

**SMERENIA ȘI DRAGOSTEA,
ÎNSEMNELE TRĂIRII ORTODOXE**

Consilier patriarhal:

Pr. Sorin Vasile TANCĂU

Redactori:

Diac. Gabriel CHELARU

Daniel-Ionuț GHIȚULESCU

Nicolae NĂSTĂSACHE

Ștefan Francesco VORONCA

Marta GRĂDINARU

Tehnoredactori:

Carla Janette IONESCU

Alina ANDREI

Copertă:

Carla Janette IONESCU

Nicolae NĂSTĂSACHE

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

SOFIAN BOGHIU, ieromonah

**Smerenia și dragostea, însemnele trăirii ortodoxe / Sfântul Cuvios
Mărturisitor Sofian de la Antim ; ed. îngrij. și postf. de Protosinghel Teofan
Popescu. - Ed. a 5-a, reviz. și îmbogățită. - București : Basilica, 2025**

ISBN 978-606-29-0590-3

I. Teofan, protosinghel (ed. îngrij. ; postf.)

241

© Editura *BASILICA* – 2025

ISBN 978-606-29-0590-3

editurabasilica.ro

editura@patriarhia.ro



**Sfântul Cuvios Mărturisitor
Sofian de la Antim**

**SMERENIA ȘI DRAGOSTEA,
ÎNSEMNELE TRĂIRII ORTODOXE**

Ediția a V-a revizuită și îmbogățită

*Ediție îngrijită și postfață de
Protosinghel Teofan Popescu*



BASILICA
BUCUREȘTI
- 2025

**SFÂNTUL CUVIOS SOFIAN
DE LA MĂNĂSTIREA ANTIM –
UN MARE MISIONAR ȘI O FĂCLIE
DE ÎNVIERE A SUFLETELOR**

† DANIEL,
Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române

Sfântul Cuvios Mărturisitor Sofian Boghiu, fost stareț al Mănăstirilor Antim și Plumbuita din București, a fost un adevărat trăitor și un mărturisitor al credinței ortodoxe în vremurile grele ale comunismului. Comemorarea acestui vrednic slujitor al Mântuitorului Hristos, pentru care păstrăm vie în inimile noastre dragostea sa nețărmurită pentru Biserică și popor, chipul său luminos și bunătatea sa sufletească, este un act de recunoștință, de aducere aminte și de omagiere a memoriei sale. Sfântul Cuvios Sofian de la Antim a fost un mare misionar prin cuvântul vorbit în predică, prin cuvântul scris și prin pictarea icoanelor, dar și prin felul său de a viețui și de a se purta cu oamenii. Binecuvântat de Dumnezeu cu nenumărate daruri, Sfântul Cuvios Sofian era mereu rănit de durerile, de suferințele, de bolile și de păcatele *mulțimilor necăjite și rătăcite ca niște oi care n-au păstor*

(cf. *Matei* 9, 36), fiind, în același timp, senin și plin de bunăvoință, milostiv și iertător.

Timpurile în care a trăit au fost dificile și neliniștite. Dificilă și tensionată a fost și viața Bisericii, atât pentru credincioși, cât și pentru păstorii duhovnicești. În acele vremuri de încercare, când credința era tăgăduită, când în școli se învăța că nu este Dumnezeu, Sfântul Cuvios Sofian, împreună cu alți duhovnici, preoți și slujitori ai Bisericii, mărturisea credința în Dumnezeu, nu ca pe un adevăr intelectual, abstract, ci ca pe o relație vie cu El, ca un trăitor al prezenței și lucrării lui Dumnezeu în Biserică, în lume și în viața personală. Cu multă înțelepciune și râvnă duhovnicească, asemenea unui *foc care arde și care nu se poate conțeni* (cf. *Ieremia* 20, 9; *Luca* 24, 32), Sfântul Cuvios Sofian a fost un *mărturisitor al dreptei credințe și un duhovnic înțelept*, deopotrivă pentru călugări și pentru mireni, străduindu-se să *aducă rod bogat, iar rodul său să rămână* (cf. *Ioan* 15, 16). Întrucât l-am cunoscut și prețuit în timpul șederii noastre la Sfânta Mănăstire Antim (septembrie 1988 – martie 1990), putem afirma că Sfântul Cuvios Sofian a fost o *făclie de înviere a sufletelor*, mai ales în anii grei ai comunismului. El a ridicat mulți oameni căzuți duhovnicește, a încurajat mulți deznădăjduiți, a luminat și călăuzit pe calea mântuirii multe suflete dezorientate, a înnoit și înfrumusețat viața celor care i-au urmat sfatul părintesc. Sfântul Cuvios Mărturisitor Sofian a reflectat prin slujirea și viața sa, ca preot și predicator, ca duhovnic și păstor, ca rugător și pictor, icoana Păstorului Hristos, imprimând în faptele lui virtuțile slujirii lui Hristos: *smerenia, blândețea, înțelepciunea, dar mai ales iubirea de Dumnezeu și de oameni*. Aceste virtuți personale

au fost imprimate și au devenit lucrătoare în toate sufletele credincioșilor, restaurate sau reînnoite de Sfântul Cuvios Sofian, precum icoanele vechi readuse la frumusețea cea dintâi, prin Taina Spovedaniei și prin îndemnul duhovnicesc la sfințenie, alinând suferința și încurajând nevoița fiilor săi duhovnicești. De aceea, ajutați de rugăciunea Sfântului Cuvios Sofian, mulți credincioși au primit iertarea păcatelor și vindecarea sufletelor de la Hristos-Domnul, harul înfierii de la Duhul Sfânt și binecuvântarea Tatălui ceresc. Cu blândețe, dar și cu fermitate, cu răbdare și jertfelnicie, Sfântul Cuvios Sofian de la Antim a făcut cinste monahismului românesc și a adus rod bogat în Biserica poporului român.

Binecuvântăm publicarea unei noi ediții a volumului *Smerenia și dragostea, însemnele trăirii ortodoxe*, care conține un adevărat testament încredințat tinerilor de Sfântul Cuvios Sofian de la Antim, o carte care a apărut pentru prima dată în anul 2000, din îndemnul cuvioșiei sale, și pe care o recomandăm îndeosebi tinerilor ortodocși, dar și tuturor celor care caută o călăuză pe calea urcușului duhovnicesc.

**TOATĂ VIAȚA PĂRINTELUI SOFIAN
„A FOST O LUMINĂ
PE CARE A ÎMPĂRTĂȘIT-O ALTORA!”¹**

*† TEOFAN,
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei*

Părintele Sofian a fost un chip al dragostei, al blândeții și al smereniei, prin excelență! L-aș putea compara cu o lumină care s-a consumat pentru a-i lumina pe alții. Toată viața lui a fost o lumină pe care a împărtășit-o altora. Sunt trei aspecte principale prin care se poate spune că Părintele a răspândit lumină în jurul său.

În primul rând, a fost unul dintre cei mai mari pictori pe care i-a avut Biserica Ortodoxă Română. Miile de ore petrecute pe schele pentru a picta biserici – în țară sau în Orientul Apropiat – reprezintă dragostea sa cea dintâi, în care s-a simțit întotdeauna atât de bine, pe care a slujit-o cu atâta demnitate și de care nu s-a despărțit decât în ultimii ani ai vieții, când mâna sa tremurândă nu-i mai permitea să picteze.

¹ Prelegere susținută la București, în anul 2003.

Printre ultimele icoane pictate de Părintele Sofian se numără și cea a Sfântului Antim Ivireanul, care a fost canonizat în 1992. Iată că, la 82 de ani, Părintele încă mai picta minunat de frumos... Nu numai icoana Sfântului Antim, ci și cea a Sfinților Români este pictată tot de precuvioșia sa. Biserica Mănăstirii Dealu, Biserica Radu Vodă și multe alte biserici mărturisesc cât de aproape de Dumnezeu se simțea Părintele atunci când, cu mâna pe penel, se silea să zugrăvească chipul Mântuitorului Hristos, al Maicii Domnului și al sfinților pe care i-a iubit așa de mult dintotdeauna.

În al doilea rând, Părintele a ars și a luminat tainic precum o lumânare, întrucât slujea atât de des Sfânta și Dumnezeiasca Liturghie. Poate vă aduceți aminte cum, în fiecare dimineață, la Mănăstirea Antim, îl vedeți apropiindu-se de biserică, sfielnic, fiind așteptat întotdeauna de un grup de credincioși care îi cereau bani sau aveau nevoie de un sfat ori voiau să se spovedească. Îmi aduc aminte că, în ultima sa perioadă de viață, din cauza bolilor trupești, slujea mai rar, dar venea la Sfânta Liturghie și se așeza împreună cu Părintele Adrian în Sfântul Altar. Își lua epitrahilul și stătea acolo, pe un scaun, în timp ce la strană se citeau Ceasurile. La începutul Sfintei Liturghii, când se trăgea dvera și îl observau credincioșii, în Biserică era așa, un fel de „Ah!”, ca o descoperire, un fel de ușurare pentru că îl vedeau acolo pe Părintele Sofian, așezat în Sfântul Altar. Nu vorbea, nu slujea, dar pentru credincioși era suficient. Părintele era acolo!

În al treilea rând, el a ars ca o lumânare la scaunul de spovedanie. Câte sute și mii de spovedanii o fi împlinit acest bărbat, singur numai Dumnezeu știe! Atâtea ceasuri pe zi aloca acestei relații personale cu credinciosul, la Sfânta

Spovedanie! Cu câte păcate s-a împovărat acest om, de-a lungul vieții sale, iarăși numai Dumnezeu știe... Eu știu un singur lucru: dacă spovedania i-a fost crucea grea pe care a dus-o de-a lungul vieții sale întregi, tot dedicarea sa spovedirii credincioșilor a fost cea care i-a dăunat iremediabil sănătății. Vă aduceți aminte cum stătea până seara, târziu, acolo, în partea stângă a Sfântului Altar și veneau creștinii în număr atât de mare, pentru mărturisire. Toți credincioșii doreau să se apropie mai mult de Părintele, ca nu cumva să le-o ia altul înainte; se apropiau atât de mult, la doi-trei metri, încât Părintele, ca nu cumva să se audă ce spune penitentul, se apleca cu urechea mai aproape de gura celui care se spovedea. Și atunci, stând așa, ore întregi aplecat într-o parte, cu șira spinării îndoită, până la urmă i-a apărut acea suferință de care nu s-a mai putut vindeca până la sfârșitul vieții. Cu toate îngrijirile de pe urmă, nu s-a mai putut face mare lucru.

Ar trebui amintiți și anii de suferință din temniță, unde a fost închis pentru că a luat parte la fenomenul numit „Rugul Aprins”. Ar trebui să amintim dragostea sa pentru Basarabia care l-a oferit lumii întregi și de care nu s-a simțit niciodată despărțit. Ce mare bucurie avea când întâlnea călugări de la Dobrușa, mănăstirea basarabeană unde depusesese voturile monahale!

Îmi aduc aminte că, prin anii 1995-1996, am plecat împreună cu Părintele în Basarabia. Am plecat din București până la Tiraspol să-l căutăm pe Ilie Ilașcu, acolo, în temniță. Îmi amintesc, când am intrat pe teritoriul Basarabiei, cât de fericit era Părintele Sofian și cum se simțea ACASĂ până tocmai acolo unde era Ilie Ilașcu. Nu pot uita cum palpita

de bucurie când a ajuns din nou pe pământurile natale, după o absență destul de îndelungată. Acel pelerinaj a avut ca misiune să-i transmită fratelui Ilie Ilașcu un cuvânt de îmbărbătare din partea Părintelui Patriarh Teoctist. Și cine putea fi mai potrivit pentru a duce acel mesaj, față către față, decât Părintele Sofian?

Și un ultim cuvânt. Am amintit de spovedanie. Aș dori să dau și eu o mărturie personală despre Părintele Sofian în ceea ce privește scaunul de spovedanie. Căci am avut și eu bucuria, din momentul în care am venit la București, prin anii 1990, și până în ceasul morții sale, chiar și după ce am plecat la Craiova, să-l am ca duhovnic. Asta pe de o parte. Iar pe de altă parte, din însărcinarea Preafericitului Părinte Patriarh Teoctist, până în octombrie 2000, când am plecat la Craiova, am fost împreună așa-zișii conducători ai Mănăstirii Antim. Părintele Sofian era mai mult cu problemele liturgice, iar eu mai mult cu treburile gospodărești ale mănăstirii. Știți că, uneori, când sunt două persoane cu responsabilități în același loc, pot apărea ispite. Eu vreau să aduc această mărturie: n-am simțit niciodată din partea Părintelui Sofian vreo abordare diferită în a administra din punct de vedere economic, uman sau duhovnicesc treburile Mănăstirii Antim.

Și ce mai pot mărturisi acum, după un an și jumătate, cât a trecut de la ultima spovedanie? În clipele când te spovedeai aveai sentimentul că îți descarci sufletul fără pic de reținere. Simțeai că Părintele îți preia toată greutatea de pe suflet. Îți dădea câteva sfaturi, acolo, la sfârșit, care erau foarte importante, dar parcă nu acest lucru era esențialul. Cel mai

important era că simțeai cum te ascultă, simțeai că participă la durerea ta, simțeai cum îți preia toată povara pe care o aveai pe umeri și pe inimă. În momentul în care te ridicai de la pământ, te simțeai cu totul alt om. Simțeai că pleci acasă cu multă putere în suflet, că-ți poți lua de la capăt viața, că-ți poți duce mai ușor crucea, cum a fost a mea, de arhieru-vicar, pe atunci, și, mai pe urmă, aceea de mitropolit al Olteniei. Chiar și după ce am plecat în cetatea Băniei, veneam destul de des la București și făceam tot posibilul să ajung la spovedanie, la Părintele. Mă întorceam de fiecare dată la Craiova cu mult mai multă tărie și cu mult mai mult curaj, pentru că-mi răsunau în minte și în inimă cuvintele Părintelui: „Nu te lăsa, Părinte! Mergi mai departe, Dumnezeu e cu tine! Prin câte greutăți am trecut și eu...”. Am făcut această mărturisire personală nu de dragul mărturisirii. Sunt sigur că, pe lângă alte aspecte ale relației pe care cei mai mulți dintre dumneavoastră ați avut-o cu Părintele Sofian, această stare de mulțumire sufletească, de liniștire desăvârșită după o convorbire cu Părintele, după ce dânsul ți-a ascultat focul inimii, este starea sufletească definitorie pentru toți cei care au avut binecuvântarea din partea lui Dumnezeu de a se spovedi la sfinția sa.

Părintele Sofian s-a născut în cer. Așa spuneau părinții de mai înainte de noi: „S-a născut în cer”, nu a murit. Și ne întristăm. Și noi, cei de la Mănăstirea Antim, și ascoriștii care l-au avut ca duhovnic, și pictorii de biserici, și Basarabia... Ne întristăm cu toții. Pe de o parte. Dar, până la urmă, toți ne bucurăm. Ceea ce a făcut Părintele Sofian pentru noi în

această lume pământească este de o importanță imensă! Dar ceea ce face Părintele Sofian acolo Sus, în fața Tronului Preasfintei Treimi, și pentru arhieriei pe care i-a avut ca fi duhovnicești, și pentru ascoriști, și pentru basarabeni, și pentru pictori, înseamnă cu mult mai mult. Pentru că plecarea lui dincolo înseamnă un plus de relație cu toți cei pe care i-a cunoscut și, cu certitudine zic, înseamnă și o intrare în relație cu cei care nu l-au cunoscut fizic, dar încep de acum să-l descopere, prin cărțile duhovnicești și prin înregistrările și mărturiile rămase. Vă doresc tuturor numai bine! Rămâneți cu Dumnezeu și cu Părintele Sofian!

CUPRINS

SFÂNTUL CUVIOS SOFIAN DE LA MĂNĂSTIREA ANTIM – UN MARE MISIONAR ȘI O FĂCLIE DE ÎNVIERE A SUFLETELOR <i>† DANIEL, Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române</i>	5
TOATĂ VIAȚA PĂRINTELUI SOFIAN „A FOST O LUMINĂ PE CARE A ÎMPĂRTĂȘIT-O ALTORA!” <i>† TEOFAN, Mitropolitul Moldovei și Bucovinei</i>	9
PĂRINTELE SOFIAN – DUHOVNICUL ROMÂN PRIN EXCELENȚĂ AL EPOCII MODERNE <i>Acad. Virgil CÂNDEA</i>	15
REPERE BIOGRAFICE	21
„VOI CINE ZICEȚI CĂ SUNT EU?”	27
„SĂ TRĂIM ÎN LUMINĂ PENTRU CA ÎN LUMINĂ SĂ TRECEM DUPĂ CE IEȘIM DIN ACEASTĂ VIAȚĂ!”	29
<i>Când ne rugăm cu pocăință, avem această liniște – că Dumnezeu este cu noi!</i>	29
<i>Domnul Iisus Hristos nu ne-a mințit niciodată!</i>	31
VALOAREA SUFLETULUI	32
<i>Sufletul rămâne o mare taină</i>	33
<i>Sufletul „este întipărirea vie a Sfintei Treimi în ființa omenească”</i>	34
<i>„Putem pierde orice, afară de suflet, căci, dacă ne rămâne acesta, încă n-am pierdut nimic!”</i>	35

<i>Suntem atenți cu adevărat la dorurile sufletului?</i>	37
<i>Purtăm în noi Icoana lui Dumnezeu!</i>	39
PORTRETUL SUFLETESC AL UNUI VLĂDICĂ	41
SMERENIA ÎNSEAMNĂ VIAȚĂ	45
<i>Arma cea mai puternică împotriva diavolului</i>	46
<i>Ce este smerenia?</i>	47
<i>„Sfinții, cu cât se apropie mai mult de Dumnezeu, cu atât se văd pe ei înșiși mai păcătoși”</i>	49
<i>„Iisus Hristos rămâne pentru totdeauna, pentru veșnicie, adevăratul model al smereniei”</i>	51
<i>Falsa smerenie</i>	54
<i>Să nu ne mai complacem în gânduri rușinoase!</i>	57
<i>Ne este de mare folos o atentă observare a sufletului nostru</i>	61
<i>Nu deznădăjdui!</i>	66
<i>„Trăim într-o epocă foarte primejdioasă și, de aceea, mai ales acum, trebuie să fim tari, să fim smeriți!”</i>	70
<i>Cea mai smerită făptură umană</i>	75
DESPRE CEASUL NEAȘTEPTAT AL MORȚII	81
<i>Moartea fără de veste îi poate surprinde și pe tineri</i>	82
<i>De multe ori, moartea îi prinde pe oameni nepregătiți</i>	83
<i>De ce Dumnezeu nu îngăduie să ne cunoaștem momentul morții?</i>	85
<i>„Să ne sfințim viața prin Sfintele Taine!”</i>	86
CUVINTE LA ÎNCEPUT DE POST	88
<i>Truda postului „este o dovadă că-L iubim pe Dumnezeu cu adevărat”</i>	88
<i>„Nu știți voi postul care Îmi place?”</i>	89
ÎNDEMN LA RUGĂCIUNE	92
<i>„Nu este bine să ne rugăm doar cu buzele!”</i>	94
<i>Cel care nu se roagă este ca o pasăre fără aripi</i>	96

Rugăciunea lui Iisus „arde ca un foc ceresc toate necurățiile noastre interioare”	99
A simți prezența lui Dumnezeu în viața noastră	102
„Rugăciunile celor din închisori erau asemănătoare cu cele ale Sfinților Părinți!”	104
Rugăciunea inimii este de mare actualitate în viața modernă	108
Împărăția lui Dumnezeu este înlăuntrul nostru	113
Viața creștină este mistică, este tainică	117
„La o rugăciune făcută cu tot dorul, cu toată ființa, Maica Domnului răspunde pe loc”	121
„Asta îi îndemn pe tineri: să aibă echilibru, înțelepciune, rugăciune”	126
SMERENIA, POARTA SPRE ÎMPĂRĂȚIE.	
AMINTIRI DIN PERIOADA TEMNIȚEI	131
Suferința o priveam ca pe un canon pentru păcatele mele ...	132
Dumnezeu este bun cu adevărat!	134
Duhul Sfânt poate să ne aducă ceva extraordinar în inimile noastre	135
IUBIREA DE VRĂJMAȘI	137
Să întâmpinăm răul cu bine!	138
„Oare eu nu am nicio parte de vină?”	141
Este foarte important să ne rugăm pentru cei care ne vrăjmășesc	141
GÂNDURI LA DUMINICA ORTODOXIEI	144
ICOANELE – SEMNE VII	
DE BINECUVÂNTARE DUMNEZEIASCĂ	150
SCHIMBAREA	157
Mai poate fi schimbată societatea?	158
Accentul trebuie pus pe rugăciune	162
Râvna pentru Dumnezeu	165

<i>Treptele Rugăciunii inimii</i>	167
<i>Roadele Rugăciunii lui Iisus</i>	168
<i>Rugăciunea vie</i>	170
ORBIREA SUFLETEASCĂ	172
<i>Orbirea sufletească este mai primejdioasă decât cea trupească!</i>	173
<i>Cum apare orbirea sufletească?</i>	174
<i>Exemple biblice de orbire sufletească</i>	175
<i>Să nu uităm de ochii sufletești!</i>	176
<i>Să recunoaștem că suferim de orbire sufletească!</i>	177
<i>„Alifia” cea duhovnicească a harului</i>	178
DREAPTA SOCOTEALĂ ÎN ACTUALITATE	180
<i>Experiența Rugăciunii inimii</i>	181
<i>Părintele Ioan Kulîghin în România.</i>	
<i>Întâlnirile de la „Rugul Aprins”</i>	184
<i>Personalități duhovnicești din interbelicul românesc</i>	188
<i>Capcanele falsei credințe</i>	192
<i>Discernământul. Cum va fi sub domnia Antihristului?</i>	197
<i>Smerenia și dragostea, însemnele trăirii ortodoxe</i>	207
<i>Credința tinerilor</i>	210
<i>Importanța duhovnicului</i>	215
<i>Păcatul este o mare piedică împotriva libertății</i>	222
<i>De ce nu putem spune Rugăciunea inimii?</i>	226
„SĂ DEA DUMNEZEU CA ÎNTREAGA ȚARĂ SĂ DEVINĂ UN RUG APRINS DE RUGĂCIUNE!”	230
<i>Amintiri despre „Rugul Aprins”</i>	231
<i>Părintele Ioan se ruga cu adevărat neîncetat</i>	233
<i>Unirea dintre minte și inimă</i>	236
<i>„Se grupează în jurul ființei celui care se roagă tot acest cosmos care ne înconjoară”</i>	237
TREIZECI DE MĂRTURII DESPRE IUBIRE	240
CĂLUGĂRUL ÎN FAȚA DREPTEI JUDECĂȚI	254

<i>Suntem cu adevărat conștienți de Ziua Judecării?</i>	256
<i>Trecând peste limitele puse de Dumnezeu,</i> <i>devenim propriii noștri călăi</i>	258
<i>Cum apare călugărul în fața Judecării Viitoare?</i>	260
<i>Monahismul este centrul spiritual al lumii</i>	262
<i>A trăi după chipul lui Dumnezeu</i>	264
<i>„Acum este Judecata acestei lumi!”</i>	267
„IISUS HRISTOS A ÎNVIAT SPRE BUCURIA ÎNTREGII LUMI!”	270
<i>„Toate își au izvorul în Învierea Domnului”</i>	271
<i>„Eu sunt învierea și viața”</i>	272
HRISTOS S-A ÎNĂLȚAT! „ASTA ÎNSEAMNĂ CĂ CERUL ESTE DESCHIS OAMENILOR!”	275
PREZENȚA SFÂNTULUI DUH ÎN VIAȚA NOASTRĂ	277
<i>Mărturia pentru Hristos</i>	278
<i>Procesul deschis împotriva Mântuitorului</i>	279
SCRISORI	281
RUGĂCIUNE CĂTRE DOMNUL IISUS HRISTOS CARE S-A SCHIMBAT LA FAȚĂ PE MUNTELE TABOR	291
RUGĂCIUNE CĂTRE SFÂNTUL IOAN BOTEZĂTORUL ...	292
MĂRTURII DESPRE SFÂNTUL CUVIOS MĂRTURISITOR SOFIAN DE LA ANTIM	297
SFÂNTUL CUVIOS SOFIAN SAU DESPRE PREZENȚA VIE A DUHULUI SFÂNT (Postfață)	345
ANEXĂ	354
EPILOG <i>Prof. Acad. Ilie BĂDESCU</i>	356
CRÂMPEIE DE VIAȚĂ ÎN IMAGINI	357