

# Ce este isihasmul?

Vladimir Antonov

Tradus din engleză de  
Jenica Neamu

Termenul “isihasm” provine din cuvântul grecesc “hesychia” – liniște interioară.

Fără această liniște interioară, meditația nu este posibilă. Iar meditația – după depășirea etapei de învățare și acumulare a principiilor etice de viață sugerate nouă de Dumnezeu – stă la baza dezvoltării ulterioare a conștiinței pe Calea spirituală.

Străduința de a realiza isihia și de a avansa, apoi, până la cunoașterea lui Dumnezeu este ceea ce a dus la formarea practicii “raja yoga creștină”, cunoscută sub numele de *isihasm*.

Cea mai importantă caracteristică și cea mai mare valoare a isihasmului a constatat în faptul că, adepții săi, de la bun început, au acceptat orientarea corectă – realizarea instrucțiunilor lui Isus Cristos prin care o persoană își poate dezvolta iubirea numai lucrând în inima spirituală.

În mod special, aceștia au descoperit faptul că, în momentul în care o persoană își îndreaptă concentrarea conștiinței de la cap în inima spirituală, are loc încetarea “dialogului interior”, care împiedică meditația. Iar în cazul unui succes deplin, adică atunci când conștiința este în întregime localizată în inima spirituală, noi am putea înțelege, instantaneu, prin experiență personală, ceea ce a vrut să spună Isus când a vorbit despre dragostea duhovnicească! Viața unor asemenea oameni s-a schimbat și ei au reușit într-adevăr să se iubească unii pe alții și tot ceea ce era în jurul lor cu o dragoste sinceră și cu adevărat creștină: “așa cum se iubesc pe ei înșiși” și chiar mai mult decât pe ei înșiși!

Odată cu dezvoltarea în continuare a inimii spirituale, ei au ajuns să se îndrăgostească de Dumnezeu.

Dumnezeu i-a ajutat în acest sens, oferindu-le posibilitatea de a-L experimenta ca iubire. În final, această dragoste s-a sfârșit cu Unirea celor doi îndrăgostiți în îmbrățișarea lubirii.

Căutând căile de dezvoltare a inimii spirituale, isihaștii au descoperit metoda denumită *Rugăciunea lui Isus*. Formulările acestei rugăciuni pot fi diferite: de la „Isus Cristos, Fiul lui Dumnezeu, ai milă de mine!”, la versiunea perfectă și cea mai simplă care nu este decât o rugămintă stăruitoare, adresată mult iubitului Isus, pentru a intra în inima spirituală a practicantului prin repetarea cu umilință a numelui Său: „Isus! Isus!...”

... Dar, în vremurile din urmă, foarte puțini au reușit să obțină rezultate pozitive folosind *Rugăciunea lui Isus*. Mulți chiar au crezut că „secretele acesteia au fost pierdute“...

Însă acest lucru nu este adevărat: în realitate, masa de „credincioși“ a pierdut creștinismul în general, prin refuzarea eticii predicate de Cristos. Ca urmare, această situație a dus, până nu demult, la un eșec în ceea ce privește o abordare cuprinzătoare

și corectă, din punct de vedere științific, a dezvoltării spirituale umane. Cu alte cuvinte, nu a existat acea direcție științifico-religioasă până în momentul în care noi am creat ceea ce am denumit *Metodologia Dezvoltării Spirituale*.