

așa fel încât să fii mereu prezent, indiferent de ocupațiile tale, atunci ai fi foarte fericit, să știi.

Sursa: **basilica.ro**

SFÂNTUL SOFRONIE SAHAROV 1896-1993

TAINA SPOVEDANIEI

Părerea fundamentală a Părintelui Sofronie de la Essex era că Taina Spovedaniei diferă de o simplă discuție.

Cel ce se spovedește spune elementul central al gândului sau al păcatului sau al patimii care îl necăjește, fără să intre în amănunte, iar duhovnicul lasă liber – să fie exprimat către cel ce se spovedește – primul gând care vine după rugăciune.

De asemenea, spunea că atunci când cineva îl întreabă pe duhovnic și ia sfat, trebuie să primească sfatul acela ca fiindu-i destinat numai și numai lui, și să înceapă să-l îndeplinească, fără să zică celorlalți ce i-a spus duhovnicul. Mi-a spus de multe ori că aceasta era una din legile fundamentale ale Tainei Spovedaniei. Când legea este încălcată, se întâmplă multe tulburări, dar și numeroase împotriviri ale multor persoane împotriva duhovnicului.

Mai spunea că o altă lege legată de Taina Spovedaniei este de a nu ajunge ucenicul să se contrazică cu duhovnicul.

Sursa: **Hierotheos Vlachos, Mitropolit de Nafpaktos și Sfântul Vlasie, Cunosc un om în Hristos: Părintele Sofronie de la Essex**, Editura Sophia, București

PROGRAMUL LITURGIC

Marți 31 martie	18:00	Taina Sfântului Maslu
Sâmbătă 4 aprilie	08:00	Ceasurile, Sfânta Liturghie și Parastas → Sâmbăta lui Lazăr
	18:00	Vecernia și Litia
Duminică 5 aprilie	08:00	Utrenia și Sfânta Liturghie Ap. Filipeni 4, 4-9; Ev. Ioan 12, 1-18 → Duminica a 6-a din Post (a Floriilor) → Intrarea Domnului în Ierusalim
	18:00	Denia → Sfânta și Marea zi Luni

Pentru versiunea digitală și extinsă a buletinului, abonați-vă pe sfantul-ilie.ro.
Strada Doamnei, nr. 18, Sector 3, București

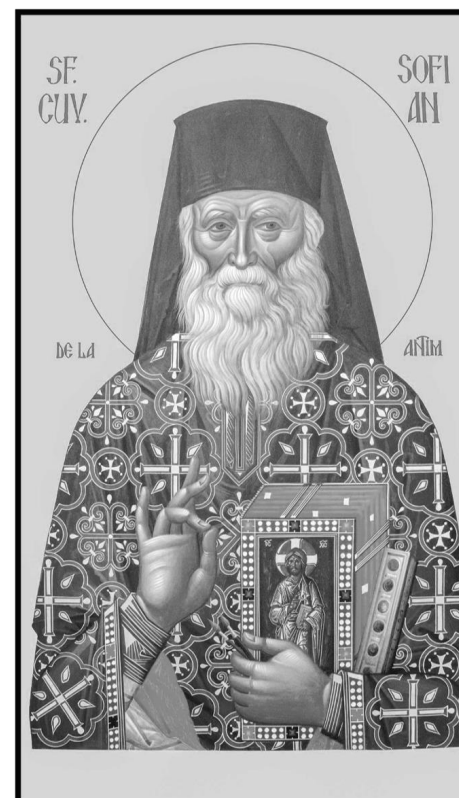


BULETINUL PAROHIEI SFÂNTUL ILIE - HANUL COLȚEI

„La Dumnezeu nu este lucru cu o măsură omenească, ci urmărește cu orice chip suspinarea inimii noastre, care face cu mult mai mult decât o nevoie obligatorie sau de tipic. Depinde foarte mult de calitatea suspinării acesteia.”

– Părintele Arsenie Papacioc

Nr. 599 / 29 martie 2026



SFÂNTUL SOFIAN DE LA ANTIM 1912 - 2002

MĂRTURIA PĂRINTELUI ARSENIE MUSCALU DESPRE SFÂNTUL SOFIAN DE LA ANTIM

Cum vi-l amintiți pe Părintele Sofian Boghiu?

Eu l-am cunoscut pe Părintele Sofian pe vremea când eram student la fizică în București, pentru că îmi plăcea să vin la Mănăstirea Antim și să-l văd slujind. Slujea într-un fel total aparte. Și l-am mai cunoscut prin fiii săi duhovnicești. S-a întâmplat să am o oarecare apropiere cu fii duhovnicești ai Părintelui Sofian. Cred că de foarte multe ori lucrurile transmise prin acești anonimi, reflectă destul de bine universul lui lăuntric, pentru că s-a putut deschide.

Te minunezi când înțelegi câtă prospețime avea sufletul lui chiar la bătrânețe: setea de Dumnezeu, aceasta nu a îmbătrânit, foarte vie această sete, setea de rugăciune.

Amintirea lui Dumnezeu. Aceasta m-a impresionat.

Când sluja, când rostea ecteniile, când spunea un efonis la Sfânta Liturghie, aveai sentimentul că vine de undeva, dintr-un adânc, ceea ce spune. Totul era ca o dulceață de miere, cu foarte multă dulceață. Era un chip de blândețe. Aveai impresia că este făcut din lumină când sluja liturghia. Avea și părul alb când l-am prins eu ca student, avea părul alb-alb. Dar, în același timp, era foarte ferm, uimitor de ferm în cele duhovnicești.

Ne puteți da un exemplu?

Unui fiu duhovnicesc i-a spus: Uite, ești într-un colectiv și încep să vorbească pe cineva de rău. Să ai curajul să te ridici și să spui, mai ales dacă e un om care ți-a făcut odată vreun bine: «Omul acesta mi-a făcut un bine, nu e numai rău în el».

Sau, dacă nu știi niciun bine pe care l-a făcut el, atunci ridică-te și spune: «Dar eu sunt mai rău decât el. Nu este ceva ce spuneți despre el, care să nu fi făcut și eu».

Mulți oameni au încercat să-l întrebe despre pătimirile lui din închisoare. Greu a vorbit despre asta. A mai vorbit câte ceva, dar foarte greu a vorbit despre asta. Șase ani a pătimit în închisori și a trecut prin lucruri foarte grele.

Ce alte calități duhovnicești se desprind din mărturiile celor care l-au cunoscut?

A fost foarte-foarte discret. Odată, cineva a spus că a primit

îndemnul acesta de la Părintele Sofian: „întotdeauna lasă-l pe celălalt pe primul loc. Tu retrage-te, rămâi în planul al doilea. Promovează-l pe el, bucură-te de succesul lui, de faptul că este apreciat, de faptul că este iubit. Tu rămâi în umbră. Crede-mă că, de câte ori reușesc să fac așa, simt o imensă bucurie”.

El nu îndemna la lucruri pe care nu le făcea el mai întâi.

Viața Părintelui Sofian este legată de Rugul Aprins și practicarea Rugăciunii lui Iisus. Ce se desprinde din mărturiile cunoscuților în legătură cu aceasta?

Spunea că, deși o practică de atâta timp, nu a dobândit Rugăciunea. Dar nu știu la cel fel de măsuri ale Rugăciunii se referea când spunea că nu a dobândit Rugăciunea, pentru că, pe de altă parte, vorbește foarte viu despre simțirea prezenței lui Dumnezeu, despre faptul de a te ruga și în somn, despre faptul de a te trezi spontan cu cuvintele Rugăciunii pe buze, lucruri pe care în mod sigur le-a trăit.

Cred că știți că, spre sfârșitul vieții, când a fost un episod mai greu legat de sănătate și a fost într-o stare similară comei, cineva care l-a vegheat pe Părintele Sofian a spus că repeta Psalmul 50 fără să se încurce. În comă. Îl termina și îl lua de la capăt. De unde se vede cât se unise rugăciunea cu lăuntrul lui.

Când era bătrân și deja nu mai sluja, ieșea în grădină, la Mănăstirea

Antim. Se așeza pe o băncuță unde își pusese niște pietricele și pe ele număra Rugăciunea de sute de ori. Și mai avea un fel de a număra pe falangele de la degete. Și așa zicea Rugăciunea de peste 1000 de ori numai în plimbarea aceasta.

Pe urmă observau frații că a ieșit și veneau să-i ceară sfat, iar el se dedica lor, nu se supăra pe ei că-i mănâncă timpul de rugăciune. Poate că Domnul nu a îngăduit să se adâncească mai mult în rugăciune până la contemplație. Dacă ar fi fost absorbit de contemplație și de dulceața rugăciunii, nu s-ar mai fi putut întoarce către lume, să se dedice atât de mult apostolatului. Părintele Cleopa l-a numit Apostolul Bucureștilor.

Care credeți că este mesajul Părintelui Sofian pentru noi, cei de astăzi?

Cred că Părintele Sofian are un mesaj pentru noi apropo de rugăciune, de Rugăciunea lui Iisus, apropo de isihasm, pentru că există o preocupare lăudabilă și frumoasă pentru aceasta. Dar părintele insistă mult pe un lucru: Hristos este ascuns în poruncile Sale.

Este nevoie de mai multă strădanie pentru a împlini poruncile Lui. Pare că uneori vrem să sărim etapele, e o formă de egoism subtilă: să simțim bucuria prezenței lui Dumnezeu, bucuria harului, bucuria rugăciunii, pacea interioară, isihia.

Dar Părintele Sofian Boghiu spunea că nu poți să ajungi la pace

interioară sau la bucurie sau la simțirea prezenței lui Dumnezeu fără să împlinești poruncile. Pregătirea pentru isihie, sau Rugăciunea lui Iisus, este stăruința în a împlini poruncile Mântuitorului.

Știm că viața duhovnicească are etapele ei: curățire, luminare, desăvârșire. Dar nu vrem să ne asumăm greul acestei perioade de curățire de patimi.

Părintele Macarie de la Mănăstirea Pasărea, Dumnezeu să-l odihnească, spunea: „Du viață curată și te caută Rugăciunea pe tine. Ce să-ți bați capul cum să faci, pe respirație sau fără respirație... Silește-te să duci viață curată, ferește-te de păcat și te va căuta Rugăciunea pe tine”.

Sfaturi despre rugăciune de la Părintele Sofian Boghiu

Uite, îți spun așa, de la inimă. Am fost acum la (Spitalul) Colțea. Și am așteptat și eu la ușă până să intru la doctor. Și am găsit acest moment bun de rugăciune. Și am început să mă rog încet, pe respirație. Și atât de bine m-am simțit! Atât de bine m-am simțit! Și-n seara asta, înainte să vii tu, stăteam aici, la masă și citeam un articol, ceva foarte interesant. Și, când era mai interesant, mi-am adus aminte că nu mi-am terminat rugăciunea. Am lăsat imediat articolul la o parte și am început să mă rog. Și tot sufletul mi s-a umplut de bucurie.

De asta zic. Dacă te-ai putea tu deprinde cu această rugăciune, în