

Publicație editată de Parohia TOMA COZMA,
ISSN 2067 - 8274
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.parohiatomacozma.ro,
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

**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 se înscrie la următoarele
activități:

- CLUBUL DE ȘAH
- MEDITAȚII LA MATEMATICĂ pentru elevi
de gimnaziu și liceu
- CURS gratuit de LIMBA ENGLEZĂ,

Condiții de înscriere și detalii:
• www.parohiatomacozma.ro
• tel. 0741 706 602 sau 0761 621 994
• e-mail/id messenger: redactor_sef@yahoo.com

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



Croma Line
true colour

Târgul pentru Sănătatea Ta...

ECOAGRIS

BIOMA AGRO ECOLOGY CO

4-6 Februarie
18-20 Februarie
4-6 Martie
15 - 17 Aprilie

Biserica Toma Cozma
str. Toma Cozma, nr. 41

Program de vizitare: zilnic, 10:00-18:00
Intrarea Libera
Pentru detalii: 0751 218 834 / 0761 621 994
www.bioma.ro

Sponsori: Primăria Municipality Iași, MMB, neosim, DAS, ARTLUCE, GEOLOGIA, Asociația Toma Cozma

Parteneri Media: JURNALUL NATIONAL, CITY, SALON TV, Curierul, Ziarul de Iași, SAPTE SEMI, Radio Iași, ROL.ro, HIT, ziare.ro, AMOS NEWS, Ziarul Lumina, Ferma, Recoite

**Puteți Direcționa 2% din impozitul pe venitul dvs.
pentru lucrările și activitățile pe care le susține
(achiziționarea unor strane noi, refacerea gardului
puternic degradat)
PAROHIA "TOMA COZMA"**

2%

**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 INFORMATII:
• Oficiul Parohial, tel: 0741 706 602, 0761 621 994
• Direct la Pangarul bisericii

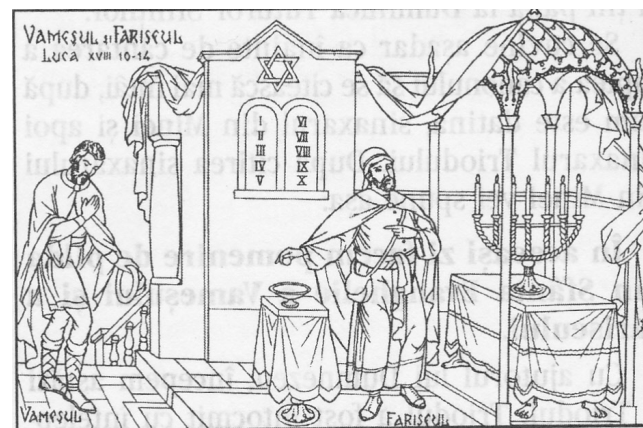
**Parohia "TOMA COZMA"
vă e un partener credibil !**

Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

Duminica Vameșului și a Fariseului

**DE ASTĂZI INTRĂM
ÎN PERIOADA TRIODULUI**



**Evangelhia duminicii
(Luca 18, 10-14)**

10. Doi oameni s-au suit la templu, ca să se roage: unul fariseu și celălalt vameș.
11. Fariseul, stând așa se ruga în sine: Dumnezeu, Îți mulțumesc că nu sunt ca ceilalți oameni, răpitori, nedrepti, adulteri, sau ca și acest vameș.
12. Postesc de două ori pe săptămână, dau zeciuială din toate câte câștig.
13. Iar vameșul, departe stând, nu voia nici ochii să-și ridice către cer, ci-și bătea pieptul, zicând: Dumnezeuule, fii milostiv mie, păcătosului.
14. Zic vouă că acesta s-a coborât mai îndreptat la casa sa, decât acela. Fiindcă oricine se înalță pe sine se va smeri, iar cel ce se smerește pe sine se va înălța

**PROGRAM LITURGIC
SAPTAMANAL**

- ◆ Astăzi, duminică, 13 februarie, ora 17.00 – Slujba Paraclisului Maicii Domnului
- ◆ Vineri, 18 februarie, ora 17.00 – Slujba Sfântului Maslu
- ◆ Sâmbăta, 19 februarie, ora 17.00 – Slujba Vecerniei.

O dată cu duminica de astăzi pășim într-o nouă perioadă a Anului bisericesc, cunoscută sub numele de *perioada Triodului*, denumire ce vine de la cartea principală de oficierea a slujbelor din tot acest interval, respectiv din această duminică și până în Sâmbăta Mare. Numele de *Triod* se referă la faptul că în canonul cântărilor bisericești sunt grupate, de obicei, câte trei cântări, având caracter special, îndreptate mai cu seamă spre această cercetare de sine, spre pocăință. Perioada Triodului este o perioadă pregătitoare pentru Slăvitul și marele praznic al Învierii din morți a Mântuitorului nostru Iisus Hristos. Această perioadă, precum știm, include și Postul cel Mare, care la rândul său adaugă ostenețelor noastre de îmbunătățire personală, și ostenețelor postului, și faptele bune, milostenia. Perioada aceasta pregătitoare pentru Postul Mare începe printr-o săptămână în care, veți vedea inclusiv zilele de **miercuri și vineri sunt zile cu dezlegare**. Pregătirea noastră pentru post începe de la această stare de neoprire care vrea să aducă aminte de starea paradisiacă, starea din rai a omului. Duminicile care vor urma și care vor da și nume săptămânilor vor avea un caracter mai cu seamă instructiv pentru fiecare dintre noi. Perioada pregătitoare pentru Post, pornind de la această săptămână care aduce aminte de libertatea și starea paradisiacă, se va încheia cu Duminica Izgonirii lui Adam din Rai când fiecare începe Postul aducându-și aminte câte fapte nevrednice îl aruncă și pe el din starea de paradis pe care o putem trăi în sufletele noastre.

În pregătirea pentru întâmpinarea sărbătorii Învierii din morți a Mântuitorului Iisus Hristos, un rol foarte important îl are rugăciunea. Pentru că rugăciunea te aduce în starea necesară de a te vedea pe tine dintr-o altă perspectivă, tot așa cum într-un fel vezi imaginea unui oraș plimbându-te printre oameni și într-un cu totul alt fel o vezi plimbându-te, spre exemplu, dintr-un avion. Acela necesară detașare de perspectiva aceasta a imediatului o realizează rugăciunea. Pentru că te înalță mai presus de condiția și de starea ta firească. Tocmai de rugăciune se ocupă evanghelia care se citește astăzi care dă nume și duminicii și săptămânii acesteia: Duminica Vameșului și a fariseului.

Pr. Mihai Mărgineanu

(continuare în p.3)

2011 - Anul omagial al Sfântului Botez și al Sfintei Cununii

După ce criterii trebuie să alegem numele cu care ne botezăm copiii?

Între rugăciunile și rânduielile legate de nașterea unui prunc este și cea intitulată *Rugăciunea la însemnarea pruncului, când i se pune numele*. Conform rânduielii, această rugăciune se citește în a opta zi după naștere. Copilul are însă la această dată deja un nume, deoarece înregistrarea copilului la oficiul de stare civilă s-a făcut după naștere, iar responsabilitatea prevăzută de normele legale în vigoare o au părinții.

În acest demers, orice părinte trebuie să-și amintească faptul că pruncul este persoană și se bucură de identitate proprie, iar numele unei persoane este parte a acestei identități sociale, dar și spirituale. Tocmai din acest motiv, alegerea numelui trebuie să fie un act pe deplin responsabil, trebuie consultați nașii, familia și preotul duhovnic, deoarece pruncul va purta acel nume întreaga viață, atât în fața oamenilor, cât și în fața lui Dumnezeu. Se întâmplă însă de multe ori ca părinții să opteze pentru nume care vor crea mai târziu chiar frustrări sociale, prin alegerea unor diminutive sau a unor nume sub influența ultimelor producții cinematografice. Aceste alegeri “interesante” pentru

moment vor fi total desuete, într-un orizont de timp nu prea îndepărtat. Tocmai de aceea, părinții trupești, împreună cu părinții sufletești, nașii, trebuie să aleagă nume din bogăția onomastică a calendarului creștin-ortodox, nume românești, ori numele nașilor, dacă aceștia le poartă pe ale unor sfinți. Părinții au datoria morală de a da nume de sfinți copiilor pentru a-i așeza sub ocrotirea spirituală a acestora, sfinții respectivi devenind astfel protectorii lor în această viață, dar și în cea viitoare. De asemenea, frumoasa tradiție de a împrumuta numele unuia dintre nași creează o apropiere între acesta și fin.

A început în ultimii ani să renască frumos tradiția conform căreia copiii primesc la Botez numele sfântului din ziua în care s-au născut ori un nume de sfânt mai însemnat din apropierea acestei zile, pe care să-l aibă ca model în viața lor duhovnicească.

Un alt aspect privitor la modul cum ne numim copiii face referire la numărul numelor. Este recomandabil ca pruncii să primească un singur nume la botez, aspect important și din punct de vedere practic, mai cu seamă pentru faptul că în realitate nu este utilizat decât un singur apelativ.

Vasilica Onofrei

(continuare în numărul viitor)

Știați că zahărul mai este numit și moartea albă ?

Germanii îl numeau pe bună dreptate „moartea albă”, pentru că zahărul alb rafinat este un produs chimic procesat industrial, deci nenatural și nepotrivit consumului uman. Zahărul rafinat este extrem de periculos pentru sănătate. Prin rafinare lanțul complex al carbohidraților se rupe și aceștia ajung brusc în sânge unde produc o descărcare rapidă de energie. Aceasta este urmată de o cădere, cauzată de eforturile organismului de a reechilibra nivelul glucidelor. De aici o mulțime de probleme de sănătate: tulburări de metabolism, afectarea sistemului imunitar, tulburări digestive, creșterea nivelului de grăsimi din sânge, diabet, obezitate, probleme cu dinții, probleme cardio-vasculare, deficit de vitamina B. Vitamina B este consumată în mare cantitate pentru asimilarea glucidelor. Organismul este astfel nevoit să apeleze la rezervele sale de vitamina B pentru a metaboliza zahărul consumat în cantitate tot mai mare și astfel acesta ajunge la oboseală, depresie, dificultăți de concentrare, de memorie și de percepție sau chiar nevroze. În plus, aportul de zahăr conferă doar o senzație de sațietate pe moment, însă el nu aduce organismului nutrimentele de care acesta are nevoie (de ex: sfecla de zahăr conține 50 nutrienți nu doar zaharoza).

Cel mai potrivit înlocuitor natural al zahărului este **mierea de albine**, un amestec foarte complex de zaharuri

naturale, un produs viu, care conține substanțe special făcute să ajute organismul. Mierea este cunoscută ca fiind ingredientul de bază în măștile pe care regina Cleopatra le folosea ca să-și mențină frumusețea și tineretea. Studiile realizate de-a lungul timpului au dovedit că mierea este un aliment eficient nu doar în menținerea frumuseții fizice, ci și în păstrarea sănătății întregului organism. Dintre cele mai importante proprietăți ale mierii, amintim:

- Mierea este bogată în vitamine (în special cele din grupa B), minerale și aminoacizi.
- Este singurul aliment care nu se alterează.
- Are un conținut mare de carbohidrați, ceea ce conferă energie. Din acest punct de vedere, mierea este cel mai rapid și mai puternic energizant natural.
- Poate fi folosită ca remediu împotriva răcelii.
- Este bogată în antioxidanți, aceștia fiind aliați de nădejde în prevenirea cancerului și a bolilor cardiovasculare.
- Are o acțiune benefică asupra principalelor sisteme din organism, printre care se numără și tubul digestiv sau căile respiratorii.
- Previne infecțiile
- Este un foarte bun detoxifiant, stimulează digestia și metabolismul și favorizează tranzitul intestinal.

Sursa: site-uri medicale

Oricine se înalță pe sine se va smeri !

Ceea ce ne propune Mântuitorul Iisus Hristos prin pilda înfățișată în Evanghelia de astăzi, este să înaintăm în tăcere, în liniștea templului și să începem a comunica cu Dumnezeu. Este pilda în care nu se rostește nici un cuvânt, totul se petrece întru sine. Omul se roagă lui Dumnezeu fără a rosti cuvinte, cel mult exprimă starea de rugăciune, atitudinea pe care o aveau cei doi: unul, cu pieptul în față căuta în sus, mulțumind lui Dumnezeu pentru meritele pe care le avea; celălalt nu îndrăzne să își ridice privirea din pământ, cerând lui Dumnezeu iertare pentru multele sale păcate. Este greu să poți face o cântărire obiectivă între cele două rugăciuni. Pentru că fiecare dintre cele două rugăciuni reflecta starea în care se aflau respectivii.

Fariseul reprezenta pe omul cel drept. Cuvântul *fariseu* provine din ebraicul *perușim* care însemnează *omul cel ales, omul cel pus deoparte, omul distins de ceilalți, diferit de ceilalți, separat de ceilalți*. De aceea, în vechile scrieri talmudice evreiești, erau foarte multe prevederi referitoare la acești farisei în care se arătau ce nu au voie să facă. Nu aveau voie să vorbească cu oricine, trebuiau să-și acopere ochii cu mâna, sau să-i închidă atunci când, întâmplător, se întâlneau cu un păgân. Erau străzi pe care un fariseu nici nu circula, din pricina decăderii morale a locatarilor de pe acea stradă. Ei reprezentau așadar elita morală a poporului. Este și motivul pentru care specific fariseului era atitudinea de rugăciune.

Trebuie reținut acest aspect, că în perioada contemporană Mântuitorului Iisus Hristos, acești farisei reprezentau o adevărată forță de opinie în sânul poporului pentru că datorită lor poporul, în mod constant, era chemat spre a se apropia de Dumnezeu și de valorile morale. Nu întâmplător dintre farisei se ridicau învățătorii de lege, cei care puteau învăța pe ceilalți. Era o demnitate pe care poporul le-o acorda în virtutea calităților morale. Din păcate, atitudinea lor a dezamăgit de multe ori pentru că treptat, mulți au căzut în ipocrizie, în fățarnicie. În viața lor se producea în mod constant o dedublare. Pe de o parte erau oameni ai evlaviei, ai rugăciunii. Pe de altă parte surprindeau prin răutatea și înverșunarea lor față de semenii. Pentru acest motiv, Mântuitorul Iisus Hristos îi numește *nebuni și orbi* și îi compară cu *mormintele văruiete frumos pe dinafară, dar pline de stricăciune în interior*. Iar în Evanghelia de la Matei se consemnează cum Mântuitorul îi deplângea zicând: *Vai vouă, cărturarilor și fariseilor fățarnici! Că închideți împărăția cerurilor înaintea oamenilor; că voi nu intrați, și nici pe cei ce vor să intre nu-i lăsați. (...) Vai vouă, cărturarilor și fariseilor fățarnici! Că voi curățiți partea din afară a paharului și a blidului, iar înăuntru sunt pline de răpire și de lăcomie.* (Matei 23, 13, 25). Mântuitorul Iisus Hristos sublinia prin aceste cuvinte cât de mare răspundere are omul cel drept. Noi avem falsă imagine a unei balanțe: astăzi fac o faptă bună, mâine îmi pot permite luxul să fac o faptă rea. Astăzi am greșit, mâine trebuie să fac neapărat o faptă bună pentru a îndrepta balanța. Falsă imagine! Deși are importanța ei, această comparație, cu toate acestea nu exprimă deplin realitatea.

Orice faptă bună te propulsează într-o calitate umană superioară care te transformă în model, te face răspunzător față de cei ce doresc, dar poate nu reușesc, să fie la fel de buni ca tine. Și tare ne mai place ca lumea să ne admire calitățile.

La fel, fapta rea te coboară la stare de decădere și îți este cu mult mai greu să te îndreptezi dacă nu ar fi și iertarea și iubirea lui Dumnezeu. Poate nici nu te-ai gândit, fapta ta cea rea aduce sminteală fraților „mai mici”, ducând la minimalizarea păcatului. Iată de ce Mântuitorul e atât de aspru cu fariseii.

Pe bună dreptate, părea oarecum ciudat comportamentul Mântuitorului atunci când se așeza la masă cu vameșii și cu păcătoșii, care erau considerați persoanele cele mai decăzute ale societății, și îi muștra pe cei buni, pe farisei. Orice logică umană te îndeamnă să procedezi exact invers: să lauzi meritele celui bun, să critici pe cel nedrept și incorect. Cu toate acestea, Mântuitorul procedează exact invers. Și, deși a avut prieteni și chiar ucenici dintre farisei, cu toate acestea însă era extrem de sever. Nu pentru că îi ura sau îi desconsidera, ci pentru că îi dorea mai buni. Ei erau de fapt oglinda morală a societății. Vedeți, noi puțin învățăm să prețuim pe oamenii drepti și corecți din jurul nostru, faptele cele bune din jurul nostru pe care le vedem, pentru că nu ne dăm seama că de cele mai multe ori, aceste fapte și acești oameni buni ne ridică și pe noi în fața lui Dumnezeu. Este o condiție care nu ține de poziția socială, ci de relația noastră directă cu Dumnezeu, care prin cei virtuoși, chiar mai neînsemnați, ne trimite modele de viață.

Fariseul din Evanghelia pe bună dreptate mulțumea lui Dumnezeu pentru calitățile sale. Celălalt, vameșul, și prin poziția sa socială, de persoană investită cu autoritate, se plasa foarte jos în raport cu morala societății. Spune Mântuitorul că acesta *s-a coborât mai îndreptat la casa sa, decât acela*, poate nu mai bun ca fariseul, dar mai îndreptat. Între starea în care el a intrat în templu și starea în care a ieșit din templu, se constată această ascensiune a calității umane. Fariseul care era mult mai bun și mai virtuos, cu toate acestea nu se întoarce din templu mai îndreptat. Acesta ar trebui să ne întristeze cel mai mult: faptul că iată omul drept și corect înaintea lui Dumnezeu și al oamenilor nu reușește să pună în valoare acest moment unic al rugăciunii care poate să te propulseze în sus și ca mod de abordare a problemelor vieții, dar și ca forță spirituală pentru a depăși dificultățile. Unde să fie oare greșeala ?! O sesizează Mântuitorul Iisus Hristos în sentința cu care încheie rostirea acestei pilde: *Fiindcă oricine se înalță pe sine se va smeri, iar cel ce se smerește pe sine se va înălța*.

Iată cum o singură virtute din toate creează o asemenea distincție între oameni: virtutea smereniei, pe care o asociază stării de rugăciunii. Noi privim smerenia ca pe o virtute umană exterioară, o atitudine asociată comportamentului nostru de fiecare zi. Poate nici nu ne-am gândit, iată, cât de importantă este smerenia în starea de rugăciune. Adică, momentului de sinceritate cu Dumnezeu și cu tine însuși, trebuie să îi adaugi această stare de smerenie, care te încredințează milostivirii lui Dumnezeu și nu te determină niciodată să privești la vreun merit justificativ care te-ar îndreptăți cu ceva în fața Lui. Starea de smerenie cred că cel mai frecvent am putea-o cultiva prin intermediul rugăciunii. Și de aici va găsi reflexii și în viața cotidiană.

Vorbim despre o virtute pe care am putea-o considera cea mai demodată a timpului nostru. Adevărata stare de odihnă sufletească o aduce însă smerenia. Pentru că ea te pune în lumina realității pe care o trăiești și nu sub falsă îmbrăcăminte a unui staniu verbal cu care ne falsificăm propriile trăiri. Iată cum, ziua de astăzi, care se pune ca început al perioadei pregătitoare postului, devine și pentru noi o tainică chemare spre a pune început bun prin cultivarea smereniei în viața noastră și mai cu seamă în starea de rugăciune.

Pr. Mihai Mărgineanu