

Sfântul Ioan Scărarul despre somn, rugăciune și cântatul în biserică



Somnul este în oarecare fel o stare a firii, un chip al morții, o oprire a simțurilor. Somnul e unul, dar ca și pofta, are multe pricini și feluri. E din fire, din mâncări, de la draci, sau poate și dintr-o postire prelungită și dusă până la capăt, de care trupul, slăbind, voiește să se întărească prin somn.

Precum multa băătură vine din obișnuință, așa și somnul mult. De aceea să luptăm împotriva lui mai ales la începutul lepădării (de lume). Căci cu anevoie se tămăduiește o obișnuință.

Să băgăm de seamă și vom afla că atunci când sună trâmbița duhovnicească (clopotul de rugăciune n.n.), se adună frații în chip văzut și vrăjmașii în chip nevăzut. De aceea, stând lângă pat, unii din aceștia, după ce ne-am deșteptat, ne îndeamnă să ne întindem iarăși pe pat, zicând : «Rămâi până ce se vor isprăvi cântările începătoare și vei merge la biserică după aceea».

Unii apoi, stând noi la rugăciune, ne scufundă în somn; alții ne împung în stomac

mai mult ca de obicei; alții atrag mintea la gânduri urâte; alții ne îndeamnă să ne rezeăm de perete, socotindu-ne slăbiți; ba uneori fac să vină peste noi multe căscături. Unii dintre ei ne stârnesc de multe ori la râs în vremea rugăciunii, ca să miște supărarea lui Dumnezeu împotriva noastră. Alții ne silesc să ne grăbim la stihuri din trândăvie. Alții ne îndeamnă să cântăm mai prelungit din iubirea de plăcere. Ba uneori așezându-ni-se în gură, o fac pe aceasta să se închidă și să se deschidă greu.

Bazat pe Sfântul Ioan Scărarul

— ro.asceticexperience.com