

TOBULOS MALDOS KELIAS

Apie maldą į Jėzų ir Dievo malonę

ŽODIS SKAITYTOJUI

Brangūs broliai ir seserys!

Tai knyga, kuri atveria ypač sunkaus kelio – nuolatinio maldos kalbėjimo ir dvasinio tobulėjimo – tolimus horizontus. Šis savo apimtimi kuklus, tačiau kupinas gilių dvasinių įžvalgų darbas daugeliui trokštančiųjų padės žengti išsigelbėjimo keliu, laimėti sunkią dvasinę kovą.

Knyga yra labai vertinga kiekvienam, nes autorius joje atveria savo ypatingą asmeninę patirtį, per kurią prieš mūsų akis atgyja senoji stačiatikių tradicija, jau du tūstančius metų žmonėms nurodanti kelią iš žemės į dangų. Per savo gyvenimą man teko daug perskaityti šia tema, todėl galiu teigti, kad šiame darbe yra pateikti labai svarbūs maldos praktikos aspektai, kurie dar niekur nebuvo nurodyti.

Vidinio tobulėjimo kelias yra atviras tiek vienuoliui, tiek pasauliečiui, atviras bet kokiai širdžiai, tyrai ieškančiai Dievo. Kasdienė malda mūsų laikais tampa labai svarbi, nes šiuo metu žmonės savo gyvenimą vis labiau sieja su šiuo materialiu pasauliu, jie darosi vis mažiau pajėgūs siekti aukštesnių dvasinių vertybių.

Nėra abejonių, kad ši knyga, kuri parašyta Dievui stipriai atsidavusio žmogaus, su didele meile įsigilinusio į nepaliaujamos maldos ir dvasinio tobulėjimo kelią, ir kuri praradus rankraščius su dideliu supratimu ir atsidėjimu buvo perrašyta jo mokinių, taps dvasiniu gydomuoju maistu visiems, kurie trokšta Teisybės.

Georgijus Brejevas
Maskvos miesto metropolitas
LEIDĖJO ŽODIS

Prieš Jus darbas, parašytas XX a. 6-ojo dešimtmečio pabaigoje vienuolio arkivyskupo Antonijaus, kuris dalijasi savo asmenine patirtimi apie nuolatinės tobulos maldos etapus ir gyvenimą dvasinio tobulėjimo link. Tai buvo metas, kada mūsų šalyje buvo labai sunku gauti dvasinės literatūros ir tokie tekstai kaip šis buvo didelė retenybė. O šiais laikais, kada yra gausybė įvairių asketiškų knygų, šis darbas gali būti naudingas tam, kuris nori pasisemti Stačiatikių Bažnyčios maldos patirties. Knygoje asmeninės patirties pagrindu yra pateikta šventųjų tėvų tobulo meldimosi tradicija – apibendrintai išdėstyta šventųjų tėvų – asketų mokymas apie maldą į Jėzų ir Dievo malonės veikimą. Biografinių žinių apie arkivyskupą Antonijų beveik neišlikę, o išlikusios labai prieštaringos, todėl neįmanoma pateikti jo biografijos. Žinoma tik tiek, kad jis mirė 1976 m. Tačiau tai nė kiek nesumenkina šio darbo vertės, nes juk ir ikona netampa mažiau vertinga dėl to, kad jos autorius nežinomas. Juk darbai, daromi Dievo garbei, yra bendrabažnytinė nuosavybė.

Redaktorius

IVADAS

„Mano Tėve, jeigu įmanoma, teaplenkia mane ši taurė. Tačiau ne kaip aš noriu, bet kaip tu!“ (Mt 26, 39). Čia išreikštos dvi mintys – „Viešpatie, pasigailėk manęs“ ir „Tiesie Tavo valia“ – sudaro maldos į Jėzų esmę. Pirmiausia reikia žinoti, kad malda į Jėzų yra tikrosios atgailos, nurodytos Viešpaties Jėzaus Kristaus, pagrindas. Ši malda išmoko besimeldžiantį atskirti savo valios norus, mylėti Dievą labiau nei kūrinius, nuoširdžiai nusižeminti, tikrai pažinti save, nepasikliauti savimi, viską, kas gera, priskirti Dievui, o ne sau, ir už viską Jį šlovinti.

Malda į Jėzų suartina žmogų su Dievu, o susitaikymas su Dievu pagimdo tikrąją meilę artimui. Malda sujungia sielą su jos Jaunikiu – Viešpačiu ir tampa pokalbiu tarp Viešpaties ir sielos. Kalbėti maldą į Jėzų pradedama nuo žodinių pastangų, kol pasiekiamos gilios dvasinės maldos gelmės, kas padeda žmogui įgyti tikros dvasinės išminties, o verčiausieji „tai tie, kurie

nesusitepę su moterimis“ (Apr 14, 4), pasiekusieji tikrąjį dvasinį skaistumą, ir įgijusieji aukščiausiąją dorybę – regimąją malda.

Malda, joje veikiant žodžiui, protui, širdžiai ir Šventajai Dvasiai, turi atitinkamus pavadinimus. Ji būna žodinė, kuriama protu ir kuriama protu bei širdimi. Šios trys maldos rūšys pasiekiamos dar žmogui esant senosios būsenos, tai yra dar iki visiškai atsiduodant Dievo valiai. Kitos dvi maldos rūšys yra pasiekiamos besimeldžiančiam apsivalius širdį nuo aistrų ir nuodėmės, o šios maldos vadinamos proto ir širdies savaimine malda, kuri kalbama veikiant Šventajai Dvasiai, bei tyra proto ir širdies malda. Paskutinioji malda yra giliai dvasinė, kuri išugdo visas dorybes ir per jas žmogui leidžia pasiekti tobulą dvasinę išmintį, nes yra visų dorybių motina. Pačių verčiausiųjų siela per šią malda susijungia su Dangiškuoju Jaunikiu į vieną dvasią. Žmogus tuomet įgyja aukščiausiąją dovaną – regimąją malda. Tuomet, susijungęs su Viešpačiu, jis regi ir suvokia didžiasias Dievo paslaptis bei Jo išmintį, visa savo dvasios esybe šlovina Šventąją Trejybę, didžiausiu turtu savo širdyje laikydamas Dievą.

Malda kelyje pas Dievą tampa dvasiniu proto ginklu, nes kovojama su tamsos dvasiomis, kurios veikia per aistras, kovojama su pačiomis aistromis, kūnu ir pasauliu, kurie patys priklausydami žemei prie žemės ir traukia. Malda – dvasios kalavijas – visus šiuos pulkus nukerta, juos padarydama visiškai neveiksmingus, apnuogindama blogio bejėgiškumą prieš Dievo galybę, leidžia suvokti žmogaus menkumą kovoje su blogiu ir pakeičia visą žmogaus prigimtį. Per malda ir protas, silpnas pats iš savęs, kuris nuolat yra Dievo stiprinimas, ir siela skaidrėja, malda suteikia jėgų nugalėti visus mirtį nešančius gundymus, šlovinant Dievą – Visagalį Kūrėją.

MALDA Į JĖZŲ

„Iš širdies išeina pikti sumanymai, žmogžudystės, svetimavimai, ištvirtavimai, vagystės, melagingi liudijimai, šmeižtai“ (Mt 15, 19), – šitaip tarė lūpos saldžiausiojo Viešpaties Jėzaus, tikrosios atgailos įsteigėjo. Po nuopuolio, po to, kai žmogus savo pikta ir

netobulą valią pamilo labiau nei tobulą Dievo valią, blogis įlindo į jo širdį. Savivalė atitolino sielą nuo Viešpaties ir žmogus su blogiu liko kovoti tik savo jėgomis. Žmogui reikėjo pasipriešinti blogiui, o tai be Dievo pagalbos yra neįmanoma. Jo protas ir siela, pamilę savivalę, prarado savo pirmąpradišką skaisumą, tuo prarasdami ir sugebėjimą atskirti gerį nuo blogio, prarado sugebėjimą atpažinti velnio klastas. Nežinojimas – aptemusio proto ir pamilusiojo savivalę vaisius – apgaubė sielą ir protą. Nežinojimas pagimdė abejonę, sukėlusią sumišimą, kuris yra ir tėvas, ir sūnus visų aistringų bangų, kylančių žmogaus širdyje. Tokiu būdu proto ir sielos laivas, skandinamas savivalės, vis tolsta aistrų jūroje.

Visa tai žmogui nutiko, nes jo protas aptemo. Širdis prisipildė neprigimtinių įpročių – aistrų, kurios joje išsišaknijo, suaugo su žmogiškąja prigimtimi ir, kitaip nei nori širdis ir protas, žmogų įtraukė į jam netinkantį aistringą gyvenimą. Šėtonas, būdamas tamsos kaltininkas ir šeimininkas, aptemusiame prote ir aistringoje širdyje netrukus apsireiškė kaip visateisis valdovas. Tokiu būdu širdis, sutverta būti Dievo buveine, pavirto banditų – demonų ir aistrų landyne. Žmogus nupuolė, protas ir siela atitolo nuo savo prigimties, perėjo į žemiau savo prigimties esančią būseną.

Ištrūkti iš tokios vargingos padėties vien savo jėgomis neįmanoma. Aistros įgyja prigimtines jėgas, o šėtonas yra daug stipresnis ir gudresnis už nepatyrusį protą ir perima bet kokią žmogaus gėrio paskatą. Todėl kartais žmogus, atrodo, vedamas gerų ketinimų, pjauna vis augančių aistrų vaisių. Būna, kad žmogus nusivilia savo pastangomis išsigelbėti iš sunkios padėties ir daugiau su blogiu ar sunkumu nebekovoja, o kartais, kas yra blogiausia, prieš save pakelia ranką. Svarbu žinoti, kad į tokią situaciją papuolama tuomet, kada pasikliaujama ne Dievo vardu, o savo jėgomis. Tas, kuris į Dievą yra sudėjęs savo viltis, tas Dievo vardu ir nugalė, o jeigu būna nugalėtas, kyla iš naujo ir kovoja, kol pasiekia galutinę pergalę.

Iki Kristaus atėjimo žmonija buvo apgaubta nežinojimo tamsos. Žmonės vargo, nepaliaujamai nusivildami ir giliai sielvartaudami, visa savo esybę šaukdamiesi Dievo. Ir Viešpats

tesėjo pažadą, duotą žmonėms juos išvarant iš rojaus, – kad moteris pagimdys Tą, Kuris sutraiškys piktajam galvą. Kristus prasidėjo Mergelės iščiose, gimė, ant savęs užsikrovė visos žmonijos nuodėmių našta ir susikrovė su nuodėme. Šio sunkaus kelio Pradininkas ir žmoniją išmokė, kaip galima atskirti gėrį nuo blogio ir kaip kovoti su velniu. Visanugalintis Jis Pats iš pradžių nugalėjo priešo jėgą, kad žmogui būtų aišku, kaip kovoti ir nugalėti demonus ir savo piktas aistras.

Viešpats, kurio nepaliaujamai šaukiamasi maldoje, nuramina žmogaus dvasią, užlieja vidinę ramybę ir protą nuteikia tolimesnei maldai. Toliau ir kalbėsime apie tai, kaip nepriekaištingai veikti Viešpaties Jėzaus Kristaus vardu prieš bet kokią blogį, tuo vardu, kuriuo visi šventieji tėvai nugalėjo velnio gundymus.

Bažnyčia turi daug maldų ir visos jos yra stiprios atsilaikyti prieš velnio puolimus. Bet maldos galia priklauso nuo proto jėgos, patirties, sugebėjimo atpažinti priešo gudrybes, pažinti gėrį ir blogį, taip pat ir nuo sugebėjimo nesiblaškyti maldoje. Silpnas protas, toks kaip mūsų, visą dėmesį sutelkti į maldą yra beveik nepajėgus, nes pripratęs prie jausmingo gyvenimo. Taip žmogus ir melsdamasis svajoja apie jam būdingus jausminius dalykus, todėl prieš ikoną pasilieka tik kūnu, o jo protas ir širdis skrajoja neaišku kur. Dėmesys, nepratęs išsilaikyti maldoje, yra išgrobstomas, protas nepajėgus sau vadovauti, liežuvis negali laisvai tarti maldos žodžių dėl jų gausumo ir įvairovės. Tad tokia malda negali duoti reikalingų dvasinių vaisių, o jeigu ir duoda, tai labai menkus.

Visa tai žinodami šventieji tėvai, išmanydami tikrosios atgailos gyvenimą ir tokio gyvenimo vadovai, pagrindiniu ginklu pasirinko iš Šventosios Dvasios gautą maldą į Jėzų, kurią sudaro labai nedaug žodžių. Šiai maldai jie teikė pirmenybę prieš visas kitas maldas. Visos Stačiatikių Bažnyčioje esančios maldos yra veiksmingos ir išganingos, tačiau malda „Viešpatie Jėzau Kristau, Dievo Sūnau, pasigailėk manęs nusidėjėlio“, kuri talpina savyje Viešpaties Kristaus vardą ir atgailaujančio nusidėjėlio prašymą, visuomet prie savęs traukė besigelbėjančiųjų protus. Kai kurie iš šventųjų tėvų

nepaliaujamai meldėsi kitokiomis trumpomis maldomis, bet dauguma jų pasirinko maldą į Jėzų. Bet kuris, norintis dirbti Viešpačiui, gali kalbėti maldą į Jėzų. Dėl jos trumpumo ją galima melstis net dirbant įvairiausius darbus, be to, ji įsisavinama neapkraunant liežuvio, kuris palaipsniui maldai pajungia protą ir jausmus.

Maldos į Jėzų esmė ta, jog reikia atmesti visas iš širdies kylančias mintis ir kartu neleisti patekti vidun iš šalies ateinančioms nuodėmingoms mintims ir užplūstantiems norams, kad taip įprastume visuomet stovėti Visur Esančio Dievo akivaizdoje, priprastume melstis protu, o mūsų dėmesys būtų sutelktas tik į maldą ir jo neblaškytų jokios, net jam natūralios, mintys. Taip meldžiantis palaipsniui atsiveria, „ko akis neregėjo, ko ausis negirdėjo, kas žmogui į mintį neatėjo, tai paruošė Dievas tiems, kurie Jį myli“ (1 Kor 2, 9), nes žmogaus širdis persikeičia, tapdama Šventosios Trejybės buveine.

Malda į Jėzų turi sudaryti vienuoliškojo gyvenimo esmę. Taip pat ji būtina ir visiems pasauliečiams, nes atmintyje neturint Dievo vardo niekam neįmanoma išsigelbėti.

Atrodo, toks paprastas dalykas kartoti trumpą maldą, tačiau tikrovėje jis pasirodo ne toks jau ir lengvas. Malda turi atskirus etapus, vadinamus žodine, kuriama protu, kuriama protu ir širdimi, proto ir širdies savaimine, tyra proto ir širdies bei regimąja maldomis. Kiekviename maldos etape reikalingi patyrusio asmens paaiškinimai. Supažindinti su kiekvienu iš jų yra labai svarbu, nes per tobulą maldą Viešpats mus veda į išganymą, iš Savo malonės pateikdamas visa, kas mums yra būtina. Tam yra reikalingas mokytojas, kuris būtų praėjęs ne tik pradines maldos stadijas, bet ir sugebėtų melstis regimąja malda, kuris galėtų lengvai ir be žalos pamokyti, kaip atsispirti visiems gundymams. Pats gundytas, jis iš patirties žino, kada ir kokie gundymai laukia besigelbėjančiojo. Toks mokytojas apie kiekvieną gundymą perspės, patars, ką ir kaip reikia daryti, kad būtų išvengta klaidos, paaiškins, kaip atpažinti velnišką gudrybę demonams puolant iš „kairės“, ir patars, ką daryti, kai demonai, apsimetę gėriu, sėlins iš „dešinės“.

Deja! Vieni neturi laiko ir noro maldai pajungti žodžius, protą ir širdį, kiti, turėdami noro, nežino, kaip tai padaryti. Vieni pradeda melstis, bet maldos žodžius taria jausmingai, veikiant kūniškam protui. Tokie žmonės elgiasi pagal savivalę, pagal savo supratimą, manydami, kad gyvena dvasinį gyvenimą. Jie nežino, kad dvasinis gyvenimas pasiekiamas tik iš didžios Dievo malonės visiškai atsidavus Dievo valiai. Tai tampa įmanoma tik nuskaidrėjus protui ir sielai apsivalius nuo aistrų. O iki tol žmogus gyvena ne dvasiškai, o vadovaudamasis pasaulietine išmintimi – kūniškojo proto žiniomis, net jeigu jis ir žino viso krikščioniškojo žodžio teoriją ir yra didis žmonių akyse. Tokie neretai susipainioja kūniškojo proto puikybės pinklėse, ir, kas baisiausia, netgi tikruosius dvasinio proto skleidėjus laiko neteisingai mąstančiais, pilnais puikybės, nors iš tikrųjų patys tokie yra. Jų kelias eina ne išsigelbėjimo link, bet nuo jo.

Iškilūs senovės šventieji tėvai, išmanydami, kaip reikia tobulai melstis, apie maldą į Jėzų rašė daug. Bet jie apie tai pradeda rašyti tik nuo aukštųjų maldos pakopų – proto ir širdies savaiminės maldos, praleisdami pradinius lygmenis. Tik labai retas iš jų užsiminė apie protu ir širdimi kuriamą maldą ir apie šiame etape mintyse pasireiškiančius gundymus. Apie šias maldos pakopas šventieji tėvai rašo trumpai, daug ko nepamindami. O taip jie daro štai dėl kokios priežasties.

Kada šventieji tėvai rašė apie maldą į Jėzų, tuo metu patyrusiųjų ir išmanančiųjų tobulą dvasinę maldą buvo daug, tad nebuvo verta smulkiai aprašinėti pradines maldos stadijas, nes buvo kam pamokyti. Be to, perskaityti raštus galėjo ir nepasirengęs žmogus, o naudos iš to gaudavo tik patyręs maldininkas. Todėl tėvai rašė trumpai, ne viską paminėdami. Patyrusysis iš trumpo aprašymo suprasdavo tai, kas reikalinga, o naujokas nesugebėdavo įsigilinti. Ne visi supranta, kad dvasinė malda pradeda veikti žmogaus gyvenime tik tuomet, kai jis pradeda visiškai vykdyti Dievo valią. Iki to laiko malda būna tik tuščiai, išoriškai kalbama – „stumiamą“ žmogaus valios pastangomis. Stipriai apsirinka tas, kuris ją laiko dvasine malda. Jeigu meldžiamasi veikiant kūniškajam protui ir tokia malda yra

laikoma dvasine, tuomet toks žmogus yra apimtas puikybės ir jo laukia vargas.

Paskutiniuoju metu išmanančiųjų tobulos dvasinės maldos slėpinius beveik neliko. Kiekvienam, panorusiajam gręžtis į maldos gelmes, jau iš pat pradžių kyla abejonių, ar jo malda teisinga, ar ji pasieks tikslą – bus išklaudyta, atgręš į Dievą. Kiek pasistengęs, tačiau neižvelgęs norimų rezultatų, toks žmogus apleidžia malda, o kartais net pradeda prieš ją burnoti. Taip nutolstama nuo dangiškojo supratimo apie malda, neįgyjama išminties malonės, kurią į žemę atnešė Kristus. O apleidus malda panyrama į protinę miglą, koks žmogus buvo iki ateinant Kristui. Kai yra nesuvokiama, kad Dievą reikia šlovinti protu, tuomet Dievas šlovinamas vien tik liežuvio, o žodžiai, nedalyvaujant protui, neuždega širdies, bet ją gesina.

Todėl aš, suvokdamas savo menkumą, vis dėlto labai troškau, kad Dievas ir toliau būtų šlovinamas protu, kad ne mažėtų, bet didėtų savo širdis kaip buveinę Dievui ruošiančiųjų skaičius. Visiems, trokšiantiems iš tikrųjų šlovinti Dievą, aš išdrįsau pasiūlyti šiuos žodžius kaip pamokymus, jus norėdamas ne sumenkinti, bet duoti brolišką patarimą, iš savo skurdo pasidalyti tuo, ką turiu. Pasikliaudamas ne savo jėgomis, o tik Visagaliu Viešpačiu, atmetęs savo samprotavimus ir viską, kas prieštarauja Šventam Raštui arba šventųjų tėvų, kurie per savo patirtį suprato, koks turi būti atgailos gyvenimas, užrašytoms mintims, čia pateikiu visa tai, ko ir man pačiam kažkada labai trūko.

Žinoma, čia pateikiama ne viskas, o tik tai, kas svarbiausia, su kuo tenka susidurti kiekvienam atgailaujančiajam, nurodoma pati esmė, kuri yra reikalinga visiems. O visa tai, kas čia neaprašyta, nėra taip svarbu ir sielos pražūčiai negresia. Priimk, Viešpatie, šį darbą savo Švento Vardo garbei ir, paskatinęs jį rašyti, padėk pabaigti vertai dėl sielų, trokštančių Tavosios tiesos, išganymo.

„Mano vaike, jei nori tarnauti Viešpačiui, būk pasiruošęs bandymui“ (Sir 2, 1). Žinok, kad jeigu norėsi sekti Viešpatį, turėsi sekti Jo dieviškuoju mokymu, o sekdamas Jo mokymu sutiksi ir gundymų. Kūnas, pasaulis ir velnias – tavo priešai, bet

ne mažiau nei jie tu ir pats sau būni priešu. Nuo šiol, atsisakydamas sekti savo valios potraukiais, tu prarandi ramybę, ir pastovi kova tampa tavo likimu. Ruošdamasis kalbėti maldą į Jėzų, būk pasirengęs ne ramiam gyvenimui, bet ištverti visokeriopą sielvartą, kurį sukels kūnas, pasaulis, velnias ir tavo paties savimeilė.

Sielvartas ateina iš vidaus ir iš išorės, bet ši spaudimą apriboja Dievo malonė, neleidžianti skriausti besigelbėjančiojo labiau, nei jis gali atlaikyti. Kančios stiprumas yra leidžiamas malonės pagal proto ir sielos tvirtumą, o ne pagal siautėjančių demonų valią. Taip veikiant Dievo malonei, žmogus įgyja kantrybės, išmoksta atsiduoti Dievo valiai, ima nenusivilti kovoje. Jis įgyja patirtį mokydamasis nuoširdumo maldoje ir per gundymus įgyja žinių ir išminties.

Jeigu tu, broli ir sese, nori nepaliaujamai prisiminti Dievą ir maldoje nenutrūkstamai su Juo bendrauti kaip draugas su draugu, veidas į veidą, tuomet melskis, kad Dievas tau siųstų neišpuikusį ir dvasinėse kovose patikrintą mokytoją, patyrusiai išmanantį atgailavimo maldos esmę. Patyrusį mokytoją labai sunku rasti, bet, veikiant Dievo malonei, jų vis dėlto dar yra mūsų laikais. Nuoširdžiai paieškok, paprašyk Dievo su ašaromis, kad Jis tau nurodytų mokytoją, neklaidinančiai išmanantį atgailos kelią. Bet atsimink, broli ir sese, kad ieškoti stebukladario neverta. Ieškok ne išoriškai patrauklaus, bet žinančiojo dvasinį kelią ir dvasines kovas, turinčiojo dvasinį protą ir reginčiojo Dangiškosios Karalystės paslaptis. Tokio, kuris galėtų įvesti tave į Dangiškąją Karalystę, esančią tavo viduje, tokio, kuris pats praėjo visus gundymus ir pažino velnišką pataikavimą su visomis jo gudrybėmis. Toks dvasios tėvas žino, kaip sunku būna širdyje nuo aistrų, kurias įaudrina velnias, žino ir gali padėti visuose sielvartuose, gali išvaduoti nuo visokių iš nusivylimo kylančių sunkumų. Tokiu žmogumi tikėk tvirtai, panašiai kaip Dievu, nes toks žmogus yra vedamas Paties Dievo.

Jeigu tokį mokytoją tau Dievas nurodys, tai priglusk prie jo visa savo širdimi ir nedrįsk kada nors būti jam neištikimas arba nepaklausyti jo žodžio. Laikykit jį pačiu Kristumi ir žinok, kad

šventieji tėvai apie tai sako taip: „Jeigu pamatytum savo mokytoją miegantį arba gulintį, valgantį arba geriantį, kalbantį arba dar ką nors darantį, tai tu, būdamas silpnos sielos, nesusigundyk tuo, ką matai, nes jis už savo darbus patinka Dievui ir visa šitai jam nekenkia.“ Griežtai žinok, kad jis yra tavo darbų teisėjas, o ne tu jo, tau jo reikia, o ne jam tavęs. Jis neša tavo negalias ir pakenčia tavo savivalę, o tu būni jam kaip našta, kurią jis sutinka nešti iš meilės tau. Jame, išsiugdžiusiame tikrąjį dvasinį protą, veikia Pats Dievas, gyvenantis jo širdyje, o jo valia visuomet įtinka Dievui, nes jis gyvena vykdydamas Dievo valią. Jis, panašiai kaip ir šventieji Apaštalai, gelbėja žmones. Tai, kas tau nepatinka, priimk iš jo ir saugok kaip didžiausią vertybę. Viskas, kas varžo tavo valią, priimk iš jo su džiaugsmu, nes tokiu būdu jis gydo tavo sielos žaizdas ir marina tavo valią, prikelia tavo protą ir sielą iš mirties nuodėmėje.

Toks mokytojas dieviškos jėgos galia savo protą ir sielą jau yra prikėlęs iš nuodėmingosios mirties, savo sielą išvalęs nuo aistrų ir demonų, savo širdį yra paruošęs amžinam Triasmenio Dievo buvimui: „Mes pas jį ateisime ir apsigyvensime“ (Jn 14, 23). Toks mokytojas yra išminčius iš išminčių, didis filosofas, net jeigu ir nesimokęs pasaulietinių mokslų. Jis yra tikrasis Dievo žodžio skelbėjas, kalbantis Dievo žodžiu, nes jis gyvena Dievu ir pagal Dievą. Taip sakydami šventieji tėvai laimindami nurodo pasilikti patyrusio mokytojo priežiūroje, savimi visiškai nesirūpinant, tik besąlygiškai vykdam, kas mokytojo nurodyta.

Tu gi, mokytojau, tėve, dvasinės išminties vadove, iš pradžių patikrink pats save, įsitikink, ar tavo protas tikrai dvasinis, ar tavo supratimas apšviestas Šventosios Dvasios ir Dievo įtvirtintas, kad tau būtų įmanoma su visiška dvasine ramybe, pasiliekanč Dieve, naudingai mokyti tavo ganomus dvasios vaikus, juos neklaidingai vedant erškėčiuotu atgailos keliu dvasinės išminties link.

Jeigu tu, mokytojau, neturi tokio proto, bet visiškai atsidavęs Dievo valiai įgijai tikrąjį žinojimą, tai ir tuomet gali vadovauti savo vaikams atgailos kelyje. Tačiau dvasinės išminties reikaluose vadovauk tik pats sau ir susilaikyk nuo vadovavimo kitam, nes čia dar neįgijai tikrojo supratimo.

Neturintis tikrojo supratimo ir neįgijęs tikrojo žinojimo vadovauti kitiems negali. Tai būtų labai pavojinga, nes toks žmogus dar pats tebeina atgailos keliu. O kuris dar tik tebeina atgailos keliu, toks dar nėra išsilaisvinęs. Kuris dar tik kelyje, pats neretai klysta ir tiesą iškreipia į melą, o melą vadina tiesa. Nepasiekęs tikrojo žinojimo negali kitų mokyti, nors išoriškai ir būtų išsilavinęs kaip Dievo žodžio skelbėjas. Jam pačiam įtaką dar daro aistros, kurios jį visiškai valdo, tad kaipgi toks žmogus galėtų kitą išlaisvinti nuo aistrų? Jis, nesuvokdamas tiesos, mokiniui vietoj naudos sudaro tik kliūtis. Tokie dažnai patys save laiko tikrais vadovais, bet iš tikrųjų savo mokinius veda į pražūtį, o kas baisiausia, tikruosius Dievo tiesos mokytojus vadina išpuikusiaisiais, patys būdami visiškai pažeisti aistrų ir puikybės nuodėmės.

Broli ir sese, jeigu tu labai daug meldeisi ir prašei Dievo dovanoti tau mokytoją, bet jo negavai, nes jie tokia retenybė šiais laikais, – nenusimink: „Žmonėms tai negalimas daiktas, o Dievui viskas galima“ (Mt 19, 26). Pasitikėdamas Dievu ir turėdamas tvirtą ketinimą nė už ką nepasitraukti iš pasirinkto kelio – neapleisti kasdienės dvasinės maldos, tvirtai tikėdamas, kad Viešpats visada šalia tų, kurie Jį kviečia, daryk taip, kaip parašyta čia.

Viešpats įkvėpimu paraginęs tave atsidėti šiai nuolatinei dvasinei maldai, kartu liudija ir tavo pašaukimą tobulėti maldoje. Tai patinka Dievui. Jis Pats padės padaryti pradžią. Nes juk Jis padeda kaskart, kai yra ištariama malda, netgi kiekvienas atskiras maldos žodis yra ištiriamas su Jo pagalba. Visą laiką, kada tu meldiesi, Jam patinka būti su tavimi ir Jis žiūri į tave. Visur ir visada Savo malone, veikiančia maldoje, Jis palaikys tave, išmokys ir suteiks supratimą, tai pabardamas, tai žvelgdamas su meile. Jis baus tave, bet tuo pat metu priims tave kaip sūnų, siųsdamas išbandymus. Jis žiūrės į tave, kaip tu Jį myli, kaip liudiji Jam savo meilę Jį prisimindamas maldoje.

Pagal tai, kaip tu stengsiesi melstis, kiek įdėsi pastangų – versi savo protą būti dėmesingu maldoje ir kiek melsiesi širdimi, – Viešpats Savo malone padės tau įsisavinti maldą, padės išvengti nuodėmės. Tai tamptariai susiję su sūnui būdingu nuolankumu

Dievui. Bet tu dėl to nenusimink, svarbiausia – nenusivilk ir neapleisk maldos. Viešpats padės tau, ir sielvartas praeis.

Jeigu šios pastangos melstis tau pasirodys nenaudingos, kategoriškai atmesk tokias mintis, nes negali būti nenaudingos maldos, nenešančios vaisių. Jeigu ima atrodyti, kad malda nenaudinga, taip nutinka dėl nežinojimo, nes žmogus nesuvokia, iš ko susidaro maldos vaisiai, kai tuo tarpu vaisiai jau noksta malonės veikimu. Besimeldžiant sieloje pradeda augti visos dorybės, ir visa tai vyksta nepastebimai. Žmogui svarbu niekuomet neapleisti maldos, stengtis nuolat prisiversti melstis ir pagal savo galimybes maldoje būti dėmesingu. O visa kita reikia patikėti Dievui, pasitikint Jo gailestingumu ir atsiduodant Jo valiai. Tuomet Viešpaties malonė, veikianti maldoje, suteiks visa, ko reikia besimeldžiančiajam, pagal tai, kaip jis stengiasi.

Maldos vaisingumui didelę reikšmę turi jos dažnumas ir atminties apie numylėtąjį Viešpatį pastovumas. Palaipsniui ima stiprėti proto dėmesys, ir tai yra maldos vaisius. Stiprėjant dėmesiui, žmogus savyje pradeda įžvelgti vis daugiau blogio, kylančio iš širdies, kur tūno velnias ir kaitina aistras. Blogis ima reikštis mintimis ir norais, o protas, trokštantis išgelbėjimo, turi nekreipti dėmesio į mintis, jas vydamas šalin. Dėmesį reikia sutelkti tik į malda, o dėl to silpnėja aistros. Tai ir yra kova.

Atgailaujantis žmogus maldos vaisių nepastebi. Dievo malonė veikia slapta nuo žmogaus jo paties naudai, nes žmogus yra labai lengvai puolantis savo savimone. Besimeldžiančiajam atrodo, kad jis nedaro jokios pažangos arba kad jis darosi dar blogesnis. Jis vėl ima melstis ir vėl jam atrodo, jog tai daryti nesiseka. Mintys vėl ir vėl yra nugenamos malda, o rezultatas – protas tokių nepasisekimų ima aptikti vis daugiau. Ir žmogus tokioje kovoje ima nusizeminti, mokosi atsiduoti Dievo valiai, o tai ir yra būtent tai, ko reikia.

Visa, kas išganinga žmogui, yra malonės sutvarkoma kaip atsakas į žmogaus pastangas nuolat melstis ir nusiteikimą siekti išganymo, nes pagal tai, kokios buvo pastangos, tokie ir pasiekimai tiek maldoje, tiek ir apskritai žmogaus išsigelbėjimo kelyje. Didis dalykas maldoje yra Kristaus žodžių išsipildymas: „Iš tiesų, iš tiesų sakau tau: jei kas neatgims iš aukštybės,

negalės regėti Dievo karalystės“ (Jn 3, 3), nes malonės veikimu žmogus per maldą naujai atgimsta. Žmogus tik jokia būdu turi neapleisti maldos.

Velnias, slaptoje veikiantis širdyje, ypač bijo dėmesingos maldos, nes žino, jog per tai žmogui atsiveria visos jo gudrybės. Kai žmogus vis dažniau susikaupęs meldžiasi ir šaukiasi Kristaus vardo, tai įsitikina, kad gyventi be šių dalykų neįmanoma – kitaip priešiškos mintys akimirksniu užvaldys protą ir aistros jį pavergs.

Didžiutis žmogui nėra ko, nes kiekviena pažanga jo kelyje yra vykdoma Dievo malonės dėka, o ne jo paties pastangomis. O ir ši pažanga nėra dvasinių pasiekimų tobulumas, o tik proto apvalymas nuo aptemimo, sielos – nuo aistrų, apmokymas kovoje. Žmogus šito nesuprasdamas visuomet siekia save išaukštinti, nesuvokdamas, kad jo protas yra apimtas nežinojimo tamsos. Tad tu, broli ir sese, atsidėdamas maldai ir dvasiniam tobulėjimui, kas nuskaidrina žmogų, tai atsimink. Iš pradžių apsispręsk visą savo gyvenimą atsidėti maldai, nors ir atrodytų, kad tai sunku. Sunkus yra pasišventimo kelias, tačiau labai saldus rojus ir sielos Jaunikis – Viešpats Kristus, o kasdienė malda – kelias pas Jį.

Prisimink, broli ir sese, kokie dideli bebūtų gundymai ir kaip siaubingai jie beatrodytų, jokia būdu nenusimink ir nenusivilk, verčiau visą dėmesį sutelk į maldą. Malda – tai tarsi ramstis, į kurią žmogus gali tvirtai atsiremti, o jeigu jį ir užvaldys netinkamos mintys ar norai arba jis susigundys tuo, ką regėjo sapne ar įprastoje aplinkoje, tai prisimins maldą ir panirs į ją, kuri jam bus atrama, suteikianti pusiausvyrą, paskatinanti susitaikyti su Dievo malone ir žengti pirmyn.

Šventieji tėvai maldą, taip pat ir maldą į Jėzų, vadina „dorybių motina“, nes kokią pažangą žmogus daro maldoje, tokia pažanga atitinkamai vyksta ir ugdant kitas dorybes. Panašiai kaip kad motina rūpinasi savo vaikais, taip ir malda maitina visas dorybes, todėl meldimasis yra gelbėjimosi kelias, protą ir sielą vedantis į aukščiausią Dieviškąją išmintį.

Kada malda bus persmelkta Šventosios Dvasios veikimu, tada ir visos dorybės ims veikti Šventosios Dvasios galia, todėl verta

pasistengti. Kada žmogus meldžiasi, jis prisimena Dievą, o Dievo prisiminimas liudija meilę Jam. Melsdamasis žmogus visuomet atgailauja dėl savo nuodėmių ir save suvokia kaip nusidėjėlį. Kalbėdamas malda žmogus kovoja su blogiu ne savo niekinga jėga, bet Dievo vardu, pripažindamas savo silpnumą ir šlovindamas Dievo visagalybę. Malda žmogui atveria dvasinio proto akis, parodo nusidėjimus, slypinčius širdyje, kad visa tai suvokęs žmogus nusižemintų.

Kai žmogus suvokia savo silpnumą kovoje su blogiu, vis nuoširdžiau savo protą ima palenkti maldai ir stengiasi vis labiau atsiduoti Dievo valiai. Vėl ir vėl šaukdamasis Dievo, kad jį apsaugotų nuo velnio, žmogus pradeda mąstyti apie mirtį, nes kova su blogiu neleidžia jos užmiršti. Nuodėmė yra mirtis, o mintis apie nuodėmę priverčia susimąstyti apie mirtį. Įsitikinęs tuo, kad per malda yra nugalima nuodėmė, žmogus melsdamasis įgyja tvirtumo.

Malda išmoko ir didžiadvasiškumo pakeliant sielvartą, įtikindama, kad gundymai ir kančios atsiranda įgijus žinių ir siekiant išsigelbėjimo. Taip ir visos kitos dorybės ir netgi pati meilė subręsta per malda. Šventieji tėvai, pasikliaudami nuolatine malda, kontempliuojantys tikrąsias Dievo paslaptis, malda pavadino ramsčiu ir su įsitikinimu paaiškino: „Kas pasirems į malda kaip ramstį, tas nenugrius, o jei nugrius – nesusižeis, bet atsikels ir eis toliau.“

Toks yra šventųjų liudijimas, ir kol šėtonas visokiausiais būdais ieško, kaip sieloje sukelti sumaištį, tegul žmogus protu būna maldoje ir lieka ramus, nes sutelkęs protą į malda jis nugalį priešą ir ramybėje, vedamas maldos, žengia tolyn, ką ir man su mano visokeriopa negalia ir ribotu supratimu teko daugybę kartų patirti.

ŽODINĖ MALDA

Malda į Jėzų kalbama tokiais žodžiais: „Viešpatie Jėzau Kristau, Dievo Sūnau, pasigailėk manęs nusidėjėlio“, – taip žmogus šaukiasi Dievo po keletą kartų rytinės ir vakarinės maldos metu arba paprasčiausiai visada ir visur, bet kokioje padėtyje ir bet

kokioje vietoje, elgdamasis taip, kaip nurodė dvasios tėvas. Jeigu neturi dvasios tėvo, tuomet jam taip vertėtų melstis visur ir visada.

Prie rytinės ir vakarinės maldų, skaitomų iš maldaknygės, galima pridėti po penkias šimtines maldų į Jėzų. Melstis pagal galimybę reikia dėmesingai. Daryk taip: prieš maldą padaryk trisdešimt tris nusilenkimus iki žemės, o kai pradėsi melstis malda į Jėzų, po kiekvieno šimto dar padaryk po tris žemus nusilenkimus, o po kiekvienos dešimties maldų – vieną nusilenkimą iki juosmens. Pabaigęs visą rytinę arba vakarinę maldą, vėl nusilenk iki žemės trisdešimt tris kartus. Jeigu jėgos silpnos, nusilenkimų galima nedaryti arba juos galima pakeisti nusilenkimais iki juosmens, arba paprasčiausiai persižegnoti ir dėmesingai tariant žodžius be suglumimo ramiai tęsti maldą. Prieš šventes ar per šventes nusilenkimus iki žemės taip pat galima pakeisti nusilenkimais iki juosmens.

Jeigu kils poreikis, prie penkių šimtų maldų galima pridėti dar vieną, dvi, tris, keturias arba penkias šimtines maldų į Jėzų, o iš maldaknygės skaityti mažiau. Galima kalbėti po tūkstantį maldų į Jėzų ryte ir vakare. Jeigu pajuntamas noras melstis dar daugiau, maldų galima dar pridėti, o skaitomas iš maldaknygės – dar labiau sumažinti. Jeigu vietoj rytinės ar vakarinės maldos atsiras didelis noras melstis vien malda į Jėzų, tai šio noro neatmesk. Rytines ir vakarines maldas skaityk tik iš maldaknygės, o visa kita gali praleisti, kad tobulintųsi maldos į Jėzų įgūdis.

Taip po truputį protas vis labiau susikaups ir įsitrauks į maldą. Tarp rytinių ir vakarinių maldų visokeriopai stenkis neapleisti maldos į Jėzų. Prie šito stenkis prisitaikyti, ieškok visokių galimybių išvengti daugiažodžiavimo ir pagal tai atitinkamai tvarkyk savo reikalus ir gyvenimą.

Iš pirmo žvilgsnio žodinė malda atrodo nesudėtinga. Kas gali būti lengviau kaip kartoti vienus ir tuos pačius nesudėtingus maldos žodžius? Tačiau praktikoje tai pasirodo ne taip jau paprasta. Siela atpratusi prisiminti Dievą, vietoj dievobaimingumo įsileisdama jausmingą gyvenimą. Ji ir toliau gyvena įspūdžių, sukaupytų per regėjimą, klausą, uoslę, skonį ir

lytėjimą, įvairovę, ir jie ištikimai saugomi atmintyje. Protas paskui atmintį seka kaip vergas, nors visa, kas yra žmogaus viduje, turėtų būti valdoma proto, įtraukiant ir visus penkis pojūčius. Išoriniai jausmai tarsi palydovai tarnauja tam, kas yra registruojama atmintyje. Įspūdžiai įkalina ir laiko užrakintus savo valdžioje širdį ir protą, nors jie yra žmogaus esybės pagrindas ir jų paskirtis – būti Dievo namais.

Kada žmogus protu ir širdimi pasiduoda įspūdžiams ir pradeda vadovautis jausmais, tuomet jo siela pasineria į aistringą gyvenimą, o tai yra žemiau žmogaus prigimties. Kai jausmai ima vadovauti protui, tuomet protas, nugalėtas įnorių, praranda laisvę, gautą kaip didžiulę Dievo dovaną, ir sužlugdo visą vidinį žmogaus pasaulį. Jausmai neįpratę budėti ir dalyvauti maldoje – jie užsiima viskuo, kas tik kyla iš vidaus ar ateina iš išorės. Kai žmogaus viduje yra tokia sumaištis, jis nėra pasirengęs tyram gyvenimui ir dvasiniam pasninkui. Tuomet žmogus, net ir pasitelkęs visas savo pastangas, negali pažaboti nei proto, nei jausmų. Dėl nuodėmingo ir nedėmesingo gyvenimo jis visas išsiderina. Todėl žmogus, prieš pradėdamas melstis, nuo pat pradžių turi būti pasiruošęs stoti į kovą su visu savo ankstesniu gyvenimu, kad Dievo malonės pagalba iš naujo atgimtų, atsisakytų visko, kas nepriimtina jo prigimčiai.

Dažnai žmogus meldžiasi ir išsiblaško, vėl meldžiasi ir vėl išsiblaško, po to vėl prisimena maldą ir vėl meldžiasi. Vėl ir vėl žmogus nutraukia maldą, nes yra blaškomas atmintyje įstrigusių arba naujai užplūstančių minčių. Širdyje saugomi prisiminimai iškyla ir įsileidžiami į protą minčių pavidalu, o čia jau nedelsdamas pasirodo ir velnias, į jas įmaišydamas kažką nuo savęs. Bet jeigu žmogus apsisprendžia rimtai pakeisti požiūrį į save, tuomet, tik pradėjęs melstis, jau pradeda pastebėti, kas darosi jo vidiniame pasaulyje. Kuo labiau jis stiprina dėmesį maldoje, kuo labiau jam pavyksta nesiblaškyti, tuo labiau jis pastebi iš širdies kylančias blogio mintis. Ir tai jau yra kai kurie maldos vaisiai.

Kad ir kiek žmogus melsdamasis besiblaškytų savo mintimis, kad ir kokia bebūtų silpna malda, jos nutraukti nevertėtų. Apleisti maldos neverta, atvirkščiai, vis labiau reikia jos siekti,

kad širdis apsivalytų nuo nuodėmingųjų puvėsių. Kiek protas beužmirštų maldą, prisimink ir vėl melskis. Dėl tavo pastangų Viešpats sumažins užmaršumą, o tavo dėmesys, nors ir labai lėtai, ims stiprėti. Kuo ilgiau protas atsiduoda maldai, tuo stipriau jis yra Viešpaties artinamas prie Angelų užsiėmimo ir maisto – dvasinės maldos.

Melskis visada – dieną, naktį, vakare, ryte, kai esi namie ar kitur, kelyje, dirbdamas, stovėdamas, eidamas, gulėdamas, sėdėdamas – visada. Ir štai kodėl. Kaip aistra, taip ir dorybė žmogui įsišaknija nuo įpročio. Vienas ir tas pats geras darbas yra įsisavinamas jį nuolat kartojant, palaipsniui jis tampa įpročiu ir yra atliekamas lengvai kaip kažkas natūralaus. Taip ir kartojama nuodėmė sukelia aistrą. O aistra, įgavusi jėgą, traukia nusidėti iš įpročio. Ji, tapusi lyg natūrali žmogaus savybė, stumia žmogų nuodėmės link, žmogui to net ir nenorint.

Poreikiui melstis malda į Jėzų, kaip ir visoms kitoms dorybėms, reikalingas įprotis. Žmogus turi stengtis prisiversti ir džiaugsme, ir liūdesyje nepaliaujamai melstis. Dėl nuolatinio prisivertimo, Dievui padedant, atsiranda įprotis ir žmogus yra sutvirtinamas nuolatinei maldai. Įprotis atsiranda nepaliaujamai kartojant maldos žodžius. Todėl žodinei maldai yra nepaprastai svarbus kiekis. Per parą reikia kiek įmanoma dažniau kartoti maldos žodžius. Ateityje, nors ir ne iš karto, kartojamos maldos skaičius ima augti. Bet tai priklauso nuo besimeldžiančiojo proto, pastangų ir dėmesio.

Meldžiantis žodine malda, velnias, kūnas ir pasaulis nuo maldos bando atitraukti protą, trukdydami tiek iš vidaus, tiek ir iš išorės. Kovok prieš šiuos spąstus, į pagalbą pasitelkdamas pačią maldą, nukreipk į ją savo dėmesį ir vyk šalin visokį blogį. Būtent malda padeda pamatą kovai su blogiu ir nuodėme, nes per ją mes įgauname jėgų kovoti. Savo asmeninėmis jėgomis kovoti su velniu ir nuodėme yra beprasmiška ir neįmanoma.

Žmogaus išorinis gyvenimas, praktikuojant žodinę maldą, turėtų būti toks: kokiose tik aplinkybėse bebūtų besimeldžiantysis, kokias tik pareigas jis beužimtų, kada tik gali turi stengtis nusišalinti į vienumą ir kiek įmanoma mažiau kalbėti. Tylomis melstis yra patogiau. Reikia neužmiršti, kad pats Dievas žiūri į

besistengiantį. Nuoskaudas ir įžeidimus reikia stengtis kantriai iškęsti ir besąlygiškai atleisti. Jeigu būtum įžeistas, nelaikyk atmintyje pykčio. Kartkartėmis iš širdies su atodūsiu teišk: „Dieve, būk gailestingas man nuodėmingam!“, o kreipdamasis į Dievo Motiną kalbėk: „Dievo Motina, nepalik manęs nuodėmingo!“, panašiu būdu melskis ir Angelui Sargui ir toliau stenkis nepaliaujamai kalbėti žodinę maldą į Jėzų.

Laisvu nuo darbo metu arba kada protas pavargs nuo įtemptos maldos, reikia skaityti dvasiai naudingas knygas. Patartina skaityti šventųjų dvasingo gyvenimo istorijas, Šventąją Evangeliją, šventųjų Apaštalų darbus ir laiškus. Didžiųjų knygų, kuriose rašoma apie gyvenimus šventųjų, besigilinusių į gelbėjimąsi protu, dvasia ir siela, kurį laiką būtų geriau neliesti. Jų skaitymas nenutyrintame prote gali sukelti nepakeliamą liūdesį ir skausmą, o nuo to protas tik silpsta, nes negali atlikti to, kas parašyta. Nusilpęs jis jau tampa nepajėgus atlikti ir tai, ką galėtų, nes stipriai nusivilia ir atriboja save nuo Dievo malonės. Ne religinio turinio knygas derėtų visai atidėti į šalį. Reikia rūpintis savo dorove pirmiausia tikintis Dievo pagalbos ir malonės, veikiančios per maldą.

Jeigu esi sveikas, miegoti reikia šešias, septynias valandas, o jeigu susirgai – aštuonias. Taip elkis tol, kol pati malda nenurodys, kiek tau reikia poilsio. Toks ilgas miegas reikalingas todėl, kad malda į Jėzų iš besimeldžiančiojo pareikalauja daug protinės įtampos, o melstis tinkamai įmanoma tik protui gerai pailsėjus.

Maitintis reikia visuomet saikingai, tai reiškia: kelkis nuo stalo, jausdamas, jog truputį neprivalgei, jog esi ne visai sotus. Jausk saiką ir gerdamas. Svaigiųjų gėrimų visiškai nevartok, kad nesužadintum kūniškų troškimų ir pasileidimo aistrų. Riebaus maisto daug nevalgyk. Dažniau rinkis lengvai paruošiamą maistą ir dėkok Dievui už malonę, tvirtai tikėdamas, kad liesas maistas palaikys tavo organizmo stiprybę ir užteks jėgų maldai. Maistas turi būti lengvai paruošiamas, todėl venk įmantrumo maisto gamyboje.

Darbinius santykius ir bendrai visą gyvenimą reikia supaprastinti iki tiek, kad nekeltų jokių papildomų rūpesčių dėl

išorinio pasaulio ir neblaškytų proto. Atsimink, kad žmogus žemėje yra panašus į keliautoją ar svečią. Permiegėjai ir skubėk į amžinybę, kur reikės duoti atsaką už žemėje nugyventą gyvenimą. Į nieką žemišką, nors ir labai svarbų, neįsijausk: žemė – ne vieta gyvenimui, o tik pasiruošimas amžinybei. Tvirtai įsidėmėk, kad žmogui žemėje lemta liūdėti, o ne džiaugtis: „Pasaulyje jūsų priespaulda laukia“ (Jn 16, 33).

Tenkinkis tik tuo, kas būtina. Visa, kas nebūtina, reikalauja papildomų rūpesčių, nes atima dalį laiko, duoto gelbėti sielą ir šlovinti Dievą. Visur ir visada daryk tik tai, kas naudinga sielos išganymui, nes Kūrėjas žemėje mums paskyrė liūdesį. Visokeriopai šalinkis tokių vietų, kuriose negalima išvengti pasilinksminimų, ir pasistenk jas užmiršti. Dėl būtinybės atsidūręs tokioje vietoje, stenkis iš ten greičiau pasišalinti, prisimindamas, kad tavo rūpestis yra per malda artintis prie Viešpaties, o jeigu tą rūpestį užmirši, pradėsi tolti nuo Dievo. Niekada neduok laisvės savo norams, nes tai žudo sielą ir aptemdo protą. Tiek, kiek apribosi savo norus ir kiek ieškosi vienumos dėl Dievo, tiek ir Viešpats bus su tavimi, nes nesirūpinimas malda tolina žmogų nuo Viešpaties.

Mylėk Dievą. Meilę Dievui liudyk atsisakydamas savo valios ir vykdydamas Dievo valią. Dievui patinka, kai mūsų protas yra užimtas nepaliaujama malda, todėl tuo pasirūpink visapusiškai. Šalinkis bendrų pasilinksminimų, iškilmingų pietų ir visokių į tai panašių dalykų. Brangink kiekvieną laiko akimirką, duotą tau išganymui, proto nušvitimui, žinodamas, kad po mirties laiko išsigelbėti tau nebus duota. Be iškilmingų pietų apsieiti įmanoma, o žalos juose išvengti sunku. Ir apskritai stenkis išvengti visko, kas tave atitraukia nuo vienumos, ir visas savo pastangas ir norus sutelk į malda, per ją bendraudamas su Viešpačiu.

Besimelsdamas žodine malda pažangos neižvelk, nes šiuo metu tu, net ir labiausiai norėdamas gyventi tik dėl Viešpaties, vis dar tebegyveni aistromis. Žmogus gyvena širdimi, o širdyje gyvena aistros – nuodėmingi įpročiai. Meldžiantis žodine malda, jie tik susilpnėja, bet nepalieka širdies. Venk visokių regėjimų, apreiškimų ar kitokių dovanų, nesvarbu, koku tik pavidalu tau

jie beapsireikštų, kokie šventi ir maloningi beatrodytų, – nenukreipk į juos savo proto, būk dėmesingas tik maldai. Laikyk save nevertu jokių dovanų, nes taip iš tikrųjų ir yra. Ne dėl dovanų tu melstis pradėjai, o dėl pačios maldos ir atsidavimo Dievo valiai. Dovanas Dievas duoda ne išpuikėliams, norintiems regėjimų ir apreiškimų, bet tiems, kurie save laiko nevertais dovanų. Nes tokie išvelgia savo nuodėmingumą, o nuodėmingumo išvelgimas ir yra matas, kuriuo yra matuojamas širdies apsisvalymas nuo nuodėmės. Šis suvokimas, protingai, nuolankiai meldžiantis, ir yra visų vertingiausias. „Viešpatie, suteik man malonę matyti savo nuodėmes ir neteisti savo brolio“, – taip šventasis Efremas Sirinas meldėsi, o ne prašė dovanų. Ir dar: „Matantysis savo nuodėmes yra aukščiau už matantįjį Angelą“ – pirmajam atsiveria dvasios akis, o antrasis regi tik jausmais.

Kaip buvo minėta, kalbėti maldą į Jėzų reikia visur ir visada. Kai esi vienas, patogiu melstis pašnibždomis, o kai esi prie žmonių – tyliai. Tyliai melstis yra naudingiau ir tau pačiam. Mokėjimas tyliai melstis tau padės ir tarp žmonių savo viduje slaptai vykdyti savąjį išganymą.

Net ir bažnyčioje viso aukojimo metu galima melstis malda į Jėzų. Liturgijos metu, ypač per Pakylėjimą, kada visi besimeldžiantieji prašo kiekvienas pagal savo poreikius, tu daryk taip: kaip moki Dievo prašyk, kad atleistų tavo nuodėmes. Jeigu malda į Jėzų tavyje prigijo ir tu jau lengvai ją meldiesi, tai ir šią šventą minutę ją melskis. Ji savyje talpina atgailaujanti kreipimasi į Dievą, prašant atleisti nuodėmes, o tai ir yra visų mūsų maldų ir pasiryžimų esmė. Jeigu bažnyčioje per pamaldas sugebėsi išbūti dėmesingas ir tavo protas nebus išgrobstytas minčių, tai melskis kaip panorėsi. Tačiau niekam nepatariu nepaisyti visagalės maldos į Jėzų, nes per šią maldą yra įgyjamos visos dorybės.

Venk visų pasaulietinių pasilinksminimų, savo kambarį – celę įsirenk taip, kad ji būtų svetima linksmybėms. Kai iškils poreikis bendrauti su žmonėmis, mąstyk apie mirtį, apie pragarą, apie neatgailaujančius nusidėjėlius. Kai užvaldys stiprus liūdesys, tai mąstant apie pragarą, kurio išvengti įmanoma tik

kantriai pakeliant liūdesį žemėje, kartu galima mąstyti ir apie rojų, apie palaimą ir Dievo artumą, kurie yra gaunami vykdant šventąją Dievo valią ir kantriai pakeliant visa, kas yra sutinkama pasirinkus tobulos maldos į Jėzų kelią. „Per daugelį vargų mes turime įeiti į Dievo karalystę“ (Apd 14, 22). Kantriai žemėje pakeliamas iš vidaus ir dėl išorinių dalykų kylantis liūdesys mums leis išvengti pragaro kančių amžinybėje, nes tik per tai mums apsireikš Jėzus Kristus, mums suteiksiantis amžinąjį gyvenimą, t. y. gyvenimą Dieve be pabaigos.

Gelbėtis reiškia kentėti daugelį vargų. Be kančios nėra išsigelbėjimo, žmogui, kaip Kristaus sekėjui, žemėje laimės nėra. „Pasaulyje jūsų priespauda laukia“ (Jn 16, 33). Sekantieji Kristumi visą gyvenimą žemėje praleidžia kentėjimuose, liūdesys yra jų palydovas ir tironas bei tikrosios išminties mokytojas. Kristaus kryžiaus kelias yra akmeningas ir erškėčiuotas, bet juo einantis žmogus apdovanojamas tikroju žinojimu, reiškinių ir daiktų esmės pažinimu, nors tas žmogus ir būtų visiškai paprastas ir neišmanytų pasaulietinių mokslų.

Visus darbus reikia dirbti sąžiningai, nepataikaujant žmonėms ir neveidmainiaujant, kad sąžinė nepriekaištautų ir būtų švari. Mokykis mylėti žmones, visuose matyk savo artimą, sergantį, paliepusį ir atleisk visas nuoskaudas ir įžeidimus, kuriuos jis tau sukėlė. Blogio linkinčius laikyk savo geradariais. Taip, visokeriopai save žeminant, galima įgyti meilę visiems ir neturėti priešų tarp žmonių. Šitaip elgiantis reikia nepaliaujamai melstis žodine malda į Jėzų, kol ji netaps įprasta.

Ne visiems vienodai pavyksta susikaupus kalbėti maldą į Jėzų. Jauni, kurie stengiasi, daro didesnę pažangą, o vyresnieji maldoje auga lėčiau, nes vyresniųjų žmonių atmintis yra labiau užvaldyta jausmų nei jaunesniųjų. Visiškai nedaro pažangos tik tie, kurie nenori stengtis dėl savo išganymo. Melsdamasis žodine malda žmogus yra atakuojamas didžiulės daugybės minčių, kurios beveik visos su velnio pagalba gimsta širdyje. Protas, dėmesingai nukreiptas į maldą, aistringas mintis sudaužo į saldžiausiojo Viešpaties Jėzaus Kristaus akmenį. Būna minčių, kurios nenutrūkstamai žmogų kankina vieną, dvi ar tris dienas. Tokias mintis būtina išpažinti savo dvasios tėvui, o jeigu jo nėra,

– Dievui, prašant Jo atkeršyti priešininkui – velniui. Tai, ką pasakys dvasios tėvas, vykdyk tiksliai, ir mintys, kurias išpažinai dvasios tėvui ar prieš Dievą, dings. Svarbu, kad tik pats dvasios tėvas gyventų tiesoje ir būtų aukščiau mokinio gundymų, kad pats nebūtų įsuktas į panašių minčių verpetą.

Tokiu atveju, kai nėra kam išpažinti savo minčių, tvirtai nuspręsk savo viduje nepritarti tokioms mintims, visą savo gyvenimą nenusivilk ir kovok. Viešpats, matydamas tavo ryžtą, veržimąsi gėrio link ir tavo kovą, Pats tau padės, uždrausdamas tokias mintis arba nepašalindamas kovos suteiks kantrybės. Dievas visa tai leidžia tam, kad tokioje kovoje galėtum įgyti sau kraitį ir ištvermę, o velnio galvoje padarytum didelę žaizdą. Išpažinti nuodėmes ir atgailauti reikėtų kaip galima dažniau, tik tam reikia tinkamai pasiruošti. Jeigu neturi galimybės eiti išpažinties net kartą per metus, tuomet, sudėjęs visas viltis į Viešpatį, būk maldoje, ir Viešpats, matydamas tavo gerą nusiteikimą, šį norą priims lyg pačią atgailą.

Maldos metu yra prisimenamas Dievas, įžvelgiamas savo nuodėmingumas ir menkumas, todėl išnyksta įsitikinimas savo teisumu ir pasitikėjimas savo jėgomis. Žmogus nustoja save laikyti vertu ko nors ypatingo, nes dėl dėmesingumo savo mintims ir norams jis pradeda suvokti, jog yra visiškai įklimpęs į nuodėmes. Nusidėjėlis nėra vertas Dievo apsilankymo, tad ir tu nelaikyk savęs šito vertu. Tad melddamasis nekreipk dėmesio į nieką ypatingą savyje ir aplink save, pavyzdžiui, kokią nors šviesą, šilumą, šventųjų apsireiškimus, nes viskas, išskyrus maldą ir dėmesį jai, yra iš velnio.

Malonė besimeldžiančiajam yra suteikiama per pačią maldą, kuri apvalo protą nuo aptemimo, o sielą – nuo aistrų. Atgailaujančiajam tai ir yra pagrindinė vertybė. Malonė prote pradeda veikti tuomet, kai protas taikoje, nesiblaškydamas meldžiasi ir Dievo vardu nugali visas mintis. Protui maldoje vaikytis ko nors kito būtų tikra pražūtis – jis būtų suviliotas, apgautas ir pajautų nevaisingumą bei liūdesį. Žmogų aplanko ir natūralios mintys, neskatinančios nusidėti. Apie jas plačiau kalbėti neverta, nes jos nėra nei naudingos, nei kenksmingos. Proto pareiga yra įsileisti tik vieną mintį – melstis. Visos kitos

mintys – tai tik pro šalį einantys keliauninkai, nereikalingi protui, ir jei kas ims į tokias mintis kreipti dėmesį, žalos neišvengs. Į protą ateina begalė minčių, bet jų visiškai nereikia bijoti, visos jos dings be pėdsako, jei tik protas, susitelkęs maldai, į jas nekreips jokio dėmesio. Niekas negali nugalėti proto, kai su juo yra Dievo vardas.

Meldžiantis žodine malda, žmogui nereikia ypatingos išminties ar žinių, svarbiausia – pastangos ir neabejotinai ateis sėkmė. Ypač sunkiai atpažįstamų išbandymų šiuo metu nebūna. Velnias daugiausia puola per mintis, tačiau nuo išorinio pasaulio dėl atsargumo reikėtų atsiriboti. Melstis žodine malda gali kiekvienas, tik svarbu tuo metu nekreipti dėmesio į jokių matomus vaizdinius, taip pat ir į minčių pavidalu ateinančius apreiškimus. Dėmesį būtina sukcentruoti tik į pačią maldą. Žodinės maldos periodo, kurį pradedantysis turi melstis, trukmė priklauso nuo pastangų ir nuo širdies užkietėjimo lygmens.

Žodinės maldos rezultatas yra Dievo malone suteikiamas įprotis. Kad atsirado įprotis, liudija tai, jeigu laikinai nutraukus maldą liežuvis pats savaime ima tarti maldos žodžius, o po to prisijungia dėmesys ir protas sąmoningai ima tęsti maldą.

PROTU KURIAMA MALDA

Protu kuriama malda į Jėzų vadinama protinga, nes yra kalbama mintimis, o kuriama ji vadinasi todėl, kad kol žmogus nėra visiškai atsidavęs Dievo valiai, jo malda dar nėra savaiminė, vedama Šventosios Dvasios, bet palaikoma tik paties žmogaus valia.

Pripratęs prie žodinės maldos, protas pradeda, kaip sako šventieji tėvai, šilčiau ir nuoširdžiau įsiklausyti į liežuviu tariamus žodžius, o įsiklausydamas palaipsniui su malonumu ima gilintis ir į pačią maldą. Galiausiai protas, pamilęs tokį meldimąsi, užuot vaikydamasis mintis, išeinančias iš širdies, ima pats kurti maldą. Nuo šio momento malda gimsta nebe žodžiuose, bet pačiose proto gelmėse, ji nebėra tariama žodžiais, bet mąstoma protu. Yra žmonių, kurių protas iš prigimties yra gana stipriai išvystytas, todėl tokie, aplenkę žodinę maldą, gali

iškart pereiti prie maldos, kuriamos mintimis. Dabar žalingos mintys yra pastebimos labai aiškiai. Protu pagimdyta malda yra gimininga protui ir visos ateinančios mintys, kaip svetimos, yra lengvai atpažįstamos, tad jas galima lengvai atskirti. Protui yra lengviau išlaikyti dėmesį meldžiantis mintimis, nes malda yra pagimdyta proto gelmėse. Proto jėgai augant, kartu stiprėja ir pasirengimas atremti velnio puolimą mintimis. Dėmesingai meldžiantis savo paties pagimdyta mintimi, protas tampa labiau ištobulėjęs negu ankščiau, kada tik bandydavo įsiklausyti į maldos žodžius, tariamus liežuviu.

Nuo šio momento žmogus, ugdydamas savo protą, ima sekti Angelų keliu. Iš esmės protinga malda maitinasi dvasia ir yra dvasia kuriama. Toks pats pastovus yra ir šventųjų Angelų veikimas bei jų maistas. Todėl dabar tokį žmogų, besimeldžiantį protinga malda, nesigėdijant galima apgaubti angelišku atvaizdu, nes jis jau yra Angelų sekėjas. Žmogui, dar nesimeldžiančiam protinga malda, toks sekimas yra gana abejotinas. Ar ne todėl mūsų laikų vienuolija nupuolė ir didele retenybe čia tapo protinga malda? Mažai kurie dvasiniai vadovai ir vadovės yra vedami Angelo, nors jie ir yra apsirengę angeliško atvaizdo drabužiais, tačiau juos dėvi savo pasmerkimui. Tad mūsų vienuolynai ir prisipildė tokių pasekėjų, kurie ėmė domėtis mokslinėmis žiniomis ir nuo pasauliečių skiriasi tik drabužiais, bet ne savo dvasia, dvasiniu gyvenimu, nuolat propaguojant Angelų užsiėmimą – nepalaujamą maldą. O dar blogiau, jog protingą maldą daugelis iš jų vadina klaida ir gundymu, nes, jų manymu, vienuoliško gyvenimo esmė slypi vienuoliškose apeigose. Tačiau Dievui reikalinga mūsų širdis. Jeigu išvalysime savo vidų, tai ir išorė bus švari. Dievui svarbiausia mūsų dvasia, mūsų protas ir siela, o ne kūnas, apgaubtas drabužiu.

Žmogus, įgijęs įprotį melstis protinga malda, kartu paliudija, kad Viešpats suteikė jam malonę ir priėmė jo atgailą. Tai yra Dievo veikimas, parodant, jog ir toliau taip stengdamasis apvalyti savo širdį žmogus gaus visiško atleidimo malonę ir dėl to visos aistros bus suvaldytos ir nugintos šalin. Protinga malda – tai Dievo Gailestingumo malonė, sušildanti žmogaus protą ir

padaranti jį maldos įkaitu. Žmogus Dievo malone įgijęs įprotį melstis protinga malda, tegul neišgyvena dėl savo išganymo, bet skrupulingai su dar didesne meile maldai tekovoja su velniu, kuris ir toliau besimeldžiantį puola mintimis.

Dabar jau mintys, kylančios iš širdies, nebėra tokios grubios kaip anksčiau. Jos pasireiškia daug subtilesne forma. Atpažinti subtilią gundymo formą yra sunkiau, bet žmogus, įgijęs protingos maldos malonę, kartu gauna ir maloningą pagalbą prieš velnio gudrybes. Protas, anksčiau nepastebėdavęs subtilių gundymų, veikiančių širdyje, juos pradeda atpažinti ir nukerta protingos maldos kalaviju. Kiekvieną kartą, kai tik prieš užmačia yra atpažinta ir atremta, verčia velnią regzti vis naujas pinkles. Tačiau ir protas, kreipiantis dėmesį tik į maldą ir atmetantis visa kita, gauna malonę daug subtiliau atpažinti velnio puolimą.

Ši kova paveikia ir dėmesį. Jeigu kiekvieną kartą atremiant priešą dėmesys ir toliau yra nukreipiamas į maldą, tai dėmesys darosi dar stipresnis. Tokia kovos tvarka. Protas yra gundomas vis subtilesnių minčių, bet būdamas dėmesingas maldoje jis išreiškia panieką velniui ir meilę Dievui. Kiekviena tokia pergalė stiprina proto įžvalgumą ir dėmesį. Dėmesingas protas darosi pajėgus kovoti ne tik su mintimis, bet ir su kitais, Dievo malonės leidžiamais, šėtoniškais gundymais.

Neretai velnias prisėlina per mintis, kurios, atrodytų, yra geros, tačiau brukamos, kad tik atitrauktų žmogų nuo maldos, kurios velnias neapkenčia labiau už viską. Jis pakiša galimybę svarstyti Dievo Žodį, atveria kokias nors paslaptis, sudaro įspūdį, tarsi būtų apreikštos tiesos, arba šiaip pakiša kokį nors melą. Protas, užsisvajojęs apie dangiškąs dovanas ir užmiršęs savo nevertumą, įsijaučia į bendravimą su dvasiomis, kai tuo metu turėtų atgailauti. Toks protas, palikęs Dievą, tampa šėtono pagalbininku. Didelis yra tokio proto išpuikimas ir, kas blogiausia, iš nieko nepriimdamas patarimo jis lieka aptemęs.

Žmogui nieko nėra svarbiau, kaip protingai besimeldžiant bendrauti su Visur Esančiu Dievu, su dėmesingu protu stovėti Jo akivaizdoje ir prašyti nuodėmių atleidimo. Ne veltui malda yra vadinama dorybių motina, nes tik per maldą yra įgyjamos visos

tikrosios dorybės ir priimamos malonės dovanos. Gilinkis į savo maldą, o visa, kas didinga ir paslaptinga, Dievas Pats atliks, kai tai bus reikalinga ir kada tavo siela bus visiškai apsivaliusi nuo aistrų. Per maldą veikia Pats Dievas, o visa, kas yra šalia maldos (ko nėra maldoje), kad ir kaip beatrodytų išganinga ir naudinga, neturi galios kovoje prieš demoną, nes savyje neturi tikrosios jėgos.

Meldžiantis protinga malda, panašiai kaip ir žodine, iš pradžių svarbu jos kiekybė. Maldos kiekį reikia didinti tam, kad protas sustiprėtų, būtų dėmesingas, mintimis atsiduotų Dievo valiai ir kad šis veiksmas taptų proto įpročiu. Protingos maldos požymiai yra tokie: kai žmogus tik prabudęs iš miego pirmiausia pajunta proto veržimąsi maldos link ir kai po kiekvieno darbo ar veiklos, kada protas buvo atitrauktas nuo maldos, malda pati ima skambėti mintyse. Žmogaus dėmesys visuomet pats linksta į maldą. Malda nepalieka žmogaus valgio ar kitokio užsiėmimo metu. Svarbus požymis yra ir tai, kada žmogus, ko nors klausydamasis, vis tiek dėmesį laiko prikaustęs prie maldos, protas pats prie jos linksta ir į jokiais kitas mintis nekreipia dėmesio.

Šiuo metu, kai velnio gundymai tampa labai subtilūs, yra gana sunku juose nesusipainioti. Jeigu šalia yra patyręs dvasios tėvas, tuomet didelių sunkumų ir problemų neiškils, nes jis nurodys, kada ir kaip reikia elgtis, įspės dėl gundymų. Nereikia išsigąsti ir tuomet, jeigu šalia nėra patyrusių žmonių. Būk maldoje ir tik į ją vieną tekreipk dėmesį, o visa kita gink šalin. Dievas kiekvieną besimeldžiantį leidžia gundyti tik tiek, kiek jis turi protinių galių atsilaikyti, ne daugiau nei leista, ir velnias čia nieko negali pakeisti. Svarbiausia tai, kad prieš velnią būtų kovojama maldos kalaviju, o gundymai duos didelės naudos – jie padės perprasti velnio gudrybes ir sutvirtins žmogaus protą.

Protas neturi kreipti dėmesio į jokių nenatūralių reiškinių: nei į šviesą, nors ji ir sklįstų iš ikonos, nei į balsą, nors ir giedotų Angelai, – maldoje protas turi būti nukreiptas tik į Angelų valdovą Dievą, neregimai visur esantį. O kas gali būti aukščiau už Jį? Jokių būdu negalima kreipti dėmesio į prieš tave neva pasirodžiusius Angelus arba šventuosius, nes kol žmogus dar

nėra visiškai apsivalęs nuo aistrų, kol nėra besąlygiškai vykdoma Dievo valia, tol tikrų apsireiškimų nebūna, iki tol – tai tik demonų pinklės. Jei tai žinodamas protas nesusižavės vaiduokliais, tuomet jie praeis pro šalį. Dievo malonė neleis gundyti labiau, nei besimeldžiantysis turi jėgų ištverti.

Meldžiantis Dievo malonė veikia visuomet ir, atėjus metui, per maldą ji dovanoja protui viską, ko reikia. Bėgant laikui protas pradeda regėti savo nuodėmingumą, kuriuo yra perpildyta žmogaus širdis, ir verdamas žmogus ima šauktis Dievo atleidimo. Demonas bijo žmogaus, kuris protingos maldos metu ima regėti savo nuodėmingumą. Nuo tokio žmogaus jis bėga, nes žino, kad kai besimeldžiantysis įgis gundymo atpažinimo patirtį ir sutvirtės kovoje prieš jį, velnias pralaimės. Per gundymus, kuriuos leido paties Viešpaties malonė, žmogus pamato, koks yra bejėgis velnias, ir įsitikina, koks stiprus Visagalis Viešpaties vardas.

Nuodugniai aprašyti, kas vyksta nuolat besimeldžiant protinga malda, yra neįmanoma, tuo labiau kad kiekvienas žmogus ją išgyvena labai individualiai ir skirtingai. Daug kas priklauso nuo pasiryžusiojo melstis pastangų, taip pat ir nuo aplinkybių bei išorinės veiklos, kuria jis užsiima, sudėtingumo. Svarbiausia, kad protas valytųsi nuo aptemimo, o siela laisvintųsi nuo aistrų, kad taip galėtų suvokti savo nuodėmingumą ir dėl to gailėtis. Niekuo nereikia žavėtis, išskyrus Viešpaties vardą. Tereikia žinoti tik vieną maldą ir jai skirti visą dėmesį.

Kokią pažangą žmogus pasiekia maldoje, tokia pažanga vyksta ir ugdant visas kitas dorybes – taip žmogus atsiduoda Dievo valiai ir ją nuolankiai vykdo. Suvokus savo nuodėmingumą, atmetamas savęs aukštinimas. Nuolatinis mąstymas apie Viešpatį protui dovanoja galimybę savyje regėti Dievo ranką, nugalinčią priešus. Visuomet prisimink Viešpatį, dėmesingai Jam melsdamasis, ir Jis Pats atkeršys už tave, nugalės už tave demonus, su kuriais tu esi nepajėgus kovoti. Nuo žmogaus priklauso tik geras nusiteikimas, blogio atmetimas, ryžtas prieš jį kovoti, tačiau visas pergales pasiekia Jėzus Kristus. Prieš velnią ir blogį gali imtis kokių tik nori priemonių, tačiau be Dievo visos tavo pastangos bus bevaisės ir išgrobstytos dėl

aistrų. Pergalė yra Dievo malonės rankose ir jos veikimas žmogui yra neregimas.

Dievo malonė priima nuoširdų žmogaus nusiteikimą, ragina jį pasitikėti ne savimi, o gelbėjančiu Dievu, išmoko vesti kovą Dievo vardu, atveria žmogui jo bejėgiškumą. Malonė skatina atsiduoti Dievo valiai, viską rasti Dieve, pasikliauti tik Juo vienu. Taip žmogaus veikla yra sėkmingai malonės sutvarkoma, ir žmogus, matydamas tokį rūpestį savimi, įgyja natūralų, tvirtą pasitikėjimą ir save visiškai atiduoda Dievui, elgdamasis ne tik pagal Getsemanės maldos pradžių „Mano Tėve, jeigu įmanoma, teaplenkia mane ši taurė“, prašydamas pasigailėti, bet ir pagal maldos pabaigą: „Tačiau tebūna ne kaip aš noriu, bet kaip Tu“ (Mt 29, 39). Atsiduodant Dangiškojo Tėvo valiai, užsidegant vis didesne meile Jam, pasirengiama dar didesniems žygdarbiams, tolimesnei kovai su velniu.

Žmogus palaipsniui įsitikina, kad prieš blogį visur už jį kovoja Dievas, kuris už tai reikalauja tik ištikimybės ir dėmesingumo maldoje. Žmogus vis labiau supranta, jog meldžiantis būtinas nuoširdumas ir dėmesingumas, nes demonai yra nesuvokiamai gudrūs ir puola iš visiškai netikėtų pusių. Netgi tai, kas iki šiol buvo suprantama kaip gėris, pasirodo gudriai sunarpliotos velnio pinklės. Tai suvokęs žmogus dar labiau glaudžiasi prie Viešpaties ir ieškodamas Dievo apsaugos slepiasi maldoje.

Kaip aistrų visuma sukuria grandinę, taip ir dorybės sudaro vientisą ir nenutrūkstamą grandinę. Vienas geras poelgis paskui save patraukia visą grandinę, vienas geras darbas maitina ir stiprina visas dorybes. Tas pats vyksta ir su aitromis: pergalė prieš vieną iš jų priverčia atsitraukti visas kitas, nes jos visos yra vientisos grandinės narės. Todėl pagal šį dėsnį protui malonės dėka apsivalius kartu yra sekinamos ir visos aistros, o dorybės sutvirtinamos bei gaivinamos, ir tai vyksta per visą periodą, kol kalbama protinga malda. Žmogus, kuris nėra užimtas šia malda, nieko panašaus nejaučia ir nežino.

Dievo malonė žmogaus gelbėjimo procesą vykdo slaptoje, kad ieškantysis Dievo nesustotų pradėtame išganymo kelyje. Malonė malšina aistras, protui atveria demonų klastas, sieloje ugdo dorybes, tuo pat metu pati likdama nepastebima nei

besimeldžiančiam, nei velniui. Malonė, slaptai veikdama, reikiamu laiku ieškančiam leidžia liūdėti, nukrypti į nedideles nuodėmes, o po to griežtai reikalauja pasitaisyti, mokydama visuomet pasitikėti gelbstinčiu Dievu, o ne savimi. Taip protas per visą laikotarpį, kada kalbama protinga malda, darydamasis vis labiau išradingesnis, ruošiasi, atėjus metui, priimti Dievo dovanojamą jėgą ir valdžią pergalei prieš velnią, kūną, pasaulį ir visoki blogį. Ateityje toks žmogus, panašiai kaip ir Viešpats, pats buvęs gundomas, dabar galės padėti kitiems, turintiems dar neišlavintą ir sutrikusį protą.

Tuo laikotarpiu, kada meldžiamasi protinga malda, vertėtų nutraukti bet kokias papildomas pažintis su žmonėmis ir bendrauti tik su tais, su kuriais būtina. Reikia gyventi kaip įmanoma labiau atsiskyrus ir dar labiau, nei kalbant žodinę maldą, būti užrakinus savo lūpas. Susilaikyti reikia visur ir visada. Tai siekiant išganymo yra būtina. Šito mokytis reikia palaipsniui. Maitintis reikia saikingai, kylant nuo stalo visuomet jausti, kad galėjai dar suvalgyti. Kitaip apsunkęs skrandis trauks prie miego, budinti proto akis apsiniauks ir protas žmogų pradės lenkti prie poilsio.

Protas turi atsiriboti nuo viso to, kas skatina neveiklumą ir mieguistumą, kas trukdo jo paties kuriamai maldai. Reikia dar labiau nei anksčiau šalintis draugijos – ne dėl paniekos žmogui, bet iš meilės Dievui, kad būtų patogiau melstis. Dar labiau reikia vengti liūdesio dėl žemiškų rūpesčių, pasitenkinant tik tuo, ką davė Dievas, ir neišgyventi dėl to, kas neduota. Žemiškais dalykais reikia rūpintis kiek galima mažiau, nes jais rūpinasi tie, kurie nežino, kam skirtas gyvenimas žemėje. Viską, ką artimas tau blogo padarė, atleisk, už pikta neatmokėdamas piktu. Melskis už jį, nes ir tu kaltas prieš Dievą. Suvokdamas savo nuodėmingumą, esantį širdyje, nesisielok iki vilties netekimo, bet tvirtai pasitikėdamas atgailauk ir gailėkis, maldoje triuškindamas aistras. Neteisk kitų žmonių ir jų darbų, nes ir pats esi be galo nuodėmingas. Tu dar nematei viso to blogio, kuris slypi tavo širdyje, o ten gi – lizdas, iš aistrų suvytas, apie ką Jėzaus yra pasakyta: „Iš širdies išeina pikti sumanymai,

žmogžudystės, svetimavimai, paleistuvystės, vagystės, melagingi liudijimai, šmeižtai“ (Mt 15, 19).

Verkti reikia tam, kad siela nusiplautų ašaromis, nuoširdžiai gailintis dėl nuodėmingos širdies. Kai nebėra ašarų, užpildyk tai širdies rauda, taip užkirsdamas kelią aistroms ir joms nepasiduodamas. Nusilenkimus meldžiantis reikia daryti pagal jėgas ir atsižvelgiant į tai, kaip veikia aistros. Kai yra jėgų ir sveikatos arba kai aistros veikia stipriai, tada nusilenkimų reikia daryti daugiau, netingėti, o kada jėgų nėra, tuomet atgailavus nusilenkimų galima daryti ir mažiau. Nereikia nuolaidžiauti kūnui, tenkinant jo reikalavimus, juo negalima pasikliauti netgi tuomet, kada jis ima negaluoti. Kūną reikia stebėti labai dėmesingai, kitaip rūpesčių dėl jo neatsikratysi. Geriau šio savo priešo visiškai neklausyti. Protingai jam duok tik tai, kas būtina, ir tegul būna patenkintas. Šventieji tėvai sako, kad kūno paskirtis – būti kurčnebyliu tarnu, darant viską, kas jam liepiama. Šventieji savo kūnams buvo griežti, į juos kreipdavo mažai dėmesio, žinodami, kad ši šventovė duota sielai dėl atgailos, o ne dėl ko nors kito.

Vertinti save reikia sąžiningai ir teisingai nustatyti savo vertę. Kadangi matai savo širdį perpildytą aistrų, tai ir laikyk save nuodėmingesniu už visus kitus žmones. Toks savęs vertinimas yra teisingas. Reikia laikyti save nevertu ir pripažinti, jog savo protu esi žemesnis. Reikia matyti, kad visi vykdo tai, kas jiems Dievo numatyta, tik tu vienas nevykdai Dievo valios, matyti, kad nusidedi net ir tada, kada pats Dievas tau padeda nenusidėti ir, maža to, dar džiaugiesi tai darydamas.

Celėje geriau gyventi vienam, išlaikant paprastumą, nesukeliant sau papildomų rūpesčių ir neapsileidžiant. Tokį pat požiūrį reikia turėti ir į apsirengimą, ir į visa kita, kas yra būtina buityje. Jeigu Dievas tau duos gyvenimą, skurdesnį nei vidutinis, iš Jo rankų tai priimk su dėkingumu, tikėdamas, kad Jis žino, kur tau yra didžiausia nauda. Jeigu tave palies ir visiškas skurdas, tai ir dėl šito labai nesisielok, žinodamas, kad mūsų turtas – Dievas, viskas, ką turime – Viešpatyje. Mes turime būti pasirengę viską atiduoti, kad tik atrastume Viešpatį, gyvenantį tarp mūsų, nes toks ir yra mūsų žemiškojo gyvenimo tikslas. Kad žemiškasis

gyvenimas nebūtų praleistas tuščiai, pirmiausia rūpinkis atgaila, kuri mus sutaiko su Viešpačiu.

Paklotą miegui turėk kietą, bet šiltą, kad nesusąltum ir apsirgęs nenuliūdintum pats savęs, nes liga tau trukdys melstis. Tuos asmenis (priešingos lyties), kuriuos velnias ištraukia iš tavo atminties, įsivaizduok gulinčius karste, yrančius, pilnus kirminų ir baisiausiai smirdančius. Prisimink ir tai, kad nėra žinoma ir tavo mirties valanda, nes gali būti, kad jau eina paskutinės tavo buvimo žemėje minutės ir po to tavęs laukia pabaigos neturinčios kančios už nuodėmes. Laikantis tokios pozicijos, bjaurios mintys ir aistringi troškimai tave apleis ir paliks ramybėje.

Tuo atveju, jeigu tau neduos ramybės viena ir ta pati įkyri mintis, kuri nesitrauks dvi ar tris dienas, o šalia nebus patyrusio žmogaus, kuriam galėtum apie tai papasakoti, o tu pats jau būsi išvargęs kovoje, stengdamasis nuo jos atsiginti, tuomet atsistok savo celėje prieš ikoną, pakelk į viršų rankas ir garsiai pasakyk Viešpačiui, čia esančiam, apie tave puolančią mintį. Tvirtai tikėk, kad Viešpats priims tavo išpažinimą ir velniška klasta, kai ji bus išpažinta prieš Viešpatį, tave paliks. Velnias yra tamsa ir įstatymo nesilaikymo praraja, todėl veikti jis gali tik slaptoje ir tamsoje, kol yra nepastebėtas. Kada jis būna aptiktas, tai šviesa pasklinda tamsybėse, ten, kur jis tūno. Tuomet velnias priverstas sprukti neatsigrėždamas, nes toji šviesa jį degte degina. Velnias taip pat yra nuginkluojamas ir tuomet, kai blogos mintys yra išpažįstamos dvasios tėvui. Aptiktas, ir dar prie liudininkų, jis yra priverstas trauktis.

Jeigu įkyrios mintys nuo tavęs neatsiraukia netgi ir tuomet, kai jas išpažinai savo Dievui, tuomet imk melstis dar nuoširdžiau ir žinok, kad Viešpats nori per tokią kovą tave išmokyti dar didesnės kantrybės, ruošia tave kaip tėvas vaiką dar didesniems gundymams, kad per šią kovą ir kantrybę vyktų tavo išganymas. Dievas pats leidžia, kad ši kova tęstųsi. Jis sutvirtina ir stiprina tavo dorybes, o tuo pat metu širdies aistros šioje kovoje silpsta. Visais atvejais Dievas suteikia tau tai, kas yra naudingiausia. Tu tik nenusivilk ir stipriai nenusimink, o sutelkęs dėmesį į maldą kovok su įkyria mintimi, žinodamas, kad ji yra ne tavo, bet

velniška. Tai tau gali būti naudinga ir išganinga, nes per šią kovą tu turi suvokti, kad taip panašiai demonai be perstojo kankins nusidėjėlius pragare, veikdami jų aistras, sužadindami jas vieną po kitos, jiems visiškai neturint galimybės nusikratyti velniško įkyrumo. Todėl dėl tokios kovos neverta jaustis prislėgtam, priešingai, reikia dėkoti Dievui, baudžiančiam mus žemėje, kad būtume išlaisvinti nuo kančių amžinybėje.

Kreiptis į Viešpatį pagalbos, kaip buvo nurodyta anksčiau, maldaujant išlaisvinti nuo kovos su mintimis, reikėtų kaip galima rečiau, tik išskirtiniais atvejais, kai pasijunti visiškai išsekęs, nes kova yra kario dalia ir jam pridera kovoti, o ne kovos vengti. Būtų geriausia, visą dėmesį sutelkus į malda, kovoti ir kovoti. Kovoje pasiekama pergalė, įgyjamos dorybės, artėjama prie Dievo ir pinamas vainikas protui. Nereikia bijoti įvairių nepriimtinių minčių, nes kovodamas su jomis žmogus malonės dėka ruošiasi įveikti dar didesnius gundymus ir per Viešpaties teikiamą pagalbą ir kantrybę įgyti dievišką jėgą bei garbę.

Jeigu turi dvasios tėvą, senolį – vadovą, tai nuo jo nieko neslėpk, jam atverk visas savo širdies paslaptis. Jeigu jo pareigos neaukštos arba jis neturi jokio rango, tavęs tai tegul neglumina. Svarbu, kad jis turėtų tikrąjį dvasinį protą, kuris ir yra kovos rezultatas bei vainikas už pergalę prieš aistras. Dvasininką pasirink pagal savo senolio nurodymus. Klausk senolio patarimo, ką ir kaip reikia išpažinti dvasininkui. Ką senolis pasakys, taip ir daryk, nenusižengdamas nė vienam jo žodžiui. Jis geriau už tave žino, kas tau yra naudinga, tu tik nieko nuo jo neslėpk. Geriausia, kai pats senolis yra dvasininkas.

Jeigu neturi dvasios tėvo, kuris padėtų tau maldoje tobulėti, tai šito niekam neatskleisk, netgi per išpažintį neprasitark apie savo maldos kelią. Atsiverk tik Viešpačiui, besimelsdamas Jam papasakok visas paslaptis ir nuoskaudas, tvirtai tikėdamas, kad Jis tave girdi ir mato ir, išklauses tavo nuoširdžią malda, sutvarkys viską taip, kaip tau yra geriausia. Tu tik nepaliaujamai melskis, visą dėmesį sutelkęs į malda, ir neburnok dėl tavo paties naudos tau siunčiamų gundymų. Visi šventieji kovojo,

kentėjo ir nugalėjo gundymus Dievo malonei padedant, o gundymų jie turėjo nepalyginamai daugiau nei tu.

Nesant senolio, jeigu yra galimybė, dvasininką sau išsirink iš vienuolių. Jeigu dvasininkas nieko nežino apie maldą į Jėzų, tuomet jam apie šią maldą nieko ir nepasakok, tik išpažink nuodėmes, slegiančias tavo sąžinę. Kitaip, nežinodamas, kaip reikia melstis malda į Jėzų, jis savo patarimais tau tik pakenks. Nes patyrusiai žinančiųjų apie maldą į Jėzų šiais laikais yra nedaug.

Jeigu atsiras reikalas skubiai išpažinti nuodėmes nepažįstamam dvasininkui, tai jam savo nuodėmes atverk, o apie kalbamą maldą į Jėzų nesakyk nė žodžio. Dievo malonė per jį atleis tavo nuodėmes, nuramindama sąžinę. Jei nepažįstamam dvasininkui išpažinsi savo kovą su pasileidimo aistra, turėk omenyje, kad kiti dvasininkai, nepažindami asketiško gyvenimo ir kovos su aistromis, dažnai neprotingai pataria palikti kovą ir eiti į pasaulį gyventi santuokoje. Tai sakydami, jie vadovaujasi apaštalo žodžiais: „Bet jei negali susilaikyti, tegul tuokiasi. Verčiau tuoktis negu degti“ (1 Kor 7, 9), nesuprasdami, kad apaštalas tai sako tiems, kurie būdami vieniši, nenori kovoti, tačiau aistra juos degina. Jeigu tu pasirinkai gyvenimo kelią kovoti su aistromis, tai neklausyk šio neprotingo dvasininko patarimo ir daugiau į jį nesikreipk. Jo paties siela serga labiau nei kitų. Jis pataikauja aistroms, nežinodamas, kad su jomis reikia kovoti visą gyvenimą – kovoti tiek su mintimis, tiek ir su norais, draskančiais geismingąją širdies dalį. Kaip žinia, tokių dvasininkų yra, todėl įspėju, kad apsaugočiau nuo nelaimės.

Vienuolėms išpažinti reikia atlikti savo tėveliui, bet jeigu jis patartų eiti į pasaulį ir gyventi šeimoje, apie tai reikia iš karto pranešti vienuolyno vyresniajai, nuo kurios nieko nereikia slėpti. Jokiu būdu negalima slėpti neprotingo dvasininko patarimo, nors jis ir buvo duotas per išpažintį, nes vienuolė savo siela yra susaistytą su vienuolyno vyresniąja ir atsaką už vienuolės sielos prapultį reikės duoti vienuolyno vyresniajai, jeigu tik vienuolė jai buvo visiškai paklusni. Vienuolyno vyresnioji tokį tėvelį dvasininką iš vienuolyno turėtų atleisti, apie tai pranešdama

vyresnybei, kaip jis kenkia vienuolių sieloms, trukdydamas joms kovai su savo aistromis dvasinio gyvenimo kelyje.

Įmanomas ir dar vienas atgailos gyvenimo kelias, šventųjų tėvų vadinamas „viduriniu“, ir jam šventieji tėvai visiškai pritaria. Tai būtų gyvenimas per vidurį tarp atsiskyrimo ir vienuoliškos bendrijos gyvenimo, kada susirenka du ar trys vienminčiai, kurių noras eiti atgailos keliu ir požiūris į nuolatinę maldą sutampa. Sutikti tokių vienminčių išmintingų ir paprastų žmonių mūsų laikais yra labai sunku. Jie turi atsižadėti savivalės, vienas prieš kitą atsisakydami savų norų. Nesusipratimai, gundymai ir įvairios abejonės turi būti sprendžiami bendrai, vadovaujantis šventųjų tėvų nurodymais. Jų vadovais turi būti tik Dievas ir šventieji tėvai. Tačiau pats nepavojingiausias gyvenimo kelias yra gyventi su senoliu ir tiksliai vykdyti viską, ką jis liepia, o senolis įspės apie visus gresiančius pavojus, nurodydamas, kaip reikia elgtis. Svarbu tik tai, kad senolis būtų teisingai tikintis ir išmintingai suprastų dvasinį gyvenimą.

Be viso to, kas pasakyta, svarbu ir tai, į kurią vietą bus nukreiptas proto dėmesys besimeldžiant protinga malda į Jėzų. Šventieji tėvai, maldininkai, taip pat savo gyvenime siekiantieji šventumo tvirtina ir atsidavusiųjų nuolatinei maldai patirtis rodo, kad malda, kuriama protu, natūraliai kuriasi ten, kur yra žmonių žodžio organas, tai yra gerklose. Štai čia, gerklose, balso stygų srityje, ir reikia laikyti nukreiptą dėmesį visą protu kuriamos maldos laikotarpį, ir nuo šiol niekur kitur. Nenukreipk dėmesio nei į galvą, nei į pilvą, nei į skrandį, nei į geismų sritį, kas labai žalinga, bet visokeriopai išlaikyk protą, nukreiptą į gerklas, čia sutelk dėmesį ir niekur nesitrauk. Neįsitemk, norėdamas savo dėmesiu pereiti į širdį, nes tai yra įmanoma tik besimeldžiant protu ir širdimi kuriama malda, kada širdis meldžiasi kartu su protu. Apie tai bus kalbama vėliau, o dabar atmink viena: iš žodžio organo srities – iš gerklų per visą protu kuriamos maldos laikotarpį savo dėmesiu niekur nenukryp.

Besimeldžiant protinga malda, pradeda žymiai stipriau veikti aistros. Šėtonas kaitina aistras, kurias laiko savo rankose kovai su žmogumi, o protas su paaštrėjusiu dėmesiu labiau nei anksčiau jaučia įsiaudrinusias aistras. Žmogus dabar jau pastebi

sielos žudiko velnio puolimą ir su giliu liūdesiu suvokia, kad jei apleis maldą, tai jo siela bus gyva paimta į pragarą. Todėl jis pradeda dar nuoširdžiau melstis, protu slepiasi maldoje nuo savo priešo ir padedant Dievui išvengia kylančių aistrų, kurias kursto piktasis, antpuolio.

Čia yra aprašyta visa tai, kas yra svarbiausia ir reikalingiausia protu kuriamai maldai, tu tik nenusivilk ir melskis. Dėmesingai stovėk prieš Dievą ir tik tuo tesirūpink. Širdis dar iki galo neapvalyta nuo aistrų, o protas dar nėra laisvas nuo aptemimo. Tu dar neturi galimybės priartėti prie Dangaus gyventojų, todėl nei Angelai, nei Dievo šventieji tau negali apsireikšti. Kad ir kaip kas nors tau beatrodytų tyra ir šventa, visa tai vyk nuo savęs ir tam neduok savo sutikimo. Tokiu būdu malonei veikiant išvengsi bet kokios puikybės. Ką besutiktum tame kelyje – nepriimk, o, kaip jau sakytą, būk maldoje ir į ją susitelk visu dėmesiu, malda nuo savęs varyk šalin bet koki blogį. Maldą brangink. Protingos maldos vaisiai – proto apsivalymas ir savo širdies nuodėmių atpažinimas, sugrudusios širdies atgaila ir dorybių atsinaujinimas.

Esi vienuolis ar pasaulietis, šiame maldos kelyje reikšmės neturi. Svarbu, kad tik aplinka ir aplinkybės netrukdytų melstis ir savo širdyje statyti vidinę vienuoliją.

PROTU IR ŠIRDIMI KURIAMA MALDA

Kai žmogus pakyla į aukštesnį lygmenį, jis pradeda melstis protu ir širdimi kuriama malda. Protu ir širdimi kuriama ji vadinasi todėl, kad joje kartu su protu meldžiasi ir širdis, t. y. žmogus į maldą panyra visu savo vidumi. Kuriamąją ji vadinasi todėl, kad dar yra reikalinga ir žmogaus valia, ji ir toliau veikia, pasireikšdama per įkvėpimus ir darbus. Žmogus dar nėra galutinai atsidavęs visiškai vykdyti Dievo valią, ją jis vykdo tik iš dalies, likusį laiką vykdydamas savo valią. Absoliuti išmintis dar nepasiekta.

Kaip žmogus dėmesingai pratinasi prie žodinės maldos, protu įsiklauso į žodžius, taip palaipsniui, vis labiau gilindamasis į maldą, jis išsiugdo įprotį, o meldžiantis protu kuriama malda

protas įsitvirtina pačioje maldoje, tai lyg atsakas į minčių pastangas, taip po truputį ima sušilti ir širdis. Kitaip tariant, kada protas yra nuolat užimtas malda ir žmogus visą savo gyvenimą yra nukreipęs ta linkme, tuomet ir vidiniai jausmai pradeda pritarti protui kuriant malda. Jausmai panyra į malda, joje dalyvauja ir Dievo vardo žavesio nugalėti daugiau nebeatitraukia proto nuo maldos.

Šėtonas su savo demonais, apsiginklavę aistromis, tūnančiomis senojo žmogaus širdyje, iki šiol dar savivaliauja. Jie įsitvirtina pačiame žmogaus išdidume. Čia, pačioje žmogaus savimonės šerdyje, iš aistrų šėtonas sau pasistato didžiulę šventovę. Bet šita, iki šiol neįveikiama tvirtovė, nelaisvėje laikiusi visus žmones visais laikais, dėl kalbamos protingos maldos, ima byrėti.

Šėtonas, matydamas, kaip griūva jo aistrų šventovė, nelieka abejingas. Jis kiekvieną akimirką išgalvoja vis naujus ir naujus kovos būdus, o Dievo malonė leidžia žmogų gundyti, kad taip jis tobulėtų dvasiškai. Šėtonas, matydamas, kad aistros silpsta, besimeldžiantį pradeda gąsdinti per vaizduotę, jam pasirodydamas pabaisų pavidalu, norėdamas žmogų visam laikui atstumti nuo maldos arba nors kuriam laikui, arba nors minutei. Kada žmogaus širdis ima dalyvauti maldoje, šėtonas, tai matydamas ir suvokdamas, kad neilgai jau galės būti tokioje širdyje, pyksta ir griežia dantimis, panašiai kaip karalius, kuris yra verčiamas nuo sosto ir iš jo yra atimama karalystė.

Šėtonas puikiai žino apie žmogaus galimybę melstis širdimi ir šito bijo labiausiai. Jeigu širdis su protu susijungia maldoje, tai kovoti su ja pasitelkiant aistras šėtonui darosi labai sunki, nes šiuo metu protas, palaikomas širdies, stipriai vadovauja, malonės pagalba nugalėdamas visas velnio pinkles. Dėmesingas protas pasiekia pačias nuodėmės gelmes ir blogio šaknis, tuo suduodamas smūgį ir padarydamas mirtiną žaizdą velnio galvoje. Egzistuoja įstatymas, nurodantis, jog jeigu aistrų šaknys aptinkamos širdyje, tai tuo pat metu jos yra ir sunaikinamos. O kada širdyje nebelieka blogio, tuomet velnias su savo demonais ten būti nebegali.

Kol šėtonas ir aistros tūno širdyje, jie yra užvaldę protą ir pamynę sielą su jos dorybėmis. Žmogaus širdis yra skirta būti Dievo namais, tačiau kol ji yra aistrų vergijoje, Dievas savo namuose būti negali. Kada širdis pradeda valytis, tuomet savo viešpatavimą žmogui prarandančio velnio gundymai pradeda darytis labai išradingi. Mirtinai sužeistas jis vis dar kontroliuoja širdies valdas. Bet baisiai pykdamas ir kildamas į vis aršesnę kovą, velnias prieš savo valią vis labiau yra priverstas apnuoginti slapčiausias aistrų šaknis. Aistros, aptiktos protu, akimirksniu yra sunaikinamos. O patyręs ir dėmesingas protas, nuolat sutvirtinamas malonės, atpažįsta pačias subtiliausias velnio gudrybes.

Tai laikas, kada Dievo malonė dovanoja žmogui galimybę pamatyti aistrų šaknis, jų pamatą – patį velnią su demonais, besislepiančiais širdyje. Šis laikas yra pats liūdniausias visame atgailos kelyje. Kančių sunkumas šiame periode yra lyginamas su mažosiomis pragaro kančiomis. Besimeldžiantysis proto ir širdies malda yra pradedamas gąsdinti įvairiausių į žvėris panašių būtybių ir neįsivaizduojamų pabaisų, puolančių pavieniui ir gaujomis, kad tik baimės nugalėtas maldininkas nustotų melstis. Besimeldžiantis žmogus nugalės gundymus ir viską pavers niekais, jeigu tik išlaikys dėmesį protu ir širdimi kuriamoje maldoje ir jam padės malonė, nuolat veikianti maldoje. Taip yra įgyjama didžioji kovos patirtis.

Demonas, patyręs nesėkmę puolimuose iš kairės pusės, t. y. gąsdinimu žvėrimis ir pabaisomis, ima rodytis gėrio pavidalu ir pačiu šventumu. Šiuos gundymus atpažinti sunkiau. Čia kai kurie pasišventusieji, savavališkai palikę dėmesingą maldą, būdavo giliai ir sunkiai sužeisti arba patirdavo visišką nesėkmę. Vis dėlto sėkmingai šiuos gundymus praėjo visi tie, kurie nekreipė dėmesio į jokių matomus atvaizdus, bet mintimis kalbėjosi su Kristumi, turėdami tvirtą tikėjimą – neregimą ir neįsivaizduojamą, tikėdami, kad Kristus yra šalia ir girdi. Atsilaikydavo tas, kuris žinojo ir atsiminė, kad jis negali jausminių regėjimų matyti Dievo, Dievo Motinos, Angelų ir šventųjų, taip pat tas, kuris prisiminė, kad dangiškieji regėjimai

suteikiami tik tam, kuris yra tyras širdimi. Nusidėjėliui tai, kas šventa, nėra apreiškiama.

Šėtonas sugeba prisiimti Kristaus atvaizdą, panašų į tą, kuris vaizduojamas ikonose ir šventuose paveiksluose. Taip pat jis gali parodyti atgyjančią ikoną ir iš jos nužengiantį Visagalį, pasiruošusį palaiminti, arba gali parodyti ikoną, judančią link tavęs ir vis didėjančią. Galima pamatyti šviesą, sklindančią iš ikonos, arba šventuosius Dangaus gyventojus, išgirsti balsus ar giedojimą, tarsi tai būtų Angelų choras, arba dar ką nors panašaus, ką žmogui, pasidavusiam jausmingumui, atpažinti ir atskirti yra sunku. Šėtonas tai daro tam, kad besimeldžiantysis, įsijautęs svajonėse, pagarbintų jį, velnią, apsimetusį vienu iš pasirodžiusių vaizdinių. Kai kurie besimeldžiantieji tą ir padarė, nuo ko pasižeidė jų protas ir jie puolė į silpnaprotybę. Bet tas, kuris žino, kokia yra aukšta nuodėmės atleidimo kaina, kuris žino savo nevertumą, tas dėmesį kreipia tik į maldą. Tik tas, kuris niekada nepasitiki savo jausmais, atlaiko gundymus išvengdamas nelaimių. Žinok, broli ir sese, kad taip elgdamasis visą savo atgailos laikotarpį, veikiant malonei, nugalėsi piktąjį, pažinsi Dievo valią, ją visiškai įvykdysi ir išsigelbėsi.

Žmogui, besimeldžiančiam protu ir širdimi kuriama malda, Viešpats parodo savo gailestingumą, kuris pasireiškia per maldos veikimą: malda ima tobulėti, protas išsilaisvina nuo aptemimo, širdis vis labiau apsivalo nuo aistrų ir nuodėmių. Tačiau net ir dabar malda vis dar lieka kuriamoji, nes, nors žmogus ir kovoja prieš velnią, demonus ir aistras, save atiduodamas Dievo valiai, tačiau šis atsidavimas yra tik dalinis. Maldos jausmas dar nepasiekė širdies gilumos, netapo širdies savybe, o visa tai dėl to, kad velnias dar yra įsišaknijęs širdyje, o širdies pamate įsitvirtinusi blogio šaknies šaknis yra savasties išdidumas.

Žmogus, taip neapleisdamas kovos, kenčia dieną ir naktį. Dėl begalinių gundymų kyla natūralus proto pyktis aistroms. Protas, pasipiktinęs blogiu, persipildo stipriausiu noru nebenusidėti, todėl jis su dideliu nuoseklumu ieško net mažiausių aistrų pasireiškimų, kad malda nedelsiant juos numarintų. Malonė neatsitraukdama padeda protui, pati protui likdama nepastebima

ir nematoma. Pagaliau dėl nenutrūkstamo dėmesingumo protas aptinka pačią blogio šaknies šaknį, viso blogio priežastį – išdidumą.

Kai tik su Dievo pagalba yra aptinkama blogio šaknis, visa kova yra nukreipiama prieš ją –išdidumą. Malonei padedant, išdidumas yra mirtinai sužeidžiamas ir pagaliau yra išstumiamas iš širdies. Širdis, sunaikinusi šią paskutinę aistrą, pagaliau išsilaisvina nuo visų aistrų. Didžioje kovoje yra sunaikinama šėtono gyvenamoji vieta ir taip jis yra išvaromas iš širdies lauk. Jis ten būti ilgiau nebegali, nes nebėra ten aistros namų, kurių pamatas ir pagrindas – savimonės išdidumas. Velniai nebėra daugiau kur gyventi ir slėptis, jis tapo matomas ir apšviestas, o šviesos jis neapkenčia labiausiai, nes velnias yra tamsa.

Išiučio apimtas velnias ruošiasi dvikovai – paskutiniajai kovai. Ir tuomet šėtonas besimeldžiančiam pasirodo visa savo siaubinga išvaizda, būnantis pragare ir laikantis ant kelių Judą išdaviką. Pragaro vaizdas didis ir siaubingas. Tačiau šėtonas, atėjęs su pragaro ugnimi į paskutinįją kovą, mato savo bejėgiškumą. O besimeldžiantysis ir šį kartą, nenukreipdamas proto nuo maldos, triuškina priešą saldžiausiuoju Viešpaties Jėzaus Kristaus vardu. Šėtonas išsigąsta, pradeda drebtį ir dingsta, visiškai palikdamas kovos lauką, pasišventusiojo lūpose pasirodydamas visiškai menkysta prieš Dievo vardą. Tokiu būdu protas visiškai apsivalo nuo aptemimo, širdis ir siela išsilaisvina nuo aistrų, nuodėmės ir velnio. Žmogus pradeda visiškai vykdyti Dievo valią.

Paskutinis gundymas Viešpaties yra leidžiamas tam, kad šėtonas būtų galutinai sugėdintas, o besimeldžiantysis būtų išbandytas visais gundymais, vykstančiais su pasišventusiais maldininkais. Iki šio momento malda ir Dievo malonė veikė išoriškai, trokšdama įsiskverbti į širdį, kartu į ją įvesdama protą, o velnias kovojo, būdamas širdies viduje, kas buvo jam gana patogiu. Dabar gi malonė su malda įeina į nutyrintą širdį ir Pats Dievas apsigyvena joje kaip pirmąpradžiai Jam skirtuose namuose.

Malda šiame etape virsta tobulesne ir iš kuriamosios ji tampa savaimine. Čia yra riba tarp dviejų pagrindinių pasišventusiojo periodų. Baigiasi kuriamasis apsivalymo periodas ir prasideda

proto nušvitimo periodas – prasmingas įsigilinimas. Nuo šiol kūniško proto bei atgailos kelias atveda į turtėjimą Šventojoje Dvasioje. Prasideda dvasinis gyvenimas.

Nuo šiol malda pereina į širdies jausmą ir žmogus, Šventajai Dvasiai veikiant, pradeda melstis širdimi, stovėdamas Dievo akivaizdoje. Velnias, išvartytas lauk, pats žmogaus daugiau jau nebepuola, bet pradeda veikti per kitus žmones, juose sužadindamas pavydą ir neapykantą. Dabar žmonės pradeda persekioti tikrąjį Kristaus sekėją, stengdamiesi jam visaip pakenkti.

Tokia yra bendra kovos tvarka. Bet sugrįžkime truputį atgal. Taigi žmogus, atpažinęs širdyje šeimininkaujančią blogio šaknį – išdidumą, sukyla prieš jį, numarina ir išmeta lauk, kartu išvalydamas širdį nuo visų aistrų ir šėtono. Pastebėtina, jog toks pasišventusysis negali būti savivaliautojas, nes širdis yra apvaloma paties Dievo už Jo valios vykdymą ir nepaliaujamą prisiminimą apie Jį maldoje. Jeigu širdis tyra, vadinasi, žmogus Dievo valią visiškai pažino ir išmoko ją vykdyti. O Dievo valia susideda iš to, kad žmogus iš Dievo priimtų didžią dovaną, nė su kuo nesulyginamą dorybę – širdyje gyvenantį maldos jausmą, kuris nuolat yra Šventosios Dvasios įkvepiamas.

Tarp tikrųjų dvasinių dorybių, kurios įgyjamos nutyrinus širdį, ypač yra išaukštinta nusižeminimo dorybė, dar vadinama išmintingu nusižeminimu. Iš esmės nusižeminimas – tai tikrasis teisingas savęs pažinimas, gimęs patiriant nuoskaudas ir kančias, nesėkmes ir bejėgiškumą, kada kovoje su blogiu žmogus atpažįsta tikrąjį savojo „aš“ menkumą. Visa tai, kas iki šiol buvo vadinama nusižeminimu, buvo tik jo atvaizdas, kažkoks panašumas, kuris neturėjo nieko bendra su savęs pažinimu ir buvo palyginti nenaudingas.

Atskirti protu ir širdimi kuriamą malda nuo protu kuriamos maldos galima tik pagal anksčiau aprašytus malda lydinčius gundymus bei jų pobūdį, ir ne kitaip. Ypatingas protu ir širdimi kuriamos maldos požymis yra nesiblaškantis dėmesys. Meldžiantis dabar svarbu ne tiek maldos skaičius (kiekis), kiek jos kokybė ir dėmesys, kad būtų aptikti demonų pulkai ir jų gudrybės.

Meldžiantis protu ir širdimi kuriama malda dėmesys turi būti koncentruojamas ten pat, kaip ir protu kuriamos maldos laikotarpiu, tai yra protas, kreipdamas dėmesį į maldą, tegul pasilieka gerklų srityje, ten, kur yra žodžio organas, kur yra ryjamas maistas. Tai yra patvirtinta patirtimi ir apie tai kalba Pasijus Veličkovskis. Kalbant apie proto sujungimą su širdimi, pasakytina, kad, kaip minėta anksčiau, pati malonė besimeldžiančiojo protą įveda į širdį. Ir tai įvyksta tinkamu laiku, ne anksčiau negu širdis apsivalo nuo aistrų.

Įsidėmėk, šventos maldos į Jėzų kalbėtojai, štai ką: su dideliu nuoseklumu būk prikaustęs dėmesį ten, kur liepiama. Jeigu besimeldamas leisi protui suktis kitose tavo esybės vietose, tai sukelsi sau didį liūdesį, neturėdamas jokios naudos. Kreipdamas protą ten, kur nurodyta, rasi trumpiausią kelią protui į širdį, kad visa sielos pilnatvė, nepalijamai meldamasis šlovinimo žodžius ir nusižeminęs kiltum prie Viešpaties „dvasia ir tiesa“ (Jn 4, 24). Maldoje visokeriopai venk dėmesį kreipti į galvą, pilvo vidų, inkstus, kas labai žalinga. Savo dėmesį būk prikaustęs ten, kur nusakyta.

Šventųjų tėvų yra pasakyta, kad kelią į širdį nurodo Pats Viešpats. Bet tik tuomet, kai širdis tampa tyra. Pats Viešpats besimeldžiantį protą įveda į širdį, o kartu su malda įeina ir Pats Viešpats, nes Viešpaties vardas yra neatskiriamas nuo Viešpaties. Te nedrįsta žmogus, esant dar nenutyrintai širdžiai, ieškoti savarankiškų kelių, vedančių į širdį, nes bus sugėdintas. Nėra kito kelio, kaip tik nurodytasis. Šventieji tėvai nemini jokios kitos dėmesio koncentracijos vietos. Jie apie tai rašė labai glaustai ir trumpai, nes jų gyvenimo laikotarpiu darbininkų šio švento užsiėmimo pjūtyje buvo daug, todėl nebuvo poreikio apie tai plačiai kalbėti.

Protui susijungus su širdimi, žmogus jau būna pasirengęs pereiti į kitą maldos lygmenį – savaiminę maldą. Mokytojai tokiam žmogui jau nebereikalingi, nes Pats Viešpats gyvena jo širdyje. Dabar jo žmogiškieji norai ir veiksmai sutampa su Šventąja Dievo valia. Protui susijungus su širdimi, žmogui yra dovanojamas tiesos žinojimas: jis įgyja tikrąjį savęs pažinimą ir pradeda suvokti Šventojo Rašto esmę. Dabar jis trokšta

pasidalyti su artimais tuo, kas jam yra malonės atverta. Tačiau žmogus privalo labai nuoširdžiai save saugoti tylėdamas ir visomis jėgomis saugoti tylą, esančią jo širdyje. Jeigu šalia yra patyręs senolis ar šiaip kas nors, praktikavęs tobulos maldos kelią, tai, išsaugant jam pagarbą, būtų pravartu su juo pabendrauti. Naudinga pasiklausti dvasiškai patyrusių žmonių, kurių žodis perpildytas dvasinės išminties ir kurie savo pažinimu yra tikrieji Dievo Žodžio skelbėjai – šviesa pasauliui.

Maldininkui, kol jis netapo nutyrintas širdimi, negalima kreipti dėmesio į fizinius pojūčius: į šilumą kūne ar krūtinėje, karštį išorėje ar viduje. Visa tai reikia atmesti, tam neteikiant jokios reikšmės. Tokia šiluma turi kūnišką prigimtį. Visi šie reiškiniai natūralūs – nerviniai, todėl bereikšmiai, o jeigu žmogus juos priims kaip siųstuosius malonės, tai dėl to neišvengiamai kils puikybė. Gali atsirasti saldumas gerklėje ar girdėtis kokie nors palaimingi garsai arba žmogus gali dar ką nors pajusti, kas neišvengiamai bus sukelta vieno iš penkių žmogaus pojūčių. Į nieką jausminį dėmesio nekreipk, viską gink šalin. Galvok tik apie maldą ir jai skirk visą dėmesį. Malda apima viską, kas tau yra reikalinga ir veda link to, kas pasakyta: „Ko akis neregėjo, ko ausis negirdėjo, kas žmogui į mintį neatėjo, tai paruošė Dievas tiems, kurie jį myli“ (1 Kor 2, 9). Kada širdis bus apvalyta Dievo malone, tuomet Viešpats apsigyvens ir veiks joje, o Viešpatyje yra ir malonė, ir dovanos, ir visa, kas tik įmanoma. Viešpats, save atidavęs žmogui, dovanoja ir tai, kas priklauso Jam.

Veikiant Dievo malonei atgimsta dorybės, jos įsitvirtina giliai žmogaus širdyje. Štai kas yra nuostabu ir turi žavėti besimeldžiantįjį, o ne kas kita. Kai širdis dar nenutyrinta, jeigu ir veikia malonė, tai tik tokia, kuri pažadina iš nuodėmingo snaudulio. Po šios vėliau pradeda veikti baudžianti ir atsitraukianti – mokojoji malonė, tai yra malonė, kuri vadovauja žmogaus protui atgailos kelyje, jį moko tobulindama dėmesingoje maldoje nusižeminus vykdyti Dievo valią, kovoje su gundymais ugdyti dorybes, pažinti savo menkumą ir nuodėmingumą.

Visi, kurie laikė save vertais Dievo malonės dovanų, laukė apdovanojimų, regėjimų ir stebuklų, visi jie pateko į priešo spąstus. O tie, kurie nepaliaujamai meldėsi, giliai suvokdami savo nuodėmes, silpnumą, menkumą ir nevertumą, pasitikėdami tik iš meilės juos globojančiu Dievu, sėkmingai pasiekė uostą. Jie išmoko vykdyti Dievo valią, pagal ją gyventi, Dievo norus pildo kaip savo asmeninius, nes ir vieni, ir kiti visiškai sutampa. Tad kas beatsitiktų tavo maldos kelyje – gera ar bloga, gundymai ar pasirodymai, jog aplankė malonė, į nieką nekreipk dėmesio. Visas viltis sudėk tik į Viešpatį. Jis Pats maldoje veikia Savo malone. Atsiduok išskirtinai tik maldai, nes joje glūdi visos įmanomos dovanos ir stebuklų galimybės. Kai visiškai atsidavęs Dievui savo dėmesį nukreipi į maldą, tu eini su Viešpačiu, o prisiliedamas prie ko nors kito, nors jis ir atrodytų kaip pati malonė, tu palieki Viešpatį. Nes viskas tavo yra Viešpatyje, ir kiekviena minutė, praleista nemąstant apie Dievą, yra tavo praradimas.

Pradėjus melstis protu ir širdimi kuriama malda, kalbėti reikėtų dar mažiau negu protu kuriamos maldos laikotarpiu. Valgant reikėtų susilaikyti dar griežčiau ir maitintis tik tiek, kiek reikia gyvybei palaikyti. Miegok šešias–septynias valandas, jeigu malda nepareikalaus mažiau, o jeigu būsi išsekęs – aštuonias. Nieko neįžeisk, visiems atleisk, kada tik gali pasistenk mąstyti apie mirtį ir pragaro kančias. Gyventi šiuo laikotarpiu reikėtų asketiškai ir viską, kas tau būtina, reikėtų daryti pačiam, nieko nesitikint iš kitų. Nepaliaujamai už viską dėkok Dievui, nuo visko susilaikyk. Prieš nusivylimą kovok malda ir fiziniu darbu. Geriausia ir patogiausia šitos tris maldos lygmenis – žodinę, kuriama protu bei kuriama protu ir širdimi – praeiti būnant žemiausio rango. Nors galima įvaldžiusį protu kuriama maldą įvilkti į mantiją, o įvaldžiusį protu ir širdimi kuriama maldą – į schimą, bet, kaip minėta, geriau tai padaryti paklusnumo etape. Eiti išpažinties galima įvairiai – ir dažniau, ir rečiau, atsižvelgiant į galimybes. Neliūdėk, jei dėl neįveikiamų aplinkybių tai galėsi daryti itin retai – kartą per metus ar dar rečiau. Svarbiausia, kad niekuomet neapleistum dėmesingos maldos. Išpažinties vertė priklauso ne nuo dažnumo ar retumo,

bet nuo pagarbos sakramentui ir savo nuodėmingumo suvokimo. Atsiskyrėliai, kurie pasitraukdavo į dykumą, nematydavo žmogaus veido ir neidavo išpažinties, neminint retų atvejų, bet būtent „jie, kurių pasaulis nebuvo vertas“ (Žyd 11, 38), buvo didūs Dievo akyse, o ne dažnai einantieji išpažinties. Atsimink Dievo Meilę tau ir gerbk sakramentus.

Pasileidimo aistros puolimai tegul tavęs negąsdina, nes ji nuolat parazituoja mūsų viduje ir kova su ja tęsiasi iki mirties. Bet jei užmiegi su malda lūpose ir prieš miegą nepasiduodi aistringoms mintims, o naktį vis dėlto pasitaiko geidulingų sapnų, neliūdėk – tai atsitinka dėl velnio pavydo, kuris įkaitina aistrą. Dieną to nebeprisimink, kad neužterštum proto, ir būk dėmesingas maldoje.

Prieš visas aistras kovok, nuolat melddamasis, ir nepaliaujamai kovok ir kovok. Knygas skaityk turinčias bendra su tuo, ką tu darai, o visų geriausia tai: „Gėrio meilė“, taip pat Jono Laiptininko, Izaoko Siriečio, Pasijaus Veličkovskio ir kitų šventųjų tėvų darbus, o ypač penktąjį „Gėrio meilės“ tomą. Jokių būdu nepaniekink šventųjų nurodymų, nes jie yra dvasinės tobulėjimo patirties pamatas, patvirtintas šiuolaikinių šventųjų tėvų, ir tau gali būti vadovu, meldžiantis protine ir dvasine malda į Jėzų. Kitas knygas ir meninę literatūrą šiuo metu padėk į šalį ir neskaityk, kad protas galėtų mąstyti tik apie malda ir su ja susijusius dalykus. Savo gyvenimą sutvarkyk taip, kad galėtum tobulėti ir lavintis maldoje, kaip buvo nurodyta anksčiau.

Visa tai, kas čia buvo išdėstyta apie malda, yra įmanoma žmogaus jėgoms. Žodine, kuriama protu bei kuriama protu ir širdimi malda meldžiasi senasis žmogus, dar neatgimęs iš aukštybių. Tai protingos maldos periodas, kai malda yra kuriama žmogaus pastangomis. Tik tolesniame – tobulesniame maldos etape visiškai atsiduodama Dievo valiai ir malda pradeda lieti veikiant Šventajai Dvasiai.

Pakartokime, kas buvo išdėstyta. Meldžiantis protinga malda, iš žmogaus reikalaujama nuolat prisiversti melstis ir į malda kreipti visą savo dėmesį – išsiugdyti įprotį. Patogiausia būtų laiką leisti nusišalinus nuo žmonių, saugoti vidinę ir išorinę tylą ir nekalbėti, o esant reikalui kalbėtis tik apie tai, kas naudinga, –

apie mirtį, pragarą, neatgailavusių nusidėjėlių kančias. Didesnio liūdesio momentais galima mąstyti apie rojų, teisiųjų palaimą, dėl ko ir kenčiama šioje žemėje, perpildytoje liūdesio. Priekaištus ir pasityčiojimus pakęsk kantriai dėl Viešpaties Karalystės ir amžinojo gyvenimo. Viską pakelk nemurmėdamas: šaltį, alkį, nuogumą, laukimą, gundymus, ligas, suspaudimus, visokeriopą liūdesį ir sunkumus. Maitinkis visuomet saikingai, nes apsunkimas slėgs. Visuomet būk alkstantis ir trokštantis teisybės. Todėl ir nuo stalo visuomet pasitrauk, kol dar sočiai neprivalgei ir neprigėrei, jausdamas, kad dar galėtum ką nors suvalgyti ar išgerti.

Viską, ką dirbi ar veiki, reikia atlikti sąžiningai, laikantis vidurio, tai yra neužbėgti į priekį, bet ir neatsilikti. Laisvu laiku arba kai protas pavargsta nuo įtampos maldoje, reikia skaityti sielai naudingas knygas. Visokeriopai venk tokių vietų, kuriose negauni naudos išganymui. Gyvenantiems kartu su dvasios tėvu arba vienuolyne, būtina atsižadėti savo valios ir vykdyti šventą paklusnumą, kuris yra „aukščiau maldos ir pasninko“. Darbų, kuriems tavęs nepašaukė Viešpats, nepradėk. Viskas, ko reikia visiems maldoms tobulėjimo etapams, yra aprašyta čia. Nuolat nuoširdžiai melskis ir elkis taip, kaip čia nurodyta.

Žmogus, pradėjęs melstis malda į Jėzų, visiškai atsiduoda Dievo valiai ir yra paties Viešpaties saugomas bei vedamas. Ėjimas kitu – savarankišku keliu yra nevaisingas, atgaila be Viešpaties yra neįmanoma. Patyrus nesėkmę, nereikia nusivilti, bet ją atiduoti į Dievo rankas, tokiu būdu per patirtą nesėkmę pjausi pažangos vaisių. Vaizduotei peną reikia duoti savo kūną regint gulintį karste, pilną kirminų, ir kuriuo besirūpinant buvo prarasta tiek laiko. Artimiesiems atleisk visus jų įžeidimus ir smerkimus. Teisk tik save, bet ne kitus. Kitų darbus gali teisti tik tas, kuris prieš tai yra nuteisęs save teisingu teismu.

Maldoje negudrauk, melskis paprastai, vaikiškai pasitikėdamas, kad Dievas yra šalia ir girdi tavo maldos žodžius. Ištikus nesėkmei nenusimink. Nepasiduok minčiai, kad pasieksi tą ir tą tada ir tada. Šie dalykai yra Dievo rankose. Dovanas Jis suteikia tuomet, kada mes to nusipelnome vykdydami Dievo valią ir kada esame pajėgūs šias dovanas priimti, nes kitaip naujas vynas

bus pralietas iš senų mūsų vynmaišių. Dievas apdovanoja besimeldžiantįjį pagal tai, kaip jis stengiasi nuolat melstis ir maldoje tobulėti. Mūsų esminis tikslas – visada ir visur save visokeriopai versti atsiduoti mumis besirūpinančiai Dievo valiai, būti kantriems, pasitikėti Dievu ir jokia būdu neapleisti maldos.

Savo penkis išorinius pojūčius – regėjimą, klausą, skonį, lytėjimą – visuomet kontroliuok, kad šie širdies blogio vedliai, atitraukiantys protą nuo maldos ir siekiantys sugundyti išoriškai, tau nevadovautų. Mintis, kylančias iš širdies, reikia ginti šalin, jas maldoje sudaužant į Dievo vardo akmenį. Nuolat budint reikia dėmesingai stebėti savo jausmus. Savo celėje įsitaisyk taip, kad niekas neblaškytų ir padėtų susikaupti protui. Jeigu nupuoli, t. y. užmiršti apie malda, mintyse linksminiesi, tuoj pat stokis, vėl atsimink malda, melskis ir būk dėmesingas. Ir kiekvieną kartą, kai nupuolęs vėl prisiminsi malda, pradėk melstis iš naujo ir stebėk, kad malda būtų kalbama protu.

Visa tai, ko tau reikia, kad galėtum tobulėti šiuose maldos etapuose, čia aprašyta gana smulkiai ir paprastai. Kitose knygos tokio aprašymo nerasi, o tai dėl mano nepajėgumo melstis man ir sukėlė didžiausių sunkumų. Senovės šventieji tėvai rašė apie tobulą malda, bet vos tik atvėrę duris, vėl jas užverdavo, kad užuominomis sužadinę klausimus pradedančiuosius priverstų kreiptis į patyrusius dvasios tėvus, kurių tuo metu netrūko. O patyrusieji savo ruožtu padėdavo išsiaiškinti visus tobulos maldos kelyje kylančius nesusipratimus. Žmogus, pradėjęs protingai melstis, susidurdamas su daugybe gundymų ir abejonių, pats tapdavo nepajėgus išsiaiškinti iš labai glaustų aprašymų. Šventųjų tėvų protas buvo tobulas, ir tai, kas mums kelia nesusipratimą, jiems buvo aišku ir paprasta, todėl jie nesigilindavo į smulkmenas. Besimeldžiančių tobula malda tuo metu buvo daug, todėl ir buvo kam smulkiau paaiškinti detales.

Šis tekstas rašomas vadovaujantis šventųjų tėvų mokymu, tik be paslapčių, visiškai atvirai, besimeldžiančiųjų naudai. Dabartiniu metu patyrusieji labai nusmuko ir beveik nebėra kam paaiškinti, kaip tobulai melstis, kas yra žmogaus išsigelbėjimas, įžvelgiant savo nuodėmingumą ir menkumą bei nutyrinant širdį. Todėl

šiuo metu yra nepaprastai svarbu ne slėpti, bet kiek įmanoma labiau atidengti įvairias detales, išaiškinant proto nesusipratimus ir suteikiant reikalingus atsakymus, kad protas su siela, stipriai nusiminę, nepultų į neviltį.

Tobulėjimo maldoje periodą – savęs vertimo laikotarpį įvardyti metais ar dešimtmečiais neįmanoma. Trukmė priklauso nuo žmogaus pastangų, gyvenimo būdo iki žmogus pradės maldos kelią, nuo širdies užkietėjimo, savimeilės ir aistrų įsišaknijimo ir nuo tokių priežasčių kaip greitumas arba lėtumas nutraukiant ryšius su pasauliu, taip pat nuo pasiryžimo atsisakyti padėties, turtų, pinigų. Tačiau esant bet kuriai sąlygai, visiems galioja vienas įstatymas – nuolat melstis ir nepaliauti, vadovaujantis tuo, kas čia aprašyta.

Melsdamasis protu ir širdimi, apie tokią maldą niekuomet nesigirk ir apie ją niekam, išskyrus senolį, nepasakok. Ši malda gimsta širdyje, slaptai ir reikalinga ne tam, kad pasigirtum, bet kad per malonę išsilaisvintum nuo aistrų, nuodėmės ir velnio. Tau, nusidėjėli, malda reikalinga ne išaukštinti save, apie ją pasakoti ar pasigirti, bet, padedat Dievo malonei, nutyrinti širdį. Jokia kita taisykle nesivadovauk, o gyvenk tik pagal vieną „nepaliaujamą taisyklę“ – melstis nepaliaujama malda. Ši paprasta taisyklė turėtų būti tokia: vakarine malda melskis vakare, rytine – ryte. Skaityk akatistus (bažnytinės šlovinančios giesmės), kanonus, kafizmus ir dar ką gali. Galima skaityti po skyrių iš Evangelijos ir Apaštalų laiškų, po viso šito pridėk po penkias šimtaines maldų į Jėzų ryte ir vakare. O kada turi neatidėliotinų reikalų, tai, atsiprašęs Viešpaties ir iš širdies gilumos atsidusęs, savęs negrauždamas tai daryk su malda į Jėzų. Iš maldaknygės skaitomą maldą galima trumpinti, o maldų į Jėzų skaičių didinti pagal esamą įgūdį, nes malda į Jėzų savo žavesiu palaipsniui nugali protą ir jis jau nebenori šios maldos apleisti. Laiką tarp rytinės ir vakarinės maldų praleisk kalbėdamas malda į Jėzų.

Savanoriškai neduok jokių pažadų, nes jų neįvykdęs labai sutriksi, o įvykdęs pažadą neišvengsi save giriančių ar net išdidžių minčių. Geriau nieko nežadėk, bet viską, ką nori padaryti, vykdyk su Dievo pagalba. O tokiomis taisyklėmis,

kaip kad „būtinai įvykdysiu“, nesivadovauk. Kiekvieno žmogaus gyvenime nutinka įvairių dalykų ir ne visuomet įmanoma įgyvendinti visus pasiryžimus, o ko nors pasižadėto neįvykdžius prarandama ir anksčiau įvykdyto pasižadėjimo nauda. Šiuo atveju patogiausia būtų elgtis taip: nusistatyk sau pasiryžimą valandai, dviem, trimis, atsižvelgdamas į galimybes, ir stenkis jį įvykdyti, bet tvirtai nepasižadėk.

Iškilus kokiam nors nesusipratimui labai nenusivilk, melskis ir Viešpats parodys teisingą sprendimą, prabildamas per sąžinės balsą, per šventųjų tėvų raštus arba per Šventąjį Raštą. Viską daryk taip, kad neprieštarautum Dievo valiai, išreikštai per Dievo Įsakymus, kurie mums duoti kaip gyvenimo vadovai.

Visa tai, kas šventųjų tėvų parašyta apie tobulą maldą į Jėzų, yra jų nurodymai apie proto įvedimą į širdį kvėpavimo takais ir kitokiais keliais. Jie pateikti tam, kad padėtų atrasti kelią į širdį. Elkis taip, kaip yra trumpai ir paprastai nurodyta šiame aprašyme. Daryk taip ir neapsiriksi.

Kaip rasti kelią į širdį, neišgyvenk, tik nuolat melskis, kovodamas su aistromis, o Viešpats Pats įeis į nutyrintą širdį, su savimi įvesdamas ir protą, ir maldą, nes širdis – Dievo namai, ir kelią į ją žino tik vienas Dievas. Jeigu širdyje verda aistros ar yra likusi nors viena nuodėmė, Viešpats joje būti negali. Kur yra Viešpats, ten nėra nuodėmės. O be Viešpaties ir protui, ir maldai širdyje nėra prasmės būti. Viešpats išorėje – ir malda su protu išorėje. Kai Viešpats apvalys širdį, tuomet joje bus ir protas, ir malda, ir Pats Viešpats, nes maldoje yra Dievo vardas, o kur yra Šventas Jo vardas, ten yra ir pats Viešpats. Taip reikia suprasti širdį ir kelią į ją.

Melskis paprastai ir nuoširdžiai ir niekada negudrauk. Viešpats girdi tavo maldą, tikėk tuo. Blogas mintis atmesk, venk nuodėmės, save laikyk nuodėmingiausiu iš visų ir visokeriopai nevertu Dievo. Verk, liūdėk ir gilinkis į maldą.

PROTO IR ŠIRDIES SAVAIMINĖ MALDA

Po viso to, ką žmogui teko išgyventi atgailos kelyje, po didžio liūdesio žmogus visiškai atsiduoda Dievo valiai ir malonės dėka

tampa Dievo sūnumi. Dabar protas kartu su malda yra įvedamas į širdį ir prasideda proto ir širdies savaiminė malda. Nuo šiol žmogus įgyja tikrąjį pažinimą, pradeda nuolankiai vykdyti Dievo valią, gyvena tikrąjį dvasinį gyvenimą, jo protas įgyja tikrąją išmintį, pasiekdamas vieną iš proto buveinių, apie kurias Viešpaties pasakytą: „Mano tėvo namuose daug buveinių“ (Jn 14, 2).

Protas, susijungęs su širdimi, kartu su ja pradeda melstis jau ne žodžiu ir ne mintimi, o pačiu širdies jausmu, nenutrūkstamu ir nesibaigiančiu net ir miego metu, ir bet kuriuo laiku, nes šitas jausmas yra nepaliamojamas. Žmogus tuomet visa savo proto ir širdies esybe ima nepaliamojamai melstis Viešpačiui, su dėkingumu ir iš visos širdies patikėdamas jam visą save. Kartu su malda yra išugdomos visos dorybės, tarp jų ir širdies dėkingumo jausmas. Žmogus pradeda gyventi dvasinį gyvenimą, skleisdamas dorybes, ir taip jis gyvena norėdamas ne pasirodyti, o tai darydamas iš visos širdies.

Protas, vieną kartą įėjęs į širdį, jau niekada iš ten nebeišeina. Jeigu jis ir atsiskiria nuo širdies, kreipdamasis į ką nors išorinį, tai tik dėl būtinybės, paviršutiniškai, nedalyvaujant širdžiai. Protas susijungęs su širdimi ir jos dvasiniais jausmais, nepaliamojamai bendrauja su Dievu ir su savo siela, artindamasis prie jos ir ją artindamas prie savęs – toks yra žmogaus, gyvenančio tikrąjį dvasinį, kupiną išminties gyvenimą, meldimasis.

Veikiant maldai palaipsniui ugdomos dorybės, jos stiprėja ir tobulėja. Ugdantis vienai dorybei, kartu ugdomos ir kitos. Visiškai išsiugdžius vieną dorybę, nenutrūkstamai kartu visiškai išstobulinamos ir visos kitos dorybės, nes visos dorybės yra vienos prigimties ir sudaro vieną vientisą sielą. Visų dorybių be vienos ir vienos be visų nebūna, jos įsitvirtina širdyje ir yra Tiesos dalis, o Tiesa – viena ir nedaloma.

Pirmoji iš tikrųjų dorybių, atsiskleidžianti protui susijungus su širdimi, yra nusižeminimas. Tobulas nusižeminimas yra tikrasis savęs pažinimas, skatinantis išmintingąjį nusižeminimą. Per tai žmogus visiškai atpažįsta savo išdidųjį ir niekingąjį „aš“, Dievo valia sukurtą iš nieko ir dabar paties susivoktą. Žmogus pagaliau

suvokia, kad yra dulkė, o gyvybės dvasia, kurią jam įkvėpė Kūrėjas, – jo siela – yra Dievo kvėpavimas. Viskas, kas joje brangu, yra iš Dievo, o jis pats – žemės dulkė.

Kada Dievas, jau Pats visur ir visada vadovaudamas žmogui, leidžia jam save pažinti kaip patį niekingiausią iš visų esančių kūrinių, tuomet kartu su savęs pažinimu žmogui yra suteikiamas ir Dievo pažinimas, kuris šventųjų tėvų yra vadinamas „tiesos žinojimu“. Tiesos žinojimas iš esmės yra protingas Dievo regėjimas dvasinėmis akimis. Dievas leidžia pažinti Save, o tai ir sudaro žmogaus gyvenimo ieškojimų esmę. Tai yra didžiulė dovana, nė su kuo nepalyginama. Tai yra tai, ką galima kontempliuoti tik grynai dvasiškai. Štai kodėl tai negali būti dovanojama anksčiau, kada žmogus dar tebėra senosios būsenos.

Kur dovanos, ten ir Pats jų teikėjas – Dievas. Kam Dievas dovanojo tikrąją dorybę, tam dovanoja ir Patį Save, nes tikroji dorybė yra Dieviškoji dorybė. Todėl žmogus, visiškai atsidavęs Dievo valiai, gavęs iš Dievo tai, ko ieškojęs – tiesos žinojimą, pradeda gyventi tikrai dvasinį gyvenimą – „gyventi pagal Dievą“, ir tai jau visam laikui. Iki šiol žmogus gyveno vadovaudamasis kūniška išmintimi, nors save ir laikė dvasiniu žmogumi, bet jis klydo.

Juslinis žmogus nuo dvasinio žmogaus visiškai skiriasi. Kaip moko apaštalas Paulius: „Deja, juslinis žmogus nepriima to, kas ateina iš Dievo Dvasios. Jis tai laiko kvailyste ir nepajėgia suprasti, kad tuos dalykus reikia vertinti dvasia. Dvasinis žmogus gali spręsti apie viską, bet niekas negali spręsti apie jį“ (1 Kor 2, 14–15). Griežtai kalbant, dvasinis gyvenimas prasideda tik priėmus Šventąją Dvasią, kuri žmogaus dvasiai ir suteikia amžinąjį gyvenimą.

PROTO IR ŠIRDIES TYRA MALDA

Kaip buvo minėta, visiškai atsidavęs Dievo valiai, žmogus pradeda melstis dvasine malda – tai pirmoji dvasinės maldos pakopa, vadinama proto ir širdies savaimine malda. Apie tai buvo kalbėta nors ir nedaug, tačiau pakankamai. Po to sugebama susitelkti dar tobulesnei maldai – tyrai malda. Ši malda kalbama

protu ir širdimi, kurie jau visiškai apvalyti nuo aistrų ir aptemimo. Neastringa širdis meldžiasi tyrai, mintys iš tokios širdies jau nebekyla, todėl, kada protas yra išlaisvintas nuo minčių ir nuodėmingų norų, žmogus tampa tyras.

Tokia malda yra tikrai kontempliatyvi, ir žmogus dabar jau gyvena visiškai dvasinį, kupiną išminties gyvenimą. Šitaip gyvendamas žmogus meldžiasi veikiant Šventajai Tiesos Dvasiai. Tikrosios išminties dorybės Dievo yra ugdomos ir pereina į vis naujus lygmenis. Viešpats žmogų šviečia tiek, kiek žmogaus protas yra pajėgus suvokti, o siela – išjausti teikiamą malonę. Dievas Save visą atiduoda žmogui, ir žmogus ima šaukti Viešpačiui, tirpdamas nuo Viešpaties maloningos meilės jam: „Nuramink, Viešpatie, Tėve Šventas, Savo malonės bangas, nes aš tirpstu kaip vaškas.“

Žmogui, kontempliatyvios būsenos meldžiantis tyra malda, tampa įmanoma numatyti tolimesnes tobulėjimo pakopas, kurias galima pasiekti kalbant regimąją malda. Žmogui gyvenant gilų dvasinį gyvenimą, jo protas ima nepaliamamai tobulėti, visos dorybės, apšviestos Dievo malonės, pasiekia pilnatvę – ima maitintis Šventosios Dvasios maistu nuo Dangiškojo Tėvo stalo. Žmogus savo protu apsigyvena Dangiškoje buveinėje, praeidamas įvairias tikrojo regėjimo pakopas, vieną po kitos lankydamas Dangiškojo Tėvo šviesiąsias buveines.

Gilaus dvasinio gyvenimo metu žmogus yra kryžiaus nešėjas, panašiai kaip Kristus, visada ir visur vykdydamas savo Dangiškojo Tėvo valią. Kryžiaus nešėju be kančios būti neįmanoma, nes ir Kristus, Dievo Sūnus pagal prigimtį, visą savo žemiškąjį gyvenimą nugyveno apimtas sielvarto ir kančios. Dvasinio gyvenimo sielvartas apima ir visą dvasinį žmogų, bet šitas sielvartas yra ne toks, koks būna sielvartas žmonių, veikiančių dar tik savo pastangomis. Tai dvasinis sielvartas. Visame kelyje pažangos link, siekiant aukščiausiojo tikslo, kyla daugybė sunkumų, ir dvasinis keleivis nėra išsilaisvinęs nuo sielvarto, nors jau yra laisvas nuo aistrų. O sielvartas būna toks didelis, kad jį pakelti gali tik tas, kurį palaiko sūnaus meilė Dangiškajam Tėvui. Tėvas šį naująjį žmogų kelia vis aukščiau ir

iš savo meilės jam atveria paslaptingas žinias apie žmogų ir apie Save Patį – nesuvokiamąjį.

Prasidėjus giliam dvasiniam gyvenimui, miegas nuo žmogaus ima trauktis, kūnas užmiršta apie maistą, protas persipildo apreiškimų. Visa tai yra įmanoma tik tiems, kurie yra stiprūs savo dvasia. Meilė Dievui ir artimui tampa nesulaikoma, protas ima degti, liepsnodamas meile.

REGIMOJI MALDA

Visa tai, kas čia parašyta apie tikrai dvasinį protą, pradedant nuo visiško atsidavimo Dievo valiai ir baigiant regimąja malda, gali būti teisingai suprasta tik tuomet, kada žmogus pats pereis į tikrąją proto ir sielos dvasinę išminties būseną. Kitu atveju, skaitant tai, kas čia išdėstyta, bet koks bandymas suprasti dvasinių apsiareiškimų prasmę gali būti klaidingas, nes protui, kol jis vadovaujasi kūniška išmintimi, neduota suprasti to, kas apreiškta Dievo Dvasios, nes tikri dvasiniai dalykai yra paslaptis.

Tikrasis proto regėjimas atsiranda tik pradėjus gyventi gilų dvasinį gyvenimą. Tyra malda sukuria aukščiausiąją visų dorybių pakopą – regimąją maldą. Ši dorybė dar yra vadinama dvasios skaistybe. Melsdamasis regimąja malda žmogus tiesiogiai regi Dievą, suvokia Jo kūrimo planą, pradedant žmogaus sukūrimu ir baigiant antruoju Kristaus atėjimu ir Baisiuoju Teismu, protas nusidriekia iki didžiųjų Dievo paslapčių suvokimo.

Labiausiai verti iš pasiekusiųjų gilų dvasinį protą Dangiškojo Tėvo yra apgyvendinami aukščiausiose dangaus dvasios skaistybės buveinėse, nes yra reikalinga, kad nors kai kurie įgytų visas įmanomas žmogiškąsias galimybes. Tokių žmonių dvasinė išmintis pereina į dvasinį skaistumą, dvasinis gyvenimas ir tyra malda pereina į regimąją maldą. Visa tai sutvarko pats Viešpats, dangaus paslaptimis maitindamas tokį dangiškąjį žmogų, kuris gyvena dvasiškai, tačiau kūniškai dar klajoja žemėje. Dievas jam padeda atsiverti regimajai maldai, kad jis regėtų Dievo paslaptis. Ir tai yra aukščiausias proto ir sielos nušvitimas dvasios skaistybėje, žmogus gauna visus įmanomus

tobulumus, patiria maksimalų Dievo artumą ir priartėja prie apokaliptinio miesto – „naujosios Jeruzalės, nužengiančios iš dangaus nuo mano Dievo“ (Apr 3, 12).

Į šią tyrą dvasios skaistybę Viešpats pakylėja nedaugelį. Iš čia žmogus šlovina Viešpatį savo širdimi. Siela, nutyrinta kiek tai iš viso yra įmanoma, šventojo Makarijaus Didžiojo žodžiais tariant, „pati Dvasia tampa“ ir Viešpaties yra labai mylima. Viešpats dėl tokios sielos – Savo sužadėtinės džiaugiasi Dvasios džiaugsmu. Šventieji tėvai tokią sielą tapatina su saule, nes jos gyvena turėdamos dievišką supratimą, šviesą yra perėmusios iš Šviesos.

Tikrasis dvasinis gyvenimas prasideda malonės dėka priimant dieviškąją išūnystę, o kadangi žmogus tampa sūnumi, todėl pasidaro panašus į Kristų, tampa dvasiniu Dangiškojo Tėvo paveldėtoju, ir Dangiškasis Tėvas savo sūnui suteikdamas kaip didelę malonę dovanoja Kristaus Protą, kad išūnytasis gyventų Dievo šlovei. Amen.