

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 Il Iustinian-Ionuț Răduc, tel. 0729 935 888,
Secretar redacție Vasilica Onofrei, tel. 0741 706 602,
redactor_sef@yahoo.com
www.pariohiatocozma.ro,
pariohiatocozma@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

Programe gratuite pentru copii, elevi, studenți și tineri organizate în parohia noastră

Adresăm tuturor copiilor, elevilor, studenților,
tinerilor, precum și tuturor persoanelor interesate,
indiferent de vârstă, invitația de a participa la
următoarele activități:

- CLUBUL DE ȘAH, în fiecare sâmbătă, la ora 17.00.
- CURS DE CÂNTĂRI LITURGICE, în fiecare duminică, ora 17.00
- MEDITAȚII LA MATEMATICĂ pentru elevi de gimnaziu și liceu

Pentru copiii preșcolari și cei din ciclul primar,
organizăm:

- CURSURI gratuite de LIMBA ENGLEZĂ
- MEDITAȚII la orice disciplină

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:

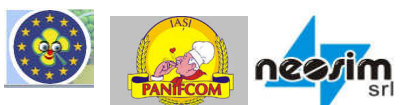
Duminică, între orele 11.00-12.00

Persoane de contact:

*Alexandra Popa, tel. 0720 606 820,
petite_sourire@yahoo.com

*Irina Dănilă, tel. 0742 344 024,
irina_danila93@yahoo.com

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



Tipografia Croma Line, Adresa: STR. SOCOLA, Nr. 51-
53 tipografii, materiale publicitare, producție
croma.line@yahoo.com, 0728 101 081

MEMBRII CONSILIULUI PAROHIAL:

Doamna Profesor Carmen Losonczy

Doamna Profesor Carmen Losonczy s-a născut pe data de 14 iulie 1957, în Iași, venind pe lume ca al doilea copil în distinsa familie a medicului Victoriu Decuș și a soției sale Lucia, care s-au bucurat de o stimă deosebită de-a lungul anilor



în parohia noastră.

La rândul său, și-a întemeiat o familie frumoasă, alături de domnul Alexandru Losonczy - specialist IT și programator de profesie -, având împreună două fete de 27 ani și, respectiv, 24 ani.

În plan profesional, doamna Carmen Losonczy a înregistrat numeroase realizări, absolvind Facultatea de Informatică-Matematică, în prezent fiind profesor de gr. I, metodist la Inspectoratul Școlar și membru în Corpul de Experți ai Ministrului Educației, Tineretului și Sportului, iar de 10 ani, Directorul Liceului de Informatică din Iași, .

Este o persoană sociabilă, comunicativă, activă, cu inimă bună și spirit practic, implicându-se în numeroase acțiuni de susținere materială a elevilor cu probleme sociale, de ajutorare a bătrânilor, a bolnavilor. Dintre pasiuni și hobby-uri, amintim: lecturile și dialogurile duhovnicești, scrisul, muzica (audiții), teatru, baschet.

Cronicar

Foto: Alexandru Losonczy

**Puteți Direcționa 2% din impozitul pe venitul
dvs. pentru pictarea bisericii și numeroasele
lucrări și activități
pe care le susține
PAROHIA "TOMA
COZMA"**

2%

DETALII și INFORMAȚII:

- Oficiul Parohial, tel: 0741 706 602,
0761 621 994
- Direct la Pangarul bisericii

Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

Duminica Sfântului Grigorie Palama

Evangelhia duminicii
Vindecarea Slăbănogului din Capernaum
(Marcu II, 1-12)



Sfântul Grigorie Palama

- Grafică realizată de Elena Gheorghiu -

1. Și intrând iarăși în Capernaum, după câteva zile s-a auzit că este în casă.
2. Și îndată s-au adunat mulți, încât nu mai era loc, nici înaintea ușii, și le grăia lor cuvântul.
3. Și au venit al El, aducând un slăbănog, pe care îl purtau patru inși.
4. Și neputând ei, din pricina mulțimii, să se apropie de El, au desfăcut acoperișul casei unde era Iisus și, prin spărtură, au lăsat în jos patul în care zăcea slăbănogul.
5. Și văzând Iisus credința lor, i-a zis slăbănogului: Fiule iertate îți sunt păcatele tale !
6. Și erau acolo unii dintre cărturari, care ședeau și cugetau în inimile lor:
7. Pentru ce vorbește Acesta astfel ? El hulește. Cine poate să ierte păcatele, fără numai unul Dumnezeu ?
8. Și îndată cunoscând Iisus, cu duhul Lui, că așa cugetau ei în sine, le-a zis lor: De ce cugetați acestea în inimile voastre?
9. Ce este mai ușor a zice slăbănogului: Iertate îți sunt păcatele, sau a zice. Scoală-te, ia-ți patul tău și umblă?
10. Dar, ca să știți că putere are Fiul Omului a ierta păcatele pe pământ, a zis slăbănogului:
11. Zic ție: Scoală-te, ia-ți patul tău și mergi la casa ta.
12. Și s-a sculat îndată și, luându-și patul, a ieșit înaintea tuturor, încât erau toți uimiți și slăveau pe Dumnezeu, zicând: Asemenea lucruri n-am văzut niciodată.

PROGRAMUL DUHOVNICESC ÎN POSTUL MARE

PENTRU TAINA SFINTEI SPOVEDANII:

- Vinerea, începând cu ora 17.00, în cadrul și după Slujba Sfântului Maslu.
- Sâmbăta, începând cu ora 17.00, în cadrul și după Slujba Vecerniei.

PENTRU TAINA SFINTEI ÎMPĂRTĂȘANII:

- Duminica și în sărbătorile însemnate prin cruce roșie, în cadrul Sfintei Liturghii care începe la ora 9.00; la momentul cerut de canoanele Bisericii, pentru folos sufletesc și bucuria unei eficiente comuniuni cu Dumnezeu prin Sfintele Taine.
- În mod excepțional, pentru copiii preșcolari și pentru creștinii aflați în situații speciale, Sfânta Împărtășanie se va putea administra în afara cadrului canonic al Sfintei Liturghii.
- Pentru persoane bolnave sau în vârstă, care nu se pot deplasa la Biserică, se pot face programări la tel.: 0232 211 273

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

Astăzi, duminică,
28 februarie,
continuă
**Colecta pentru
Fondul Central
Misionar,
destinat
activităților
misionare și operei
social - caritative ale
Bisericii Ortodoxe
Române.**

“Viața noastră e rugăciune !”

Perioada postului este pentru suflet ca un teren mult roditor: răsădești, împreună cu osteneala postirii, faptele vrednice de pocăință(Luca 3, 8) și milostenia, pe care, stropindu-le cu multă rugăciune, vei primi roada bucuriilor de mai târziu. În post, suntem chemați a pune în practică, mai mult ca oricând, rostirea rugăciunilor, mai cu seamă a rugăciunilor de pocăință, pe care le asociem de obicei rugăciunilor de cerere, în intenția de a invoca ajutorul lui Dumnezeu pentru a recupera, repara, compensa, erorile și păcatele săvârșite.

Rostite după formulările consacrate sau chiar și cu cuvinte proprii izvorâte spontan, rugăciunile de pocăință angajează o simțire și o trăire foarte puternice, căci ele sunt însoțite de regretul pentru stările noastre de imperfecțiune anterioare. Chiar dacă, poate, am uitat să-i mai aducem rugăciuni de slavă, sau am uitat să-i mulțumim pentru binele primit, totuși Dumnezeu se bucură văzând că ne aducem aminte de El măcar și la vreme de încercare. Ideal ar fi să ne aducem aminte de El înainte de a ne copleși necazul pe care, foarte adesea, noi înșine ni l-am pricinuit.

În rugăciune, este foarte importantă sinceritatea, coerența între cuvântul rostit și fapta concretă. Se produce cu noi mereu o dedublare: atitudinea și sensibilitatea suflătesc din timpul rugăciunii sunt repede înăbușite de „exigențele” manifestării sociale. Observăm, de multe ori, cum abia ieșiți sfânta biserică sau din casă, după ce ne-am rugat, uităm de cele ce am spus în rugăciune și ne manifestăm exact contrar. Și asta, de cele mai multe ori, pentru că ne limităm doar la dimensiunea rostirii. Dar, rugăciunea nu este numai a cuvintelor, ci a întregii noastre vieți. Viața noastră e o rugăciune: e cea mai cuprinzătoare rugăciune a ființei, a existenței noastre. Vrednicul de pomenire episcop Antonie Plămădeală într-una din scrierile sale utiliza sintagma „a te ruga cu mâinile” - adică și munca poate fi o rugăciune: rugăciunea trupului. Iată cum toată manifestarea noastră e rugăciune, nu numai cuvintele pe care le rostim. Să nu ne amăgim cu această aparență, că ne facem datoria față de Dumnezeu rugându-ne dimineața, seara și la momentele convenite, iar în rest, viața noastră curge altfel.

Dincolo de cadrul intim al rugăciunii personale,

avem nevoie să participăm și la rugăciunea în comun a Bisericii. Captat însă, de frumusețea slujbei ortodoxe și bogăția de imagini a iconografiei și imnografiei, în sfântul lăcaș, gustul estetic te face să privești distant, ca la spectacol, ceea ce e o gravă confuzie, periculoasă pentru conștiință. Cel mai minunat spectacol pe care îl prilejuiește rugăciunea în comun se petrece în sufletul celui ce participă la o astfel de rugăciune. Dacă, plecând de la biserică ești hotărât ca să devii mai bun, să lepezi răul și păcatele care te leagă, toate frumusețile pe care le-ai văzut nu au rămas doar obiect de admirație, ci ele vor rodi în tine alte frumuseți. O astfel de rugăciune trezește în suflet cele mai înalte simțăminte omenești. De aceea, adevărata trăire a rugăciunii este greu de cuprins în cuvinte.

Sunt încă sunt mulți creștini ce nu știu să se roage, adesea chiar argumentându-și scripturistic ignoranța (Matei 6, 7). Abia la vreme de încercare descoperim cât e de important să știi a te ruga. De aici necesitatea de a învăța pe de rost măcar Rugăciunile Începătoare. Câți dintre noi le știm și le rostim. ? Este foarte important ce rugăciuni rostim și, mai cu seamă, cum le înțelegem. Iar dacă nu știi face început cum se cuvine rugăciunilor tale, cum poți să știi continuarea lor ? Poți, oare să te simți în preajma lui Dumnezeu, dacă nu ai pus început rugăciunii tale prin invocarea Duhului Sfânt ?

Și încă un aspect: rugăciunea se face cu cuviință, cu simțire și cu înțelegere. Ea trebuie să angajeze întreaga noastră ființă. Să nu ne ascundem în spatele unei rostiri mecanice, căci rugăciunea spusă cu simțire are un profund caracter educativ și formator, reflectându-se binefăcător în toate realizările noastre.

– De ce icoanele sunt purtătoare de har și făcătoare de minuni ? – Pentru că într-o astfel de icoană se concentrează multă rugăciune: a pictorului, care mult s-a rugat și a postit până a pictat-o, a Bisericii, ce 40 de zile a adăpostit-o în altarul sfânt, a preotului, care, rugându-se, a sfințit-o, dar și a miilor de credincioși care cu inimă smerită și nădejde, au îngenunchat de-a lungul timpului în fața ei rostind cu lacrimi rugă sfântă. Iar dacă o icoană poate dobândi atâta har, cu cât mai mult va dobândi cel ce se roagă !

Rubrica de sănătate

CEAPA

În 1919, când gripa a ucis 40 milioane de oameni, un doctor vizita fermierii pentru a-i ajuta să combată gripa. Mulți dintre fermieri și familiile lor o contractaseră și mulți chiar muriseră.

Doctorul a ajuns la un fermier unde, spre surprinderea lui, toți membrii familiei erau sănătoși. Când doctorul a întrebat fermierul ce făcea el diferit de ceilalți, soția lui a spus că a pus o ceapă necurățată într-un vas în fiecare cameră a casei (și probabil pe vremea aceea casa avea doar 2 camere). Doctorul nu a crezut și a cerut una din cepe pentru a o analiza la microscop. Spre surprinderea lui a descoperit virusul gripei în ceapă. În mod evident aceasta a absorbit virusul păstrând familia sănătoasă.

Apoi, am auzit această povestire de la coafeza mea din Arizona. Acum mulți ani angajații ei se îmbolnăveau de gripă și la fel multi dintre clienți. În următorul an ea a pus cepe în boluri peste tot în salon. Spre surprinderea ei nici un angajat nu s-a mai îmbolnăvit. Treaba funcționează! (și nu, nu fac afaceri cu ceapa)

Morala povestii este: cumpărați câteva cepe și puneți-le în boluri în fiecare cameră din casă. Dacă lucrați la birou, puneți unul sub birou sau undeva pe un raft. Încercați și veți vedea. Noi am făcut asta anul trecut și nimeni din casă nu s-a îmbolnăvit de gripă. Dacă vă ajuta pe voi și pe cei dragi să nu vă îmbolnăviți, cu atât mai bine.

Dacă totuși faceți gripa, va fi o forma ușoară. Oricum... ce aveți de pierdut? Doar câteva cepe!!!

Acum... mai există și un PS la această poveste, trimis de o prietenă din Oregon care de obicei îmi trimite contribuții la articolele pe tema sănătății. Ea mi-a povestit următoarea experiență despre ceapă: "Eu nu știam despre povestea cu fermierul... dar știu că eu personal am făcut pneumonie și am fost foarte bolnavă. Am citit un articol care spunea să tai o ceapă la ambele capete, să pui unul din capete într-o furculiță și să pui capătul înfipt în furculiță într-un borcan gol... iar apoi să pui borcanul lângă patul pacientului peste noapte. Se spunea că ceapa se înnegește peste noapte din cauza germeilor... și chiar așa s-a întâmplat. Dimineața ceapa era un dezastru dar eu deja mă simțeam mai bine. Altfelva ce am citit într-un articol a fost că atât ceapa cât și usturoiul distribuite prin cameră au salvat pe mulți de la ciurma neagră. Ele au multe proprietăți antibacteriale și antiseptice."

Și acum încă o notă CEPELE ABANDONATE DEVIN OTRAVITOARE!!!

Am folosit o ceapă care fusese lăsată în frigider. Uneori nu folosesc o ceapă odată, ci pastrez cealaltă jumătate pentru mai târziu.

Dupa ce am citit această informație mi-am schimbat parerea... și pe viitor voi cumpăra cepe mai mici.

Am avut privilegiul să vizitez Mullins Food Products, divizia de fabricare a maionezei. Mullins este mare și este deținută de 11 frați și surori din familia Mullins. Prietena mea Jeanne este CEO acolo.

A venit vorba despre intoxicații alimentare și am dorit să le împărtășesc ceea ce am aflat de la un chimist.

Tipul care ne-a condus în turul fabricii se numea Ed și era unul dintre frați. Ed este un expert în chimie și este implicat în dezvoltarea formulei sosului. El a dezvoltat formula sosului și pentru McDonald's.

Deci rețineți că Ed este un magician al chimiei alimentare. În timpul vizitei cineva a întrebat dacă chiar trebuie să ne facem griji cu privire la maioneză. Oamenii întotdeauna sunt îngrijorați că maioneza se va strica. Răspunsul lui Ed vă va surprinde. El a spus că toată maioneza produsă comercial este sigură. "Nici măcar nu trebuie pusă la frigider. Nu face nici un rău să fie pusă, dar nu e neapărat necesar". El a explicat că pH-ul maionezei este stabilit la o valoare la care bacteriile nu pot supraviețui în mediul inconjurător. El a vorbit despre picnicul esențial, cu bolul de salată de cartofi pe masa și cum toată lumea dă vina pe maioneză când cuiva îi este rău. Ed spune că atunci când este raportată intoxicația alimentară, primul lucru pe care îl cercetează autoritățile este când a mâncat bolnavul ultima oară CEAPA și de unde au venit aceste cepe (din salata de cartofi?) Ed spune că nu maioneza (atâta timp cât nu e făcută în casă) este cea care se strică la aer. Cel mai probabil este ceapa iar dacă nu ceapa, atunci CARTOFII.

El a explicat că ceapa este o mare piață de desfacere pentru bacterii, în special ceapa negătită. Nu ar trebui niciodată să păstrezi o bucată de ceapă tăiată. Nu este sigură nici dacă o pui într-o pungă etanșă și o bagi la frigider.

Se contaminează deja suficient doar prin faptul că e tăiată și stă la aer puțină vreme, și poate deveni periculoasă pentru cine o îngerează (așa că, atenție sporită la ceapa care vă este pusă în hotdog la meciurile de baseball!)

Ed spune că dacă iei partea de ceapă lăsată și o gătești nebunește s-ar putea să fii în regulă... dar dacă tai ceapa lăsată ca să o pui în sandwich îți cauți problemele cu lumânarea. Atât ceapa cât și cartofii fierți dintr-o salată de cartofi vor atrage și favoriza înmulțirea bacteriilor mult mai repede decât orice maioneza preparată comercial. Deci, cum sună asta ca nouitate? Luați-o cum vreți.

Eu (autorul) am de gând să fiu foarte atent la ceapă de acum încolo. Din mai multe motive acord credibilitate unui chimist și unei companii care produce milioane de tone de maioneză pe an. De asemenea, CĂINII NU TREBUIE SĂ MANÂNCE NICIODATĂ CEAPA. Stomacul lor nu o poate metaboliza.

Deci, nu uitați că este periculos să tai o ceapă și să o folosești pentru gătit a doua zi. Devine otrăvitoare într-o singură noapte și creează bacterii toxice care pot provoca infecții la stomac din cauza excesului de secreție de bilă și chiar intoxicații alimentare.

Sursa: <http://www.terapiinaturiste.ro>

Cronică parohială
Ședința Consiliului de Onoare

Duminică, 21 februarie, a avut loc sub președenția P.C. Părinte Paroh, ședința de constituire a Consiliului de Onoare al parohiei Toma Cozma, în urma alegerilor care au avut loc duminică, *31 ianuarie*.

Constatându-se îndeplinirea condițiilor corespunzătoare și prezență regulamentară, P.C. Părinte Paroh a deschis ședința procedând la o scurtă prezentare a fiecărui dintre membrii aleși în Consiliului de Onoare și a



rațiunilor pentru instituirea acestui organism parohial. A urmat apoi o discuție pe marginea priorităților care vor sta în fața Consiliului de Onoare. Pornind de la faptul că din acest Consiliu fac parte persoanele reprezentative ale vieții parohiei noastre, fie recunoscuți între creștini ca „oameni ai Bisericii”, fie cunoscuți pentru calitățile deosebite și dragostea arătată față de Biserică, P.C. Paroh a descris mai pe larg, argumentând cu exemple concrete, lucrările și sarcinile membrilor acestui organism parohial.

● În primul rând, intensificarea activității misionare. Dincolo de expunerea teoretică a credinței, a devenit o mare răspundere atragerea, apropierea tuturor enoriașilor în viața parohiei. Avem o paletă largă de activități, dar, deși dispunem de o publicație duminicală în care acestea sunt descrise, totuși sunt încă mulți enoriași care nu le cunosc. Iar acestea ar putea constitui o alternativă la numeroasele „tentative nocive” prin mass-media dar și la distracțiile, de multe ori, obscene și lipsite de moralitate și bun simț.

● În al doilea rând, stimularea unei conduite corespunzătoare din punct de vedere moral-religios între creștini. La aceasta ar putea contribui bunul nume de care se bucură între creștini membrii Consiliului de Onoare.

● Apoi, formarea și încurajarea între creștini a unui spirit de solidaritate și sprijin pentru tot ceea ce se întreprinde la parohie, avându-se în vedere în principal, finalizarea lucrărilor interioare la biserică, ce vor presupune 5 etape.

● Desfășurarea Acțiunilor umanitare în Postul Mare, dar și la Hramurile parohiei, prin cooptarea tinerilor în cât mai multe activități și proiecte

● Organizarea Consiliului de Onoare pe grupe de lucru, corespunzătoare domeniilor sale de activitate: filantropic, cultural, protocol și comunicare .

Acțiuni umanitare în Postul Mare

Sâmbătă, 27 februarie a.c., s-a organizat o acțiune filantropică la Spitalul Bărnova, secție exterioară a Spitalului de Psihiatrie Socola, prin bunăvoința și cu sprijinul domnului Dr. Gheorghe Nedelciuc și a asistentului șef Ovidiu Manolache, fiind oferite 120 pachete bolnavilor din această instituție și, de asemenea, au mai fost oferite încă 25 pachete pentru persoane nevoiașe sau bătrâni bolnavi din parohie.

Mulțumim mult tuturor creștinilor care au adus ofrande la biserică precum și celor care s-au implicat în organizarea pachetelor: doamnelor Floarea Cimpoi, Frosina Cruđu, Mihaela Cărăușu, Iuliana Nechita, Maria Pătrașcu, Amalia Zaharia, Prezv. Gabriela Mărgineanu, domnilor Neculai Cimpoi, Constantin Ciofu. Transportul până la Bărnova a fost asigurat de domnișoara Iuliana Nechita, iar distribuirea pachetelor a fost făcută de către domnul Constantin Ciofu, doamna Mihaela Cărăușu și domnișoara Iuliana Nechita.

Cronicar