

## Pe loc, repaus!



General de brigadă dr.  
**Maricel POPA**  
maricelpopa@presamil.ro

• Sunt și unele lupte în care sabia sau pistolul pot fi înlocuite, cu mult mai mult succes, de cuvinte. De altfel, ele, cuvintele, sunt cele mai vechi arme albe ale omenirii. • În lume se află și unele lucruri mult mai frumoase decât frumusețea. Mai ales în lumea morală. • Nimic nu face mai mult ca efemerul să devină atât de ridicol, decât pretenția lui la eternizare. • A trăi înseamnă efortul deus de fiecare pentru a supraviețui termenului de garanție stabilit de destin. • Orice om are o problemă atunci când, pentru a afla adevărul apelează doar la gaura cheii. • Experiența este o mamă cu foarte mulți copii. • Secretul oamenilor întreprinzători constă în faptul că, atunci când se află în perioade de așteptare sau de repaus, nu stau degeaba și mai fac așa, câte ceva. • Nu există artă a războiului care să nu fie centrată pe trei elemente esențiale, care o și determină: forța, resursele și strategia. • În pofida aparențelor, omenirea nu s-a maturizat deplin. Dovadă faptul că, urmare a acestei cauze, din când în când, și pe ici, pe colo, prostia, boala sau nebunia mai pot ajunge la putere. • Oamenii care nu se tem de dușmani sunt, de fapt, cei care nu au prieteni. • Oricât de bine ar fi realizată o planificare, ea nu include în sine garanția obținerii rezultatului scontat. Pasul următor trebuie să fie concretizarea ei în muncă. • Nu putem vorbi despre toleranță cu oamenii care nu acceptă diferența de opinie, diversitatea punctelor de vedere. Tragedia nu constă în faptul că nu putem vorbi cu ei; dar nu ne putem înțelege, altfel. • Din punctul de vedere al sacralului, triumful de aur al succesului unei vieți este reprezentat de dragoste, credință și speranță. • Cine știe mai mult și mai multe decât șeful lui, și nu face efortul de a ascunde acest lucru, își asumă tot riscul care derivă de aici. • Atenție la modificările sau transformările succesive. Uneori, ele pot aduce sistemul la nivelul inițial. • Înțelept poate fi și omul care are puterea de a transforma o înfrângere, un eșec în ceva benefic. Măcar ca o lecție învățată. • Normalitatea este o stare banală. Din punctul acesta de vedere, haideți, vă rog, să fim banali! • Apă vie, medicament, balsam, drog, otravă... Iată numai câteva dintre calitățile posibile ale cuvântului... • Dumnezeu este marele maestru al umorului universal. De altfel, umorul este una din cele mai sigure și mai la îndemână căi de a rămâne în legătură cu Dumnezeu.

## Liniștea interioară

✎ Cecilia SFETCU

Trăim într-o lume agitată. La tot pasul, vezi oameni ce se înghesuie și sembrăncesc în stațiile de autobuz, de parcă ar fi ultimul mijloc de transport care ar putea să-i ducă la destinație. Pe carosabil, nici mașinile nu mai au loc. Șoferii sunt nervoși și își aruncă cuvinte grele. Pe stradă, oamenii gesticulează și vorbesc tare, ca și cum problemele lor ar fi cu mult mai importante decât ale altora. Ce se întâmplă cu noi? Unde ne-am pierdut răbdarea, calmul și echilibrul care, sigur, au existat cândva? Cum să le recâștigăm? Dar, mai ales, cum să le menținem? Cum să ajungem la acea stare de liniște interioară, care generează calmul și echilibrul ce răzbat dincolo de ființa noastră? Dar, ce este, de fapt, liniștea interioară? De unde vine și cum putem ajunge la ea?

Liniștea interioară vine din straturile cele mai profunde ale subconștientului nostru. Este permanent prezentă în ființa noastră, numai că nu avem timp să o observăm. Uneori, suntem tentați să credem că starea de bine ce ne înundă ființa, când admirăm un tablou, ascultăm muzica preferată, citim o carte al cărei mesaj ne impresionează sau suntem în prezența persoanei iubite, este similară cu liniștea interioară. Eroare gravă. Nu pentru că ne-ar trăda simțurile în acele momente, ci pentru simplul fapt că starea de bine durează doar cât este prezent stimulul. Aceeași stare de bine o avem și atunci când, prin diferite tehnici, reușim pentru scurt timp să intrăm în rezonanță cu energia cosmică. Liniștea interioară este cu totul altceva.

Am vrea să dobândim liniștea interioară cât mai repede, nu să ajungem la ea. Însă, acest lucru nu e cu puțință, atâta timp cât mintea noastră este acaparată de dorințele pământești. Sfântul Simeon (cunoscut ca Simeon Noul Teolog, sec. X) spunea că nu poți avea liniște decât atunci când simți prezența lui Dumnezeu în tine. *Pentru cei care privesc trușește, Dumnezeu nu este nicăieri. În schimb, pentru cei ce înțeleg duhovnicește, El este pretutindeni.*

În ortodoxie, procedeu liniștirii este binecunoscut. În cartea sa *ISIHASMUL sau meșteșugul liniștirii*, Vasile Andru arată că *ortodoxia s-a însoțit cu isihasmul încă din secolul XV.*

Rugăciunea isihastă, *orațio mentis*, este o convorbire cu Dumnezeu când gândurile tac. Oricât de mult ne-am strădui să facem acest lucru, de unii singuri, ne-ar fi cu neputință. Atunci când ingenucheați fiind îi cerem lui Dumnezeu ajutor pentru a depăși greutatea zilnică sau îi mulțumim pentru reușite, ceea ce facem este, de fapt, un monolog, chiar dacă Tatăl Ceresc ne aude, fiind mai aproape de noi decât ne-am putea închipui vreodată. Adevăratul dialog are loc numai atunci când îl auzim pe Dumnezeu. și pentru a-l auzi glasul, trebuie să facem să tacă gândurile noastre, ne spune Andru. *Câtă vreme nu tac gândurile, nu vei auzi altceva decât pe tine însuși.* De ce trebuie să tacă gândurile? Pentru că adevăratele gânduri (încărcate numai cu mesaje pozitive) le au doar cei capabili de o înaltă trăire spirituală și creativă, iar aceștia sunt extrem de puțini. *La noi, ceilalți, chinuții contem-*



Octavio Campo: SĂRUTUL MĂRII

*porani, gândurile nu sunt gânduri, ci bruiaj senzorial, tendințe agresive, dorințe și poște, griji. Sunt manifestări ale egoului, regresii în trecut, obsesii despre viitor, risipă energetică.* Dar această tăcere a gândurilor nu înseamnă oare o renunțare la ego, o a doua naștere, după cum spune Iisus? Cum să iertăm, cum să iubim, când suntem agitați, neliniștiți, cu mintea încleștată doar pe problemele zilnice? Atunci când înțelegem că fără voia lui

Dumnezeu nimic nu este posibil, când lăsăm grijile în seama Lui, fiind convinși că pe calea cea dreaptă toate au o rezolvare, atunci ne simțim, cu adevărat, eliberați de toate greutățile ce ne apasă.

Liniștite și sărace, inimile noastre sunt copleșite de Sfântul Duh, sunt umplute de iubirea necondiționată. **Liniștea este un umil, dar sigur drum către iubire, iar Dumnezeu nu este altceva decât iubire.**

### Rupând un trandafir

*Rupând un trandafir din scurta noastră vară  
Vedeam fugarul chip al toamnei ce-a urmat  
Murim cu frunza pală ce s-a uscat spre seară  
și a căzut cu fruntea de solul ce-a-nghetat.*

*Văzându-l veșted azi de-amurgul ce-l condamnă  
Arunc îndată gândul spre tot ce a fost ieri  
Am înflorit cu vara și am murit în toamnă  
Cu dragostea răpusă acestor mari dureri.*

*Frumoaso, tu și eu, în scurta noastră vară  
Purtată prin iubire, adânc să ne-amintim!  
Renaște trandafirul în altă primăvară  
Dar noi murim pe veci și nu mai retrăim...*

### Lupta cu rațiunea

*Deschid cutia cu scrisori a inimii;  
Nicăcând sălbatic de tăcere nu migram  
Pe ulițe neumbrate de privire și-ntuneric  
În celelalte răspunsuri ale firii  
Cutremurând și ultima picătură  
Căzută pentru înălțare și mândrie  
Alături de rămasul-bun și răgazul  
Unui deslușit cuvântător neindemânatic  
De va rupe privirea unei lumânări  
La care viața pălpăie o clipă  
și stoarce mustul unui început  
Va crea pentru sine propriul imperiu  
În care regele bântuit de boală  
Se sinucide pentru o izbândă.*

*Adrese neștiute mă duc spre împăcare  
Din ultima-nvățare am rupt sigiliul foii  
În care șiroia tot sângele cu care*

## IOAN GROSARU REDIVIVUS...

### Adevărul care doare

*Partea de rușine, glasul fără sunet  
Corul de neliniști, vâzul de ruină  
Solul ne-mplinirii, apa care seacă  
Zgomotul ce surpă imnul de lumină.*

*Mărunțișul firii, cartea parolată  
Rânduri deformate, pajiști care mor  
Palidul orgoliu fără însușire  
Aripi frânte-n golul învechit de zbor.*

*Toate prinse-n gustul falsului decor  
Scoase la lumină, gem de ne-mplinire.*

*Astea-s adevăruri care ne mai dor...*



*Am survolat prin margini de ispită  
și pajiști rătăcite prin tăcere.  
Pe lacul din apropiere mătasea broastei  
șesută pentru un semn de recunoaștere*

*Va diviza particule de lumini  
Pentru vietățile comune.  
În închisoarea minții, stau tolănit  
Odihnindu-mă după lungul somn de nepăsare  
Agăț pe perete tabloul legendar,  
Oglinda vorbitoare a eroului pierdut  
Pajiștea unui copac tăiat pentru a muri  
și a renaște (lemn aurit) rama unui chip  
Viu în trăsături și mort în procreare.  
De aș ști să-l înțeleg, aș culege  
Toate semnificațiile care mi le transmite  
Prin privirea mea rece și străină.*

*I-aș cânta melodii compuse la focul apelor  
I-aș pune un pumn de țărână la căpătâi  
și un pahar cu apă sărată la picioare  
Dacă aș intra pentru o secundă în spațiul larg*

*Al imaginii vorbitoare, mi-aș  
înțelege rostul  
M-aș feri de consecința primului păcat  
Aș aprinde lumânarea pentru cărarea  
Prăfuită ce o voi urma.  
Aș distinge cercul de pătrunderi ale inimii  
În necunoscutul care măsoară  
Orice clipă din existență și aflare.*

*Dacă nu deosebești întunericul de lumină  
Dacă apeși pe butonul unei sonerii străine  
Dacă umbli pe o sfoară neștiind  
unde se termină  
Dacă cuvântul citeț îți dă bătaie de cap  
Rațiunea se ucide pe sine.*

*Frunzele ucise timpurii de furtună  
Mai trăiesc un coșmar după cădere  
S-ar ucide încă din aflarea...*