

Publicație editată de Parohia TOMA COZMA,  
Str. Toma Cozma, nr. 41, cod poștal 700 554, Iași, tel/fax:  
0232 211 273,  
Preot paroh Mihai Mărgineanu, tel. 0742 044 844  
Preot II Iustinian-Ionuț Răduc, tel. 0729 935 888,  
Secretar redacție Vasilica Onofrei, tel. 0741 706 602,  
redactor\_sef@yahoo.com  
[www.parohiatomacozma.ro](http://www.parohiatomacozma.ro),  
[parohiatomacozma@gmail.com](mailto:parohiatomacozma@gmail.com)

Se distribuie prin pangarul parohiei. Pentru susținerea acestei publicații, dar și pentru activitățile culturale și filantropice ale parohiei, primim donații în contul IBAN RO38 RZBR 0000 0600 0027 6450 deschis la Raiffeisen Bank Iași

**Acțiuni pentru copii, elevi, studenți și tineri organizate în parohia noastră**



Adresăm elevilor, studenților și tinerilor interesați invitația de a se înscrie la **CURSUL GRATUIT DE ÎNVĂȚARE A CÂNTĂRILOR LITURGICE ORTODOXE - ediția a VII-a -**

pe care îl vom reorganiza, în vederea constituirii unui grup coral care să intoneze duminica dimineața cântările din timpul slujbei Utreniei sau din cadrul Sfintei Liturghii atunci când membrii Corului Parohial sunt plecați în turnee.



De asemenea, adresăm tuturor copiilor, elevilor, studenților și tinerilor interesați invitația de a se înscrie în **CLUBUL DE ȘAH** pe care îl vom organiza la parohie.

**DETALII și ÎNSCRIERI pentru toate aceste activități la tel. 0741 706 602 (Orange) sau 0761 621 994 (Cosmote)**

**Biblioteca Parohială**

Delectează-te cu o carte nouă!  
Citește și informează-te!

Prin Biblioteca Parohială vă punem la dispoziție o gamă largă de cărți religioase și de cultură generală.

**Program de funcționare:**  
Duminică, între orele 11.00-12.00  
La Căsuța Filantropică  
**Persoane de contact:**

\*Alexandra Popa  
tel. 0720 606 820, alexandra\_4evre\_x93@yahoo.com

\*Irina Dănilă  
tel. 0742 344 024, iris\_pretty\_girl2006@yahoo.com

**PROGRAMUL SLUJBELOR RELIGIOASE**

**În a doua săptămână din Postul Mare**

- ♦ VINERI, 13 martie, ora 18.00 - SF. MASLU
- ♦ SÂMBĂTA, 14 martie,
  - 7.00 - Slujba Utreniei
  - 8.00 - Sfânta LITURGHIE
  - 10.00 - POMENIREA PENTRU CEI RĂPOSAȚI

Pomenirile pentru cei adormiți vor continua în toate sâmbetele din Postul Mare, până la Sâmbăta lui Lazăr.

- ♦ DUMINICĂ, 15 martie
  - 7.00 Utrenia, Acatistul și Sfânta Liturghie

*Pentru înscrierea pomelnicelelor pentru morți, vă rugăm a vă adresa preotului, în afara slujbelor, având în vedere programul duhovnicesc și liturgic extrem de încărcat din această perioadă. Vă stăm la dispoziție zilnic, la Oficiul parohial.*

**PROGRAMUL DUHOVNICESC ÎN POSTUL MARE**

**PENTRU TAINA SFINTEI SPOVEDANII**

- Joia și Vinerea: 8.00 - 10.00 și 16.00 - 20.00
  - Sâmbăta: 16.00 - 20.00
- din considerente canonice temeinice și pentru a nu afecta desfășurarea serviciului liturgic, indemnăm pe credincioși a nu mai solicita spovedanie în cadrul slujbelor premergătoare Sfintei Liturghii SÂMBĂTA, DUMINICĂ și în SARBĂTORILE CU CRUCE ROȘIE

**PENTRU PRIMIREA TAINEI SFINTEI ÎMPĂRTĂȘANII**

- DUMINICĂ, în SĂRBĂTORILE CU CRUCE ROȘIE sau SÂMBĂTA, la Sfânta Liturghie și nu în afara acesteia. Pentru a beneficia cu adevărat de unirea cu Trupul și Sângele lui Hristos, recomandăm primirea Sfințelor Taine în momentul canonic orânduit de Sfinții Părinți, adică spre sfârșitul Sfintei Liturghii și după convenita citire a rugăciunilor pentru împărtășanie.

- Pentru ca urcușul duhovnicesc al Postului Mare să fie ziditor pentru toți, indemnăm pe credincioșii noștri să-și poarte de grijă de cele sufletești și să se spovedească în această perioadă, până la Duminică Floriilor, săptămâna Patimilor având un caracter cu totul special, dedicat Jertfei Mântuitorului și nu problemelor noastre personale.

- Pentru persoanele bolnave sau în vârstă, care nu pot veni la Biserică, se pot face programări pentru împărtășanie la domiciliu, la tel. 0232 211 273 sau 0742 044 844

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

**Duminica Ortodoxiei**



Grafică realizată de Raluca Negrea

În pagina a doua puteți citi un fragment din *Pastorala Sfântului Sinod al Bisericii Ortodoxe Române la Duminica Ortodoxiei 2009*

**2%** Direcționați 2% din impozitul pe venitul dvs. (ca persoană fizică sau ca persoană juridică) pentru lucrările și activitățile pe care le susține PAROHIA "TOMA COZMA"

- Datele noastre necesare pentru Completarea Formularului 230 sunt:**
- Numele Asociației : PAROHIA "TOMA COZMA"
  - CIF (Codul de Identificare Fiscală): 11198095
  - Contul Organizației în format IBAN: RO38 RZBR 0000 0600 0027 6450
  - ATENȚIE: La formularul 230 trebuie anexat obligatoriu, în copie, formularul 210 — "Fișa fiscală", care se obține de la angajator.

**DETALII și INFORMAȚII:**

- Oficiul Parohial, tel: 211 273
- Direct la Pangarul bisericii Parohia "TOMA COZMA"

**Luni, 9 martie,** Biserica Ortodoxă îi pomenește pe **Sfinții 40 de Mucenici din Sevastia.**

"Patruzeci am intrat în luptă, patruzeci să fim încununăți, Stăpâne! Să nu lipsească la număr nici unul! Cinstit este numărul! L-ai cinstit cu Postul cel de patruzeci de zile" (Matei 4, 2). Prin el a intrat în lume legea (Ieș. 24, 18; 34, 28). Cu post de patruzeci de zile Ilie, căutând pe Domnul, a reușit să-L vadă! (III Regi 19, 8, 12-13).

Așa le-a fost rugăciunea! Dar unul din numărul lor, doborât de durere, a dezertat și a fugit. Jale ce nu se poate povesti a lăsat în sufletele celorlalți. Domnul însă n-a lăsat neîmplinite rugăciunile lor.

(continuare în p. 3)

**Evanghelia duminicii (Ioan I, 43-51)**

- 43. A doua zi voia să plece în Galileea și a găsit pe Filip. Și i-a zis Iisus: Urmează-Mi.
- 44. Iar Filip era din Betsaida, din cetatea lui Andrei și a lui Petru.
- 45. Filip a găsit pe Natanael și i-a zis: Am aflat pe Acela despre Care au scris Moise în Lege și proorocii, pe Iisus, fiul lui Iosif din Nazaret.
- 46. Și i-a zis Natanael: Din Nazaret poate fi ceva bun? Filip i-a zis: Vino și vezi.
- 47. Iisus a văzut pe Natanael venind către El și a zis despre el: Iată, cu adevărat, israelit în care nu este viclesug.
- 48. Natanael I-a zis: De unde mă cunoști? A răspuns Iisus și i-a zis: Mai înainte de a te chema Filip, te-am văzut când erai sub smochin.
- 49. Răspunsu-l-a Natanael: Rabi, Tu ești Fiul lui Dumnezeu, Tu ești regele lui Israel.
- 50. Răspunsu-a Iisus și i-a zis: Pentru că ți-am spus că te-am văzut sub smochin, crezi? Mai mari decât acestea vei vedea.
- 51. Și i-a zis: Adevărat, adevărat zic vouă, de acum veți vedea cerul deschizându-se și pe îngerii lui Dumnezeu suindu-se și coborându-se peste Fiul Omului.

⇒PROGRAMUL SLUJBELOR RELIGIOASE din această săptămână și ⇒PROGRAMUL DUHOVNICESC ÎN POSTUL MARE în pagina a 4-a

Pentru ca urcușul duhovnicesc al Postului Mare să fie ziditor pentru toți, indemnăm pe credincioșii noștri să-și poarte de grijă de cele sufletești și să se spovedească în această perioadă a Postului, până la Duminică Floriilor, Săptămâna Patimilor având un caracter cu totul special, dedicat Jertfei Mântuitorului și nu problemelor noastre personale.

**Pastorală Sfântului Sinod al Bisericii Ortodoxe Române la Duminica Ortodoxiei**

*Preaiubiții noștri fii duhovnicești,*

Duminica Ortodoxiei este sărbătoarea credinței dreptmăritoare, prin cuvânt și faptă, a tuturor credincioșilor ortodocși din lumea întregă, a tuturor celor ce păstrează și mărturisesc învățătura de credință a Bisericii celor șapte Sinoade Ecumenice, care stă la temelia adevăratei trăiri creștine ortodoxe și a sfintei lucrări a Bisericii lui Hristos în lume.

Biserica Ortodoxă Română, de origine apostolică, prin predica Sfântului Andrei, cel întâi chemat la apostolie, Ocrotitorul României, cultivă neîncetat râvna păstrării cu sfințenie a dreptei credințe, confirmată dintru început prin alese fapte de evlavie și milostenie creștină ale binecredincioșilor creștini, ale preoților și monahilor, dintre care mulți s-au ridicat la vrednicia sfințeniei, devenind prieteni ai lui Dumnezeu (cf. Ioan 15, 15).

Faptele de evlavie ale poporului nostru dreptcredincios s-au manifestat, de-a lungul timpului, fie prin zidirea de sfinte locașuri de cult parohiale și mănăstirești, fie prin edificarea de așezăminte culturale, de învățământ și social-filantropice, presărate de la o margine la alta a țării. Această prezență și lucrare a faptelor de evlavie continuă și astăzi cu multă râvnă, ajungând până dincolo de granițele țării, în Europa Occidentală și în alte părți ale lumii, unde s-au stabilit mulți români ortodocși care viețuiesc în tradiția Bisericii noastre străbune.

Faptele milosteniei creștine sunt expresia concretă a iubirii aproapelui, ca roade ale dreptei credințe din care izvorăsc neîncetat, și care au ca scop ajutorarea celor aflați în necazuri și suferințe, după cum învață Sfântul Apostol Pavel: „Iar facerea de bine și într-ajutorarea nu le dați uitării; căci astfel de jertfe sunt bine plăcute lui Dumnezeu (Evrei 13, 16)”.

Oricât de mari ar fi provocările și crizele lumii în care trăim, în contextul degradării vieții spirituale, a climatului social și economic pe plan mondial, dar și în țara noastră, avem datoria să rămânem neclintiți în dreapta credință, și în faptele cele bune, punându-ne nădejdea în Dumnezeu „Care ne dă cu belșug toate spre îndulcirea noastră” (I Tim. 6, 17). Să ne unim în a face binele care aduce mângâiere celor în nevoi, alinare celor bolnavi, compasiune celor în durere, ajutând pe semenii noștri, cu generozitate și dragoste creștină, așa cum ne învață Hristos, Mântuitorul lumii.

Și în acest an, ne adresăm preoților și credincioșilor Sfintei noastre Biserici cu îndemnul părintesc de a organiza **colecta pentru Fondul Central Misionar**, arătând, ca și până acum, dragostea către Dumnezeu și către Biserica noastră. Să contribuim în această zi de prăznuire a Ortodoxiei, dar și în duminica următoare, fiecare cu darul său, după cum îl îndeamnă inima sa, bine știind

că: „pe cel ce dă cu voie bună pe acela îl iubește Dumnezeu” (II Cor. 9, 7).

Fiiți încredințați că, așa cum am făcut și în anii trecuți, fiecare bănuț pe care-l veți dăruia acum va fi chivernisit cu grijă și îndreptat, cum spune Sfântul Apostol Pavel, „fiecăruia după cum are cineva trebuință” (Rom. 4, 35), fie în scopul ajutorării unora dintre semenii noștri care sunt săraci, se află în situații limită sau sunt în suferințe cumplite, fie în scopul zidirii unor biserici și așezăminte filantropice ortodoxe, fie pentru continuarea și finalizarea diferitelor lucrări misionare și de ajutorare a fraților noștri români care viețuiesc în afara granițelor țării.

Așa cum ne-am împărțășit azi la Sfânta Liturghie din cuvintele Sfântului Vasile cel Mare, pe care, împreună cu ceilalți Sfinți Capadocieni, îl comemorăm și omagiem în acest an, 2009, se cuvine să ne rugăm pentru binefăcătorii Sfintei noastre Biserici și ai tuturor celor aflați în nevoi și să cerem Mântuitorului nostru Iisus Hristos: „*Pomenește, Doamne, pe cei care aduc roade și fac bine în sfintele Tale Biserici și își aduc aminte de cei săraci. Răsplătește-le lor cu bogatele și cereștile Tale daruri (...). Adu-Ți aminte, Doamne, Dumnezeul nostru, și de tot poporul Tău și peste toți revarsă mila Ta cea bogată, împlinind tuturor cererile cele spre mântuire*”.

Având încredințarea că veți arăta și în acest an dărnicie creștină și veți răspunde cu dragoste chemării noastre părintești în această lucrare sfântă de binefacere, vă mulțumim pentru generozitatea arătată în anii precedenți și ne rugăm Milostivului Dumnezeu „ca, având totdeauna toată îndestularea în toate, să prisosiți spre tot lucrul bun” (II Cor. 9, 8).

Îmbrățișându-vă cu dragoste părintească, noi, membrii Sfântului Sinod, vă împărțășim binecuvântarea apostolică: „*Harul Domnului nostru Iisus Hristos și dragostea lui Dumnezeu Tatăl și împărțășirea Sfântului Duh, să fie cu voi cu toți!*” (II Cor. 13, 13).

**Puterea de a rămâne netulburat în fața oricărui necaz sau supărare**

Un om plin de grijile acestei vieți și tulburat peste măsură s-a dus la un părinte vestit zicându-i: *Părinte, nu mai pot! Viața mea este un chin!* Atunci Părintele a luat o mână de cenușă și a turnat-o în paharul pe care îl avea pe masă. În câteva minute, apa din pahar s-a tulburat foarte tare.

A mai luat o mână de cenușă și a mers cu el la malul mării și aruncând-o în mare, aceasta a rămas exact cum era. Atunci i-a spus Părintele omului necăjit: *În fiecare zi, trebuie să alegi între a fi un pahar și marea fără să te tulburi de nimic. Să înveți a înghiți de la toți orice supărare, și a nu le da lor a înghiți nimic!*

**Cuvânt al Sfântului Vasile cel Mare la Sărbătoarea Sfinților 40 de Mucenici**

*(continuare din p. 1)*

Cel care era însărcinat cu paza mucenicilor și se încălzea într-o baie din apropiere privea la cele ce aveau să se întâmple. Era gata să primească pe ostașii care vor fugi! Că tiranul s-a mai gândit iarăși și la aceea de a fi o baie în apropiere, care putea da grabnic ajutor celor care aveau să-și schimbe părerea. Dar ceea ce a fost născocit cu gând viclean de dușmanii credinței, de a găsi adică un astfel de loc în apropierea locului muceniei, unde îngrijirea grabnică ce li se oferea putea să zdruncine statornicia luptătorilor, tocmai aceea a arătat mai strălucită răbdarea mucenicilor. Că nu este răbdător omul, care în lipsă de cele de trebuință, nu poate face altceva, ci acela care rabdă relele, deși are din belșug puțința desfătării.

Pe când, dar, ostașii sufereau mucenicia, paznicul, care se uita să vadă ce se va întâmpla, a văzut străină priveliște: îngeri s-au pogorât din ceruri și s-au împărțit din partea Împăratului ceresc mari daruri ostașilor. Au împărțit daruri tuturor celorlalți; numai pe unul l-au lăsat nerăsplătit, socotindu-l nevrednic de cinstirile cerești. Era tocmai acela care în clipa aceea, doborât de dureri, fugise de dușmani.

Paznicul, când l-a văzut că fuge și aleargă spre baie, a luat locul dezertorului; și-a aruncat hainele de pe el, s-a amestecat cu cei goi, strigând aceeași mărturisire ca și sfinții: *Sunt creștin!* Cu neașteptata lui schimbare a uimit pe ostași. A completat numărul; iar prin adăugarea lui le-a mângâiat durerea pricinuită de dezertor.



**Așteptăm părerile dvs. privitoare la diferitele probleme de credință și societate pe Forum-ul parohiei**  
<http://parohiatomacozma.ro/forum/>

**Postul Mare și starea de rugăciune**

O dată cu Postul cel Mare s-a făcut început și pocăinței noastre. Pentru că, practic, scopul rugăciunii și al postului nu este atât să înduplece dreptatea și milostivirea lui Dumnezeu, cât este mai cu seamă îndreptarea noastră, schimbarea noastră în bine. Postul Mare aduce în cultul nostru *trei noutăți*.

*Întâi de toate* în *Slujba Pavcerniței*, care face parte dintre cele șapte Sfinte Laude ale Bisericii și care se intonează în mănăstiri în fiecare zi. Doar că această pavcerniță, în perioada Postului, poartă denumirea de *Pavcernița Mare* și are un cuprins mult mai larg decât cea obișnuită ce se rostește peste ani, având în vedere, alături de specificul său de încununare a rugăciunilor unei zile, pe de o parte îndreptarea noastră spre pocăință, iar pe de altă parte recunoașterea puterii și a milostivirii lui Dumnezeu, precum și un gând îndreptat cât mai frumos pentru aproapele, chiar și atunci când se află în postura de dușman al nostru. Pentru că o parte dintre Psalmii care se citește în cadrul acestei slujbe, se ocupă și de aproapele nostru în acea postură incomodă pentru noi de dușman al nostru.

*Cea de-a doua noutate* pe care o aduce perioada aceasta a Postului este *Rugăciunea Canonului cel Mare al Sfântului Andrei Criteanul*. Acest Canon a fost alcătuit la începutul veacului al VIII-lea de către trei Sfinți Părinți, dar pentru că cel mai cunoscut dintre aceștia a fost Sfântul Andrei Criteanul sau Cretanul, Episcopul Cretei (de unde își trage și numele), Canonul poartă numele său. De aceea se și încheie cu o scurtă invocare în rugăciune a Sfântului Andrei Criteanul. Acest Canon, practic, ne introduce în starea de pocăință propriu-zisă. Pentru că ne pune în față și modele de viață virtuoaasă, dar și modele mai puțin plăcute, dintre cei ce sunt enumerați în Vechiul Testament. Canonul cel Mare conține o sumedenie de nume, dar fiecare dintre acestea ascunde în spatele său o viață de om trăită în comuniune cu Dumnezeu, în pace cu Dumnezeu sau în înstrăinare de Dumnezeu, în rățacire păcătoasă și vinovată. Acest Canon al Sfântului Andrei Criteanul alternează fiecare stih ce rememorează evenimente din Vechiul Testament cu acea rugăciune pe care suntem datori să o rostim cât mai des în această perioadă a postului: *Miluește-mă Dumnezeule, miluește-mă!* Aceasta este tema principală a rugăciunii din perioada Postului Mare. Pentru că nu vreo vrednicie a noastră și nici vreo îndreptățire pe care o găsește logica omenească ne fac vrednici de Împărăția lui Dumnezeu, ci numai mila lui Dumnezeu. De aceea, noi invocăm în mod constant mila lui Dumnezeu, invocare care nu are doar menirea de a ne aduce mereu aminte de dragostea lui Dumnezeu pentru oameni, ci, pe de o parte, ea trebuie să trezească în conștiință, starea noastră păcătoasă, nevrednicia noastră de milostivirea lui Dumnezeu, iar pe de altă parte, mila lui Dumnezeu este generozitatea care te provoacă, care te inspiră să fii bun și să trăiești plăcut înaintea lui Dumnezeu.

Și în sfârșit, *cea de-a treia noutate* pe care o aduce această perioadă a Postului cel Mare, este *Rugăciunea Sfântului Efreim Sirul*. Este rugăciunea-temă pe care creștinul o rostește în această perioadă a Postului Mare, fiind însoțită de metanii și închinăciuni. Aceste metanii înseamnă de fapt o transformare a noastră (*metanoia*, gr.– schimbarea modului de gândire) din interior, care devine pentru fiecare „invierie din faptele cele moarte”, cum zice molifta Postului Mare, adică din faptele păcătoase, care ne omoară puțin câte puțin.

Iată cum, puse în această împreună lucrare, și Pavcernița cea Mare, și Canonul cel Mare, și Rugăciunea Sfântului Efreim Sirul ne inspiră spre a ne îndrepta pornirile păcătoase și bine a vieții înaintea lui Dumnezeu. Sigur, tema principală a Postului rămâne rugăciunea. Și cu siguranță, orice bun creștin, atunci când vine perioadă de post, simte nevoia de a se apropia mai mult de Dumnezeu. Pentru că, precum spune Psalmul 41, sufletul nostru dorește mereu pe Dumnezeu, tot așa cum cerbul dorește izvorul de apă. Doar că împovărarea noastră cu grijile de fiecare zi, înstrăinarea noastră de modul corect și frumos de a vieții, adaugă sufletului „aripi de plumb”, lipsindu-l de vioiciunea și forța de a se înalta către Dumnezeu. Rugăciunea mai statornic rostită în această perioadă are, așadar, menirea de a ne apropia pe noi mai mult de Dumnezeu. Pentru că, așa spune, paradoxal, în ciuda faptului că suntem răi și păcătoși, Dumnezeu totuși ne stă în preajmă, doar conștiința noastră adormită din cauza păcatelor, nu mai este capabilă să sesizeze lucrarea Lui și să se bucure de prezența Sa în viața noastră. Iată dar, că rugăciunea ne poate ajuta să descoperim mai mult prezența lui Dumnezeu în viața noastră care trece neobservată în învălmășagul acesta de evenimente în care nu mai poți distinge ce este astăzi și ce este mâine, în care visul, virtualul și realitatea creează un fel de amestec în conștiință încât te trezești că nici nu știi: *Ai văzut ? Ai citit ? Ai visat sau chiar ai trăit un anume eveniment...*

Rugăciunea prin care invocăm milostivirea lui Dumnezeu grefată pe pocăința omului, poate aduce mai multă lumină și har în viața fiecăruia dintre noi.

*Pr. Mihai Mărgineanu*