

### Rugăciune pentru victimele persecuțiilor îndreptate împotriva creștinilor

Am fi tentați să credem că vremea mucenicilor, a celor care au pătimit sau au fost omorâți pentru credința lor a apus cu multe veacuri în urmă. Nu e deloc așa. Timpurile în care trăim marchează o escaladare fără precedent a persecuțiilor îndreptate împotriva creștinismului. Între statele persecutoare, în ultimul deceniu, Coreea de Nord rămâne în fruntea listei, urmată de Afganistan, Arabia Saudită, Somalia, Iran, Insulele Maldive, Uzbekistan, Yemen, Irak și Pakistan. Acuza nefondată, violența, privarea de drepturi cetățenești, tratarea cu cruzime, închisoarea, lagărele de muncă forțată, sancționează orice manifestare publică a creștinilor, devenind astfel instrumente ale celor mai nedrepte manifestări împotriva comunităților creștine din Orientul mijlociu și din Africa.

Massimo Introvigne, care a reprezentat Organizația pentru Securitate și Cooperare în Europa (OSCE) la o conferință despre dialogul creștin-evreo-musulman din Ungaria, a arătat că numărul creștinilor uciși în fiecare an pentru credința lor este de 105.000. Acest număr îi exclude pe creștinii care mor în războaie civile sau internaționale. Îi cuprinde doar pe cei uciși pur și simplu pentru că sunt creștini. Asta înseamnă că în toți acești ani, la fiecare 5 minute moare un creștin pentru credința sa.

Duminică 22.09.2013 a fost una dintre zilele îndoliate ale creștinismului contemporan. În Pakistan, doi atentatori sinucigași, au detonat bombele la ieșirea creștinilor de la slujba Sfintei Liturghii. Dintre cei peste 400 de creștini participanți la slujbă au fost ucise 81 de persoane și rănite 131, dintre care 11 se află în stare critică.

Pe drept cuvânt, putem spune că aceștia sunt noii martiri ai zilelor noastre și se cade să ne rugăm pentru sufletele lor, pentru ocrotirea creștinilor de pretutindeni și pentru gânduri bune și pace în Orientul Mijlociu și în nordul Africii, așa cum ne-au cerut și Preafericitul Părinte Daniel, Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române și Înaltpreasfințitul nostru Părinte Teofan, Mitropolitul Modovei și Bucovinei.

## 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:**

**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

## COLECTĂ PENTRU SINISTRAȚI

Pentru a acorda sprijinul necesar persoanelor și familiilor afectate dramatic de inundațiile din ultima perioadă, urmând îndemnul primit de la Sfânta Mitropolie, organizăm o colectă, deocamdată doar în bani, permițând astfel ajutorarea operativă a celor atât de încercați de calamitate.

În acest scop, în timpul și la finalul Sfintei Liturghii, puteți depune contribuția bănească a dumneavoastră la punctul de colectare din biserică. În continuare, vă poate sta la dispoziție dl. Consilier Gheorghe Aioanei, tel. 0726 142 522

Mulțumim tuturor creștinilor care până la această dată au reușit plata contribuției anuale pentru anul 2013 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.**

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

**Duminica a nouăsprezecea după Rusalii**

## Program liturgic în această săptămână

### ◆ Astăzi, duminică, 29septembrie

- ora 8.00, Utrenia și Sf. Liturghie

Preoți slujitori:

- Pr. Paroh Mihai Mărgineanu
- Pr. II Iustinian Ionuț Răduc

Ipodiaconi: Rareș-Mihail Neagu, Adomnică Alexandru

Asistent liturgic: Alexandru Stratulat

- ora 17.00, Paraclisul Maicii Domnului, în cadrul acestei rugăciuni este expusă spre venerare o copie a icoanei făcătoare de minuni a Maicii Domnului „Prodromița”, ce poartă binecuvântarea vrednicului de pomenire Protos. Petroniu Tănase, fost stareț al mănăstirii Prodromul de la Athos.

### ◆ Marți, 1 octombrie, ora 18.00, Acatistul Acoperemântului Maicii Domnului

### ◆ Vineri, 4 octombrie

- ora 18.00, Slujba Sfântului Maslu

### ◆ Sâmbătă, 5 octombrie,

- ora 18.00, Slujba Vecerniei

### ◆ Duminică 6 octombrie este o zi specială pentru comunitatea noastră, când ne cinstim pe Sfântul Slăvitul Apostol Toma, ocrotitor al parohiei și al bisericii Toma Cozma.

Mărturia și mărturisirea „*Domnul meu și Dumnezeul meu !*”, adusă de acest apostol, a încredințat creștinătatea, la doar opt zile după aflarea mormântului gol, de realitatea Învierii și de biruința Domnului Hristos asupra morții. Acestei mărturii, Biserica i-a dedicat o duminică cu caracter special - Duminica Tomii - devenită moment de referință pentru viața parohiei noastre, care în această zi își serbează hramul cel mare.

Chiar dacă nu e hramul parohiei, vă invităm duminică 6 octombrie să ne cinstim prin rugăciune, prin faptele iubirii creștine și prin solemnitate liturgică sfântul nostru ocrotitor !



## Evangelia Duminicii

**Predica de pe munte — Iubirea vrăjmașilor**  
**( Luca 6, 31-36)**

31. Și precum voiți să vă facă vouă oamenii, faceți-le și voi asemenea;

32. Și dacă iubiți pe cei ce vă iubesc, ce răsplată puteți avea ? Căci și păcătoșii iubesc pe cei ce îi iubesc pe ei.

33. Și dacă faceți bine celor ce vă fac vouă bine, ce mulțumire puteți avea ? Că și păcătoșii același lucru fac.

34. Și dacă dați împrumut celor de la care nădăjduiți să luați înapoi, ce mulțumire puteți avea ? Că și păcătoșii dau cu împrumut păcătoșilor, ca să primească înapoi întocmai.

35. Ci iubiți pe vrăjmașii voștri și faceți bine și dați cu împrumut, fără să nădăjduiți nimic în schimb, și răsplata voastră va fi multă și veți fi fiii Celui Preînalt, că El este bun cu cei nemulțumitori și răi.

36. Fiți milostivi, precum și Tatăl vostru este milostiv.

## Hristos ne cere imposibilul ?

Cuvintele consemnate în fragmentul evanghelic propus spre meditare în această duminică au fost rostite de Mântuitorul după ce, pe munte s-a rugat toată noaptea, și după ce, a doua zi, dintre ucenicii care l-au urmat, a desemnat pe doisprezece pe care i-a numit apostoli (Luca 6, 12-13). Aceștia au devenit primii destinatari ai învățaturii Sale prezentată sintetic în „Predica de pe munte” consemnată mai dezvoltat în evanghelia de la Matei (Cap. 5,6,7).

Expunerea principiilor pe care le propovăduia, deși purta o pronunțată pecete a noutății, totuși nu erau nicidecum în contradicție cu vechea Lege mozaică, ci dimpotrivă, aduc o aprofundare și o înțelegere a acesteia din perspectiva duhovnicească.

Toate aceste sentințe cu referire concretă la înnoirea atitudinii celui ce crede în Dumnezeu, constituie o extensie a aplicării virtuții iubirii.

Vechiul îndemn de a nu face aproapei ceea ce tu urăști (Tobit 4, 15) primește prin graiul Mântuitorului o exprimare pozitivă care angajează inițiativa faptelor bune, ce-l transformă pe om din evaluator al faptelor aproapei în motor al relațiilor umane. Hristos cheamă nu doar la a promova binele între oameni, dar chiar ne cere să o facem fără a nădăjdui nimic în schimb.

În afară de faptele bune sau rele care le definesc caracterul, cum putem face diferența între cel drept și cel păcătos ? - Ne spune psalmistul: *Împrumutăt păcătosul și nu dă înapoi, iar dreptul se îndură și dă* (Psalm 36, 21). Adică ceea ce primim de la oameni și de la Dumnezeu trebuie privit ca un împrumut, chiar și atunci când le primim în dar, căci, iată, *păcătos nu e doar cel ce greșește ci și cel care nu răspunde cu bine la binele primit*. La fel, paradoxal, caracteristica dreptului nu este corectitudinea față de Lege exprimată prin termenul „dreptate”, ci bunătatea anticipativă, generozitatea care nu așteaptă răspuns.

Inițiativa în săvârșirea faptelor bune față de aproapele, privită ca poruncă a Mântuitorului Hristos, am putea-o face normativă pentru viață, dar ne este anevoie a exclude termeni precum: răsplată, mulțumire, restituire, chiar cu dobândă, dacă se poate. Cum să nu mă bucur dacă iubirea îmi este răsplătită, cum să nu fiu mulțumit de recunoștința arătată de aproapele pentru binele pe care i l-am făcut, cum să nu mai aștept restituirea împrumutului pe care i l-am acordat ?

Dar cea mai greu de împlinit este iubirea vrăjmașilor pe care ne-o cere Hristos. Îl tolerez, nu-i mai răsplătesc răul pe care mi l-a făcut, îl rabd, că și asta-i o virtute, pot chiar să-l privesc cu oarecare bunăvoință, dar chiar să-l iubesc ? Și dacă aș încerca să o fac, probabil, m-aș opri doar la planul declarativ, nu aș putea să-mi reprim resentimentele din inima rănită și conștiința-mi zdruncinată.

Și atunci Hristos ne cere imposibilul ? - Nu, ci doar ne atrage atenția asupra altei realități care reflectă mult mai profund relațiile dintre oameni. Spune El: „fiți

milostivi, precum și Tatăl vostru este milostiv”. Iar milostenia, chiar dacă presupune angajare materială, totuși ține de resorturile trăirii noastre spirituale, este o trăsătură a sufletului.

Așadar, Mântuitorul Hristos face apel la resursele noastre sufletești, a căror expresie este iubirea. Nu am să mă refer aici la iubirea carnală, pătimașă, care transformă persoana iubită, fie în fetiș, fie în instrument al plăcerii egoiste, iubirea care, între cei doi, exclude lumea și conveniențele sociale. Aș prefera să privim iubirea ca sentiment înalt pe care-l simțim față de o persoană și care are puternice reverberații sufletești.

Astfel, pe treapta cea mai de jos se află iubirea interesată, iubirea ca recunoștință care, de cele mai multe ori, se stinge îndată ce motivația, interesul dispăre. Pe o treaptă superioară se află iubirea față de cei dragi, familiari, prieteni, consăteni, conaționali, viețuitori în aceeași parohie, mănăstire etc. E așa-zisa „iubire frățască”, o iubire ce poate deveni chiar jertfelnică, dar rămâne mereu vulnerabilă la vicleniile celui rău.

Pe o treaptă superioară se află însă virtutea iubirii, dragostea, care adună în sine toate virtuțile omului și care este singura care poate să relaționeze cu iubirea lui Dumnezeu față de oameni. Este singurul, adevăratul nostru răspuns la iubirea lui Dumnezeu. Nu mai este un sentiment, ci o virtute, temelie a comuniunii cu Dumnezeu.

Cum să înțelegem virtutea iubirii ? Pentru a putea cunoaște concret, a pune în evidență dragostea noastră, pentru a verifica dacă avem această virtute, ne oferă Mântuitorul *etalonul iubirii vrăjmașilor*. Și nu o face doar prin predica de pe munte, ci El însuși arată nemăsurata Sa iubire, nu numai punându-și sufletul pentru prietenii Săi ( Ioan 15,13), ci, în sublima îmbrățișare a Crucii, prin gest de supremă iubire se roagă pentru iertarea celor care l-au răstignit.

Pentru a ajunge la capacitatea de a ne iubi vrăjmașii, Sfântul Pavel ne oferă câteva repere, zicând: *„Dragostea îndelung rabdă; dragostea este binevoitoare, dragostea nu pizmăiește, nu se laudă, nu se trufește. Dragostea nu se poartă cu necuviință, nu caută ale sale, nu se aprinde de mânie, nu gândește răul. Nu se bucură de nedreptate, ci se bucură de adevăr. Toate le suferă, toate le crede, toate le nădăjduiește, toate le rabdă. Dragostea nu cade niciodată ”* (I Corinteni 13, 4-8). Iar sfântul Petru, cel care-și mărturisește iubirea față de Hristos (Ioan 21,15) oferă calea progresivă zicând: *„Pentru aceasta, puneți și din partea voastră toată sânguința și adăugați la credința voastră: fapta bună, iar la fapta bună: cunoștința, la cunoștință: înfrânarea; la înfrânare: răbdarea; la răbdare: evlavia; la evlavie: iubirea frățască, iar la iubirea frățască: dragostea”*. (II Petru 1,5-7).

Ca orice virtute creștină, iubirea are nevoie de continuu exercițiu, de credință și voință, dar mai ales de cercetare a Scripturii, călăuză noastră spre Hristos.

## Rubrica de sănătate

### Aliment hrănitor și medicament miraculos

Este vorba de beneficiile pe care ni le oferă nucul (lat. Juglans Regia), cunoscut arbore fructifer, foarte viguros.

Miezul de nucă este unul dintre cele mai consistente și sănătoase alimente cunoscute. Este un înlocuitor perfect al cărnii, mai bun și decât soia, atât de în vogă astăzi. Miezul de nucă dat prin mașina de tocat înlocuiește perfect carnea tocată în aproape orice, de la chiftele la sarmale sau rulade. Fiind foarte bogată în grăsimi și proteine, nuca întrece carnea ca valoare calorică, având o toxicitate de câteva ori mai mică și fiind foarte ușor digerabilă. În raport cu sora sa aluna, nuca e mai consistentă, mai puternică din punct de vedere energetic.

Ca medicament, nucile sunt acum mai puțin cunoscute, deși odinioară erau la concurență cu plantele medicinale. În prezent, este recunoscută acțiunea lor vitaminizantă, fiind de reținut prezența vitaminei E, cu efect întineritor, regulator al activității hormonale, protector al pielii, alături de vitamina F, care favorizează asimilarea celei dintâi. În plus, nuca este fructul cel mai bogat în cupru și zinc, motiv pentru care este folosită în tratarea bolilor vasculare, a tulburărilor de creștere și maturizare, a deficiențelor imunitare.

Miezul de nucă se folosește împotriva diferitelor afecțiuni: **Accident vascular:** consumul regulat de nuci neprelucrate termic întărește vasele de sânge și previne, mai ales la persoanele în vârstă, ruperea lor. Tratamentul se realizează prin consumul zilnic pe stomacul gol, dimineața, a unor bomboane preparate precum este descris mai jos.

**Boli de piele:** miezul a 20-30 de nuci, consumate zilnic. Consumul de nuci este indicat ca tratament în sine contra psoriazisului, a eczemelor alergice rebele, a infecțiilor cu ciuperci la nivelul pielii. **Constipatie:** se consumă miezul a patru nuci prăjite ușor, la zece minute după ce s-au consumat unu-două pahare de compot de prune sau două linguri de miere lichidă cu apa. Tratamentul se face pe stomacul gol.

**Diabet:** nucile sunt foarte sărace în zahăr, ceea ce le face un aliment de bază în diabet. Nucile au chiar și o acțiune ușor hipoglicemiantă, contribuind la ameliorarea acestei afecțiuni. **Greutate corporală sub cea normală:** datorita conținutului mare de grăsimi ușor de asimilat și care nu cresc colesterolul atunci când sunt consumate în cantități mari, nucile sunt o piesă de bază în curele pentru îngrășare.

**Hipertiroidie:** nucile au un efect regulator asupra activității tiroidei și, în plus, aduc un aport considerabil de calorii.

## Sărbătoriții săptămânii

**Pentru ca această rubrică să devină mai bogată și mai antrenantă, dorim a o transforma și într-un bun mijloc prin care enoriașii noștri să poată adresa celor dragi din această parohiea cuvenitele urări sau felicitări pentru zile mai speciale din viața lor.**

**De asemenea, apelăm la sprijinul dumneavoastră spre a ne informa la pangarul din biserică și despre alți creștini legați sufletește de biserică și parohia noastră care își serbează aniversarea, onomastica, sau alte împliniri personale și familiale în săptămâna în curs.**

Săptămâna aceasta se constituie într-un fericit moment aniversar, pentru câteva persoane dragi

**Sterilitate și alte disfuncții privind fertilitatea:** aportul de vitamina E, prezența unor substanțe reîntineritoare, care protejează și curăță vasele de sânge, fac din nuci un aliment foarte indicat în tratamentul acestor două afecțiuni.

**Alte tratamente:**

- suc din coajă verde de nucă împotriva negilor. Se alege numai fragmentele tari, verzi; coaja moale, galbenă sau negricioasă se aruncă. Cojile se usucă în strat subțire.

Negii se usucă și cad dacă sunt frecăți de trei ori pe zi cu suc de coajă verde de nucă, vreme de două-trei săptămâni. - decoct din coajă verde împotriva albirii părului. Parul albit prematur poate fi înnegrat temporar prin frecarea cu coji verzi de nucă sau prin ungerea cu un decoct foarte concentrat.

- macerat din coajă verde împotriva inflamațiilor în gură și în gât, amigdalită etc: se fac gargare și clătiri ale gurii cu acest preparat diluat cu apă.

**Leacuri populare:**

**Împotriva pierderii sarcinii.** Femeile trebuie să ia 10 miezi de nucă pe care să îi piseze împreună cu o linguriță de semințe de castraveți până rezultă o pastă. Se înghite acest amestec cu un pahar de apă de izvor. Eczelele infecțioase care produc mâncărimi trec dacă sunt unse nouă zile la rând cu miez de nucă proaspăt pisat, amestecat cu ulei de floarea-soarelui (presat la rece).

**Colicile abdominale la copii** - miez de nucă bine uscat, amestecat cu puțin piper.

**Tuberculoza osoasă** se tratează cu miez de nucă, ce se mestecă bine în gură și apoi se aplică direct pe locul afectat, și se înfășoară cu o frunză și lăsându-se să stea o vreme, minimum un ceas.

**Preparare**

**Bomboane** - 3 miezuri de nucă pisate, o linguriță de polen de albine și două linguri de miere de albine se amestecă foarte bine, modelându-se sub forma unor bomboane.

**Decoct** - O mână de coajă verde se fierbe vreme de cinci minute într-o cană de apă, după care se lasă la răcit. Această "vopsea naturală" poate fi folosită pentru colorarea părului alb și pentru barba căruntă a bărbaților.

**Macerat** - O mână de coji uscate se mărunțesc bine și se adaugă peste ele o jumătate de litru de rachiu de drojdie, cu care se lasă să se macereze vreme de zece zile, după care se filtrează.

Pentru consumul nucilor nu există contraindicații.

comunității noastre.

În acest sens, dorim îl felicităm pentru ziua de *luni, 30 septembrie*, pe domnul Dumitru Geru, psalt activ la strana bisericii noastre și la serviciile religioase din parohie.

Aceleași gânduri și urări de felicitare le îndreptăm, pentru ziua de *sâmbătă, 5 octombrie*, către Părintele Aurel Mărgineanu, fratele Părintelui nostru paroh.

Pentru ziua de *sâmbata, 6 octombrie*, îl felicităm pe domnul Ștefan-Călin Constantinescu, soțul doamnei Teodora Constantinescu, membră în Comitetul parohial.

*Le dorim multă sănătate, frumoase împliniri și bucurii alături de cei dragi și rugăm pe Bunul*