Hristos, bucuria izvorâtă din răbdare capătă dimensiune pascală. Crucea, trăită în ascultare și răbdare, se deschide spre Înviere, iar bucuria care urmează nu este exterioară pătimirii, ci consecința ei mântuitoare. Sfântul Maxim Mărturisitorul arată că „cel ce rabdă pătimirile pentru Hristos se face părtaș bucuriei Lui, încă din viața aceasta”[27]. Această bucurie este anticipare a Împărăției Cerurilor, unde va cunoaște în chip nemijlocit o „bucurie negrăită și preaslăvită” (I Petru I, 8), ca rod al comuniunii statornice cu Dumnezeu.

23 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoință*, Cuvântul 90, Ed. Deisis, Sibiu, 2000, pp. 412–414.

24 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoință*, Cuvântul 64, trad. Pr. Dumitru Stăniloae, Ed. Deisis, Sibiu, 2000, pp. 298–300.

25 Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoință*, Cuvântul 34, trad. Sfântul Dumitru Stăniloae, Ed. Deisis, Sibiu, 2000, pp. 165–167.

26 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Capete despre dragoste*, I, 27, în Filocalia, vol. 2, EIBMBOR, București, 1981, pp. 67–68.

27 Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Capete despre dragoste*, IV, 78, în Filocalia, vol. 2, EIBMBOR, București, 1981, pp. 142–143.

Bucuria izvorâtă din răbdare este o realitate duhovnicească profundă. Răbdarea creează spațiul în care Harul poate lucra fără constrângere, transformând suferința asumată și așteptarea într-o experiență a sensului și a prezenței dumnezeiești.

Această bucurie duhovnicească relevă prezența lui Dumnezeu în inima aceluia care s-a arătat a fi îndelung-răbdător și care, mai înainte, a descoperit, ca roade alese ale răbdării: pacea lăuntrică, nădejdea statornică și iubirea jertfelnică.

Această sinergie duhovnicească o regăsim în cântările Triodului, unde răbdarea este prezentată ca „împreună-lucrare" cu postul: „Îndelunga răbdare și postirea ta mi-ai arătat mie, Doamne, ca pe o cale a mântuirii"[28]. În Canonul Postului Mare, Sfântul Ioan Damaschin arată că „postul trupului este începutul răbdării, iar răbdarea deschide inima pentru cunoașterea și iubirea lui Dumnezeu"[29].

În perspectivă eshatologică, înțelegem că nerăbdarea împiedică curăția inimii și tulbură pacea sufletească, întrucât, spune Sfântul Ioan Gură de Aur, „cine se grăbește și nu așteaptă cu smerenie, rămâne străin de Har"[30], nerăbdarea indicând neînțelegerea profunzimii lucrării Harului.

Așadar, răbdarea rămâne esențială pentru împărtășirea Harului, ca formă de statornicie în virtute, fiind strâns legată de curățirea minții, de liniștire și de participarea la energiile necreate ale lui Dumnezeu. Un aspect esențial este relația dintre răbdare și iluminarea minții. Mintea, tulburată de patimi și de graba dorințelor, nu poate primi lucrarea Harului în mod curat. De aceea, este necesară o așezare lăuntrică, dobândită în timp, prin răbdare, care devine, în acest sens, criteriu de discernământ și pavăză împotriva rătăcirii duhovnicești.

Răbdarea devine astfel mediul în care Harul lucrează, se adâncește și rodește. Ea este expresia concretă a credinței că Dumnezeu lucrează în timp, în taină, pentru ca omul să se facă treptat părtaș vieții veșnice, nu prin constrângere, ci prin comuniune.

Lucrarea acestei virtuți transpare în viața duhovnicească precum un fir discret, dar esențial, care leagă nevoința omului de pogorârea Harului dumnezeiesc și nu de forma de rezistență la anxietate și burnout.

În sens autentic, ea este statornicie a inimii în așteptarea lucrării lui Dumnezeu fără revendicări, fără grăbire și fără tulburare. În această perspectivă, devine criteriul maturității duhovnicești, care face posibilă perceperea treptată a împărtășirii Harului dumnezeiesc.

28 Sfântul Andrei Criteanul, în *Triod*, EIBMBOR, București, 2005, pp. 134.

29 Sfântul Ioan Damaschin, în *Triod*, EIBMBOR, București, 2005, pp. 112–115.

30 Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omilii la Epistola către Romani*, Omilia IX, în PSB, vol. XXX, EIBMBOR, București, 1999, pp. 146–147.