

CUM CITIM DIN PSALTIRE

La citirea Psaltirii trebuie să avem multă curăție sufletească și trupească

Psaltirea este cea mai cunoscută și mai citită dintre cărțile canonice ale Vechiului Testament. Psalmii exprimă frământările interioare, dar și aspirațiile de mai bine ale omului, astfel încât Psaltirea devine **cartea fiecărui suflet „necăjit și dosădit”**, așa după cum frumos glăsuiește o veche vorbă românească. De aceea, orice creștin trebuie să recurgă la acest balsam pentru suflet, mai ales în clipele mai grele ale vieții, la vreme de încercări, ispite, boli și neliniști. Însă citirea la Psaltire se face și **pentru pocăință**. Cartea psalmilor este cel mai fascinant și dumnezeiesc tratat de pocăință și ea aduce conștiința păcatului, plângerea pentru păcat, încredințarea totală lui Dumnezeu.

Sfântul Vasile cel Mare, referindu-se la folosul Psaltirii, spunea: „...psalmul este liniștirea sufletului, dătător de pace, căci el potolește cugetele furtunoase și învăluitoare, liman împotriva demonilor”.

Sfinții Părinți spun că **Psaltirea, unită cu postul și smerenia, este cea mai puternică armă împotriva diavolilor**. Așadar, ne învață părinții duhovnicești că la citirea Psaltirii trebuie să avem multă curăție sufletească și trupească, căci nu primează cantitatea (numărul de psalmi), ci calitatea, adică trăire intensă și simțire profundă în smerenie.

Pentru cine se dau pomelnicele la Psaltire și unde?

Tradiția ne spune că **putem pomeni la Psaltire pe toți creștinii**, dar cu prioritate pe acei care se luptă cu păcate grele, cu tulburări, neliniști, ispitiți antracitde cel viclean. Pomelnicele pentru citirea la Psaltire se dau cu precădere la mănăstiri, acolo unde de obicei psalmii se citesc nu doar în cadrul slujbelor rânduite, ci și în afara acestora. Sunt și biserici de enorie unde se citește Psaltirea, mai ales în perioadele de post și, de aceea, credincioșii pot da pomelnice și în aceste sfinte lăcașuri. Pomelnicul se citește (inclusiv de către mireni) după rugăciunile de final de la fiecare catismă.

Rânduiala citirii Psaltirii

Rânduiala citirii Psaltirii variază în funcție de statutul celui care citește (preot sau mirean) și de contextul liturgic (ziua din săptămână, postul sau sărbătoarea). **Modul de citire al Psaltirii ține de viața duhovnicească a fiecăruia**. În general, mireni pot citi Psaltirea cu binecuvântarea duhovnicului (binecuvântarea duhovnicului este „scut” împotriva ispitelor și întărire în lupta cu ele), parcurgând catismele (grupuri de psalmi) și încheind cu câteva cereri (ectenii) scurte, urmate uneori și de o rugăciune specifică.

Rânduiala generală pentru citirea Psaltirii (pentru mireni):

1. ÎNCEPUTUL

Pentru rugăciunile Sfinților Părinților noștri, Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi. Amin.

Apoi, rugăciunile începătoare

Împărate Ceresc, Mângâietorule, Duhul adevărului, Care pretutindenea ești și pe toate le împlinești, Vistierul bunătăților și dătătorule de viață, vino și Te sălășluiește întru noi, și ne curățește pe noi de toată întinăciunea și mântuiește, Bunule, sufletele noastre.

Sfinte Dumnezeule, Sfinte tare, Sfinte fără de moarte, miluiește-ne pe noi. (de 3 ori)

Slavă Tatălui și Fiului și Sfântului Duh, și acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

Preasfântă Treime, miluiește-ne pe noi. Doamne, curățește păcatele noastre. Stăpâne, iartă fărădelegile noastre. Sfinte, cercetează și vindecă neputințele noastre, pentru numele Tău.

Doamne miluiește, Doamne miluiește, Doamne miluiește.

Slavă Tatălui și Fiului și Sfântului Duh, și acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

Tatăl nostru, Care ești în ceruri, sfințească-Se numele Tău, vie împărăția Ta, facă-se voia Ta, precum în cer așa și pe pământ. Pâinea noastră cea spre ființă dă-ne-o nouă astăzi și ne iartă nouă greșelile noastre precum și noi iertăm greșiților noștri. Și nu ne duce pe noi în ispită, ci ne izbăvește de cel rău.

Pentru rugăciunile Sfinților Părinților noștri, Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi. Amin.

Apoi, troparele

Miluiește-ne pe noi, Doamne, miluiește-ne pe noi, că nepricepându-ne de nici un răspuns, această rugăciune aducem Ție, ca unui Stăpân, noi, păcătoșii robii Tăi, miluiește-ne pe noi.

Slavă Tatălui și Fiului și Sfântului Duh.

Cinstita prăznuire a proorocului Tău, Doamne, cer arată Biserica Ta; că îngerii cu oamenii împreună se veselesc. Pentru rugăciunile lui, Hristoase Dumnezeule, în pace îndreptează viața noastră.

Și acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

Multe sunt mulțimile păcatelor mele, Născătoare de Dumnezeu, dar către tine năzuiesc, Curată, căutând mântuire; cercetează neputinciosul meu suflet și te roagă Fiului tău și Dumnezeului nostru ca să-mi dea iertare de răutățile ce am făcut, ceea ce ești una binecuvântată.

Doamne miluiește. *(de 40 de ori, și fă închinăciuni câte poți)*

Apoi rostește rugăciunea aceasta:

Întru-tot Sfântă Treime, Dumnezeule și Făcătorule a toată lumea, ajută-mi și îndreptează inima mea, ca să încep cu înțelepciune și să sfârșesc cu fapte bune acești Psalmi insuflați de Dumnezeu, pe care Duhul Sfânt i-a rostit prin gura lui David, și pe care și eu, nevrednicul, voiesc să-i rostesc acum. Dar, cunoscându-mi nepriceperea și căzând înaintea Ta, mă rog Ție și cer ajutor de la Tine. Îndreptează mintea mea, Dumnezeule, și-mi întărește inima, ca să nu mă îngreunez de graiurile gurii, ci să mă veselesc de înțelegerea cuvintelor și să mă gândesc la lucrarea faptelor bune, ca luminându-mă cu faptele cele bune, să mă învrednicesc la Judecată de șederea de-a dreapta Ta, împreună cu toți aleșii Tăi. Deci, binecuvintează-mă, Stăpâne, ca din inimă să rostesc cu limba mea așa:

2. CITIREA CATISMELOR

Și se începe a citi Psaltirea încet și cu multă luare-aminte, fără grabă și cugetând mereu, ca să se înțeleagă și cu mintea ce se citește.

3. ÎNCHEIEREA

La final, se va citi **Pomelnicul de la sfârșitul Psaltirii** pe care este dator atât monahul cât și mireanul să-l citească cu umilință, cu osârdie și cu evlavie, după rânduiala de mai jos:

PENTRU SFÂNTA BISERICĂ

Adu-Ți aminte, Doamne Iisuse Hristoase, Dumnezeul nostru, de milă și de îndurările Tale cele din veac, pentru care Te-ai întrupat și de voie ai răbdat răstignire și moarte, ai înviat din morți, Te-ai înălțat la cer și ai șezut de-a dreapta lui Dumnezeu și Tatăl, pentru mântuirea tuturor celor ce cred drept în Tine.

Caută spre smerenia și rugăciunea tuturor celor ce cu toată inima Te caută pe Tine. Pleacă-Ți urechea și auzi smerita mea rugăciune, a nevrednicului robului Tău, întru miros de bună mireasmă duhovnicească, pe care o aduc Ție pentru poporul Tău.

Mai întâi, adu-Ți aminte de soborniceasca și apostoleasca Ta Biserică, pe care ai câștigat-o cu scump sângele Tău, întemeiaz-o, întărește-o, înmulțește-o, împac-o și o păzește nebiruită de porțile iadului în veci, iar întărâtările ce se pornesc asupra ei le potolește.

Stinge năvala păgânilor, pornirile ereticilor degrab le sfărâmă, le dezrădăcinează și întru nimic le întoarce, cu puterea Sfântului Tău Duh. **(o închinăciune)**

PENTRU CEI VII

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe dreptcredinciosul tău popor. Supune sub picioarele lui pe tot vrăjmașul și potrivnicul și sădește în inima lui cele bune și de pace pentru sfânta Biserică; ca să viețuim, prin liniștea lui, viață lină și fără de gâlceavă, în dreapta credință, în deplină creștinătate și curăție. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe prea sfințiții patriarhi ai lumii și pe Prea Sfințitul și îndreptătorul Sinod, pe arhiepiscopul nostru Teofan, pe toți prea sfințiții mitropoliți, arhiepiscopi și episcopi ortodocși, pe preoți, diaconi și pe tot clerul bisericesc, pe care i-ai pus să păstorească turma Ta cea cuvântătoare și, pentru rugăciunile lor, miluiește-mă și mă mântuiește și pe mine păcătosul.

(o închinăciune)

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe dreptcredincioșii conducători ai țării noastre, pe mai-marii orașelor și ai satelor, și pe toți binecredincioșii și de Hristos iubitorii ostași. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe părinții noștri slujitori în acest sfânt lăcaș (N) și pe frații noștri cei întru Hristos și, prin rugăciunile lor, mântuiește-mă și pe mine păcătosul. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe părintele meu duhovnic (N) și-mi iartă păcatele prin rugăciunile lui. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe părinții mei (N), pe frații, surorile, pe toate rudeniile cele după duh și după trup și pe prieteni; și le dăruiește lor pacea Ta, îndestulându-i cu bunătățile cele lumești și cu cele mai presus de lume.

(o închinăciune)

Mântuiește, Doamne, și miluiește, după mulțimea îndurărilor Tale, pe toți cei ce cu evlavie și cu înfrânare viețuiesc prin mănăstiri, prin pustiu, prin peșteri, prin munți, prin închisori, prin crăpăturile pietrelor, prin ostroavele mărilor și care slujesc și se roagă Ție cu creștinească, dreaptă și bună credință. Ușurează-le povara, mângâie-i în necaz și-i întărește în nevoință, cu puterea Ta; iar prin rugăciunile lor, dăruiește-mi și mie iertare de păcate. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne, și miluiește pe bătrâni și pe tineri, pe săraci și pe sărmani, pe văduve și pe cei ce se află în neputințe, în griji, în nevoi, în rele pătimiri, în robii, în temnițe și în închisori și, mai ales, pe cei izgoniți pentru Tine și pentru dreapta credință ortodoxă, de cei fără de Dumnezeu și de eretici, fiindcă sunt robii Tăi. Miluiește-i pe dâșii, cercetează-i, întărește-i, îi mângâie și degrabă, cu puterea Ta, îi slobozește și le dă izbăvire de orice fel de greutate. **(o închinăciune)**

Mântuiește-mă, Doamne, miluiește-mă și îmi iartă tot ce eu, ca un om neputincios, am greșit Ție, și m-am smintit și nebunește m-am îndepărtat de la calea mântuirii, iar prin deșertăciunea minții mele m-am abătut, ca un ticălos, către fapte necuvioase. Mă rog Ție: Întoarce-mă iarăși pe calea mântuirii, prin dumnezeiasca Ta iconomie. **(o închinăciune)**

Unește cu sfânta, apostolica și soborniceasca Ta Biserică pe cei ce s-au îndepărtat de la dreapta credință și care întunecându-se cu învățăturile greșite, se află în pierzare, luminându-i cu strălucirea cunoștinței Tale. **(o închinăciune)**

Mântuiește, Doamne și miluiește pe cei ce mă urăsc și mă asupresc și nu-i lăsa pe dâșii să piară pentru mine, ticălosul. **(o închinăciune)**

PENTRU CEI RĂPOSAȚI

Pomenește, Doamne, pe cei ce s-au mutat din viața aceasta: binecredincioșii împărați și domni, împărătese și doamne, preasfințiți patriarhi, mitropoliți, arhiepiscopi și episcopi ortodocși, preoți, diaconi, întregul cler bisericesc, cinul monahal, ctitori ai acestui sfânt locaș, și-i odihnește împreună cu sfinții Tăi în veșnicele Tale locașuri. **(o închinăciune)**

Pomenește, Doamne, sufletele adormiților robilor Tăi, părinți ai mei (**N**), ale fraților, ale surorilor și ale tuturor rudelor mele după duh și după trup, iertându-le lor toată greșeala cea de voie și cea fără de voie; dăruiește-le împărăția și împărtășirea veșnicelor Tale bunătăți, îndulcirea Ta cea fără de sfârșit și fericita viață. **(o închinăciune)**

Pomenește, Doamne, pe toți cei ce au adormit întru nădejdea învierii și a vieții veșnice: părinți și frați ai noștri și dreptmăritori creștini, care odihnesc aici și pretutindeni; sălășluiește-i cu sfinții Tăi acolo unde strălucește lumina feței Tale, iar pe noi miluiește-ne ca un bun și de oameni iubitor. **(o închinăciune)**

Dăruiește, Doamne, iertare de păcate tuturor părinților și fraților noștri, care mai înainte de noi s-au mutat, întru buna credință și întru nădejdea învierii, și le fă lor veșnică pomenire. **(Veșnică pomenire, de trei ori).**

PENTRU TINE

Dumnezeule, curățește-mă pe mine păcătosul. **(o închinăciune)**

Dumnezeule, milostiv fii mie păcătosului. **(o închinăciune)**

Cel ce m-ai zidit, Dumnezeule, miluiește-mă. **(o închinăciune)**

Fără de număr am greșit, Doamne iartă-mă. **(o închinăciune)**