

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

## Duminica a cincea după Rusalii



**Evanghelia  
acestei duminici**  
*Vindecarea celor doi  
demonizați din ținutul Gadarei*  
(Matei VIII, 28-34; IX, 1)

**VIII**

28. Și trecând El dincolo, în ținutul Gadarenilor, L-au întâmpinat doi demonizați, care ieșeau din morminte, foarte cumpliți, încât nimeni nu putea să treacă pe calea aceea.

29. Și iată, au început să strige și să zică: Ce ai Tu cu noi, Iisuse, Fiul lui Dumnezeu ? Ai venit aici mai înainte de vreme ca să ne chiniești ?

30. Departe de ei era o turmă mare de porci, păscând.

31. Iar demonii Îl rugau, zicând: Dacă ne scoți afară, trimite-ne în turma de porci.

32. Și El le-a zis: Duceți-vă. Iară ei, ieșind, s-au dus în turma de porci. Și iată, toată turma s-a aruncat de pe țârm în mare și a pierit în apă.

33. Iar păzitorii au fugit și, ducându-se în cetate, au spus toate cele întâmplate cu demonizații.

34. Și iată toată cetatea a ieșit în întâmpinarea lui Iisus și, văzându-L, L-au rugat să treacă din hotarele lor.

**IX.1.** Intrând în corabie, Iisus a trecut și a venit în cetatea Sa.

agonisită de rugăciune, dar și de fapte bune.

**Miercuri, 31 iulie, începe  
Postul Adormirii Maicii  
Domnului**

◆ În fiecare zi, de luni până joi, din perioada Postului Adormirii Maicii Domnului, săvârșim, începând cu ora 18.00, Slujba Paraclisului Maicii Domnului, pentru a înmulți astfel foloasele rugăciunii, postului și faptelor bune.

Îndemnăm pe cât mai mulți dintre creștinii noștri și apelăm mai cu seamă la tineri, să participe la această rânduială de rugăciune foarte folositoare pentru zidirea noastră sufletească, dar și pentru o mai cuprinzătoare înțelegere a vieții personale și a sporirii noastre duhovnicești și a împlinirii noastre în cadrul social și familial. Dorim să întâmpinăm sărbătoarea Adormirii Maicii Domnului cu o frumoasă

**Programul pentru spovedit  
și împărtășit  
în Postul Adormirii Maicii  
Domnului**

**PENTRU TAINA SFINTEI  
SPOVEDANII:**

• În fiecare zi, ora 18.00, cu excepția zilelor de duminică. Duminica dimineața și seara nu putem spovedit

**PENTRU TAINA SFINTEI  
ÎMPĂRTĂȘANII:**

• Duminica și în sărbătorile cu cruce roșie, în cadrul Sfintei Liturghii care începe la ora 10.00.

### 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 functionare:**

**Duminica, între orele 11.00-12.00**

**Persoane de contact:**

\*Alexandra Popa, tel. 0742 322 580,  
petite\_sourire@yahoo.com

\*Irina Dănilă, tel. 0742 344 024,  
irina\_danila93@yahoo.com

**RESPONSABIL PENTRU  
STRÂNGEREA  
CONTRIBUȚIEI ANUALE  
LA PAROHIA NOASTRĂ:  
dl. Consilier Gheorghe Aioanei,  
tel. 0726 142 522**

Această contribuție anuală a credincioșilor asigură:

- plata utilităților: încălzire gaz, energia electrică, salubritate, apă curentă, canalizare, lucrări de întreținere și mici reparații la biserică

- plata taxelor anuale către instituțiile superioare bisericești, pentru abonamentele la publicațiile religioase și pentru ajutorare și alte activități.

Mulțumim tuturor creștinilor care până la această dată au reușit plata contribuției anuale pentru anul 2012, sprijinind astfel bunul mers al activităților care se desfășoară la biserică.

Târgul pentru Sanatatea Ta...  
**ECOAGRIS**

**Produsele de la Târgul Ecogris le puteți  
găsi la punctul de desfacere deschis în  
curtea Bisericii Toma Cozma  
Vă invităm să ne vizitați !  
Găsiți produse proaspete pentru toate  
gusturile.**



**DUMINICA VIITOARE, 4 august, ORA 13.00,  
PELERINAJ PE BICICLETĂ PÂNĂ LA  
MĂNĂSTIREA VLĂDICENI**

Ca și în cazul altor acțiuni, prin sprijinul firmei Bioma Agro Ecology Co, vor fi puse gratuit mai multe biciclete la dispoziția tinerilor care vor dori să participe. Rezervările pentru acestea se fac la începutul săptămânii viitoare. Se pot alătura pelerinajului nostru toți cei interesați care dețin biciclete proprii. Vă rugăm confirmați participarea la numerele de telefon: tel. 0741 706 602 (Orange), 0761 621 994 (Cosmote).

**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 II Iustinian-Ionuț Răduc, tel. 0729 935 888,  
Secretar redacție Vasilica Onofrei, tel. 0741 706 602, 0761 621  
994, 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

### Program liturgic în această săptămână

◆ **Astăzi, duminică, 28 iulie:**

• ora 8.00, Utrenia și Sf. Liturghie  
Preoți slujitori: - Pr. Paroh Mihai Mărgineanu  
- Pr. II Iustinian Ionuț Răduc

Ipodiaconi: Bogdan Albu, Alexandru Adomnicăi, Lorenz Haddad, Rareș Neagu

Asistent liturgic: Răzvan Theodor Vinătoru

• ora 19.00, Acatistul special, întru cinstirea icoanei făcătoare de minuni a Maicii Domnului „Prodromița”. În cadrul acestei rugăciuni este expusă spre venerare o copie a acestei icoane făcătoare de minuni ce poartă binecuvântarea vrednicului de pomenire Protos. Petroniu Tănase, Starețul mănăstirii Prodromul de la de la Athos.

◆ **Marți, 29 iulie, ora 18.00,** Acatistul Sfintei Mari Mucenițe Ecaterina, foarte folositor pentru cei care studiază, sau sunt în examene.

◆ **Miercuri, 31 iulie, ora 18.00,** Paraclisul Maicii Domnului

◆ **Joi, 1 august, ora 18.00,** Paraclisul Maicii Domnului

◆ **Vineri, 2 august**

• ora 18.00, Slujba Sfântului Maslu

◆ **Sâmbătă, 3 august, ora 18.00,** Slujba Vecerniei

Seara este un moment important al zilei, un moment în care se cuvine să-I aducem lui Dumnezeu mulțumire pentru tot ceea ce s-a întâmplat în ziua care a trecut, rugându-L, în același timp, așa cum spune una dintre rugăciunile Vecerniei, să ne izbăvească „de frica de noapte și de tot lucrul ce se săvârșește în întuneric”. Putem aduce această mulțumire în biserică, laudându-L în același timp pe Dumnezeu și sfințind momentul acesta al zilei prin prezența noastră acolo.

Totodată, Slujba Vecerniei de sâmbăta seara este prima din cele șapte laude ale zilei de Duminică, care, la rândul său, este „ziua cea dintâi a săptămânii”. Practic, săptămâna ce urmează începe, din punct de vedere liturgic, cu vecernia de sâmbăta seara. De aici folosul mare al acestei slujbe pentru viața personală, pentru cele pe care le așteptăm în viitor.

## Diavolul și păcatul ne însingurează !

Omul posedat de diavol nu este doar un om marcat de această asuprire a diavolului peste măsură, ci el la rândul său este un asupritor al celor din jur. Omul îndrăcit nu suferă singur, ci suferă și toți ceilalți împreună cu el. Pentru că foarte rare sunt situațiile în care boala unui om să îi afecteze atât de tare și pe ceilalți, așa cum este situația omului îndrăcit.

Ce este un om posedat de diavol ? Unii au asociat posesiunea diavolului cu bolile psihice și au fost nedrepti pentru că posesiunea diavolului asupra noastră nu reflectă o neputință a noastră, ci dimpotrivă, posesiunea diavolului valorifică la maximum potențialul nostru, doar că într-o direcție greșită. Omul posedat de diavol nu se înstrăinează doar de Dumnezeu, ci se înstrăinează și de oameni deopotrivă. Rămâne mereu un singuratic, chiar dacă în cele mai multe cazuri este foarte bine inserat în societate, este foarte bine integrat în colectivitate, totuși, posesiunea diavolului îl însingurează mereu. Ce paradox ! - Omul care se roagă și se retrage în pustie, în singurătate ca să se roage nu rămâne niciodată singur, pe când omul care rămâne în societate, între oameni, dar este înstrăinat de Dumnezeu este un singuratic. Un om posedat de diavol este un om înstrăinat așadar de principiile și legile comportamentului omenesc îndeobște cunoscute și deprinse de fiecare dintre noi încă din copilărie, dar este îndepărtat și de legile și de poruncile lui Dumnezeu.

Omul posedat este omul care se răzvrătește împotriva lui Dumnezeu. *Ce ai Tu cu noi, Iisuse, Fiul lui Dumnezeu ?* (Matei 8, 29). Îl mărturisesc, cred că este Fiul lui Dumnezeu, lucru pe care puțini contemporani l-au crezut așa cum credeau acești demonizați, dar mărturisirea lor nu ajută la nimic pentru că o folosesc spre a se răzvrăti împotriva lui Dumnezeu.

De câte ori, nu manifestăm și noi în variate exprimări acest mod de a ne răzvrăti împotriva lui Dumnezeu. Poate că nici nu pronunțăm numele lui Dumnezeu, dar în general întrebările retorice pe care le punem îl vizează pe El: *De ce tocmai mie mi se întâmplă asta ?! De ce unii au atâtea, iar eu nu ?! De ce acesta a ajuns cineva și eu nu fac doi bani în fața lui ?* Toate acestea sunt modalități prin care ne răzvrătim împotriva lui Dumnezeu și deschidem larg ușile posesiunii celui rău, îl lăsăm să devină el proprietarul nostru.

Hristos începe tratarea întâi de toate prin actul prezenței Sale. Acea strigare: *Ce ai Tu cu noi, Iisuse, Fiul lui Dumnezeu ?* (Matei 8, 29), arată faptul că numai prezența lui Hristos deranja cumplit, iar când Hristos poruncește diavolului să iasă din oameni, în mod paradoxal, diavolul începe să se roage. Se ruga, doar că rugăciunea diavolului este o rugăciune interesată, care poartă în spate interese. Rugăciunea adevărată este o rugăciune dezinteresată, o rugăciune în care te dăruiești lui Dumnezeu și El ți se dăruiește. Când în spatele unei rugăciuni încap interesele nu ești prea departe de rugăciunea diavolului. Căci *demonii îl rugau, zicând: Dacă ne scoți afară, trimite-ne în turma de porci.*

Cu fiecare păcat pe care îl săvârșim, ne mai „injectăm” un diavol. De aceea, se cere să fim veghetori și atenți în fața păcatului pentru că foarte greu poți după aceea să îl izgonești pe diavol. El intră în tine în mod liber, îl accepți și îl primești, prin intermediul plăcerilor și al înșelăciunii, dar îl primești liber, nu mai poți să îl dai afară cu forța, iar dacă ar fi să respecti libertatea lui, el niciodată nu mai vrea să plece. De aceea, este foarte important să înțelegem cât de mare responsabilitate avem față de viața noastră, față de statutul nostru cu care Dumnezeu ne-a binecuvântat.

De obicei, la rădăcina suferinței este păcatul, este acel diavol lucrător în ființa noastră. Recursul la identitatea noastră este ultimul bastion al demnității noastre, unde

diavolul greu poate ajunge pentru că numele nostru nu este o simplă asociere de litere sau sunete. Este de ajuns să îți pronunți numele, tu singur, și vei constata dintr-o dată că ceva se întâmplă, nu mai poți să fii la fel de rău, la fel de păcătos. Atunci când apare ispita păcatului, cheamă-te pe tine însuși, strigă-te pe tine însuși.

Numele întotdeauna ascunde în spatele său o identitate. Numele nostru este un semn al binecuvântării lui Dumnezeu. Numele nostru îl primim la Botez, ni-l dau alții, nu ni-l alegem noi, dar noi suntem datori să ni-l „facem” toată viața, să îl transformăm în nume bun. Este foarte important să ne cunoaștem semnificația numelui pe care îl purtăm, pentru că abia atunci când îți cunoști semnificația numelui tău, poți să îți definești mai bine și identitatea și caracterul. Un nume care te definește pe tine, de fapt trebuie să te determine să lucrezi în acord cu numele pe care îl porți.

Pr. Mihai Mărgineanu

## Expoziția de Pictură semnată Rareș Mihail Neagu

La aniversarea a trei ani de activitate, Galeria de Artă Grand Hotel Traian a vernisat *ieri, sâmbătă, 27 iulie*, Expoziția de Pictură având ca autor pe Rareș Mihail Neagu, un copil foarte activ și la parohie, implicându-se în mod special ca ipodiaton la slujbele religioase.

Rareș Mihail Neagu a absolvit anul acesta Liceul teoretic V. Alecsandri din Iași, clasa a IV-a. Pasiunea sa pentru pictură se concretizează în clasa întâi prin cele două lucrări "Fluturile" și "Rapsodii de primăvară" publicate în broșura "Îngeri pentru mamă". În anul 2012, participă la Concursul Național Carmen Sylva pentru tinere talente, calificându-se pe locul al treilea.

La deschiderea expoziției au vorbit doamna Mihaela Șumulea, manager al Hotelului Traian și domnul Lucian Dragomir Săcrieru, pictor și grafician în cadrul editurii Doxologia.



Prezent la eveniment, Părintele nostru Paroh Mihai Mărgineanu a subliniat: „Realitatea pe care o surprinde în forme și culori ochiul unui copil, e o realitate spirituală, sau mai bine zis, adevărata realitate, pe care noi nu o înțelegem întotdeauna. Conștiințiozitatea împlinirii îndatoririlor sale liturgice în cadrul slujbelor noastre bisericești, îl recomandă pentru o viitoare carieră de preot, dar privind aceste tablouri, avem motive să mulțumim Domnului și pentru acest talent dăruit lui Rareș !”

## Rubrica de sănătate

Uleiul de migdale poate fi folosit atât în scop terapeutic cât și estetic, deoarece există numeroase beneficii pe care acest ulei le poate oferi atât pentru sănătate cât și frumusețea unei persoane.

Explicația este că uleiul de migdale este o sursă importantă de vitamina E. Migdalele mai conțin și alte minerale esențiale, cum ar fi magneziu și calciu, vitamina D și au un nivel ridicat de grăsimi.

Uleiul de migdale neprelucrat îmbunătățește gustul mâncărilor și poate fi folosit inclusiv pentru salate, cereale și sandwichuri.

### Ulei de migdale pentru sănătate

Consumul de migdale crude poate oferi multiple beneficii sănătății și este recomandat pentru tratarea unora dintre problemele sistemului digestiv. Utilizat în aromoterapie, are rol calmant iar aplicat local este un calmant eficient al durerilor.

Beneficiile pentru sănătate ale uleiului de migdale:

- consumul regulat de ulei de migdale ajută la reducerea colesterolului
- este un nutrient benefic pentru sănătatea creierului și a sistemului nervos
- îmbunătățește calitățile intelectuale și crește anduranța
- ameliorează disconfortul produs de mușchii tensionați.

### Tratament pentru pielea uscată

Uleiul de migdale este folosit frecvent pentru tratarea pielii uscate, atenuează senzația de mâncărime, durerea, erupțiile cutanate, uscăciunea, iritațiile și arsurile. Uleiul de migdale ajută la păstrarea unui echilibru adecvat de umiditate al pielii. Pentru a spori beneficiile cremelor exfoliante, acestea pot fi amestecate cu ulei de migdale, iar rezultatul va fi o piele netedă și catifelată. Uleiul de migdale poate fi utilizat și în cazul pielii delicate de sub ochi pentru prevenirea apariției ridurilor.

### Câteva dintre beneficiile uleiului de migdale pentru piele:

- catifelează și păstrează strălucirea pielii
- hidratează pielea în profunzime
- calmează iritațiile și inflamațiile de la nivelul pielii
- întârzie procesul de îmbătrânire
- ameliorează cearcănele
- hrănește pielea, făcând-o netedă și moale
- calmează pielea uscată și mâncărimile pielii
- tratează buzele crăpate și erupțiile cutanate de pe corp

### Ulei de migdale pentru păr

Uleiul de migdale este recomandat în cazul persoanelor la care alte tratamente pentru remedierea problemelor legate de căderea părului nu au funcționat. Masajul scalpului cu ulei de migdale, de două ori pe săptămână are un efect remarcabil în acest sens, iar părul va crește mai rapid și va fi mai sănătos.

## Curs estival gratuit de Canto



În fiecare duminică, ora 14.00, se desfășoară la parohia noastră **Cursul estival gratuit de canto**, adresat copiilor, elevilor, tinerilor și tuturor persoanelor interesate. Cursul este susținut cu ajutorul domnișoarelor Ștefana Ganea și Marina Bostan, laureate la multe festivaluri naționale și internaționale. La finalul cursului, toți participanții vor susține un spectacol, primind diplome și multe alte surprize.

## Sărbătoriții săptămânii

Pentru ziua de *astăzi, 28 iulie*, dorim să îl felicităm pe tânărul **Răzvan Holicov**, fiul domnului episcop Ștefan Holicov.

*Marți, 30 iulie*, își serbează ziua de naștere **Ionela Buhuș**, colaboratoare a parohiei noastre, implicându-se activ în multe dintre acțiunile umanitare organizate.

Transmitem pentru frumoasa zi aniversară de *miercuri, 31 iulie*, cele mai frumoase gânduri de sănătate, pace și frumoase împliniri alături de familie, **doamnei Ilinca Leică**, una dintre cele mai active membre din Comitetul parohial și prietenă apropiată a parohiei noastre.

Tot *miercuri, 31 iulie*, își serbează ziua de naștere un alt colaborator al parohiei, **Mircea Sârbu**, căruia îi transmitem sănătate și succes în toate activitățile pe care le întreprinde.

Aceleași gânduri și urări de felicitare le îndreptăm, pentru ziua de  *Joi, 1 august*, către domnul Ionuț Sandu, ginerele Părintelui nostru paroh.

*Vineri, 2 august*, își serbează ziua de naștere doamna Ștefania Batincu, susținătoare a parohiei noastre.

Transmitem apoi, pentru frumoasa zi aniversară de  *vineri, 3 august*, urări de sănătate, pace și împliniri alături de familie, **domnului Viorel Despan** unul dintre cei mai activi membri din Consiliul de Onoare al parohiei, implicându-se cu mult devotament mai cu seamă în activitățile gospodărești ale parohiei.

*Tuturor sărbătoriților săptămânii, le dorim multă sănătate, frumoase împliniri și bucurii alături de cei dragi și rugăm pe Bunul Dumnezeu să-i aibă în paza Sa.*

**La mulți ani !**