

**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

**Puteți direcționa 2% din impozitul pe venitul dvs. 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: 0232 211 273**
- **Direct la Pangarul bisericii**

## BIBLIOTECA PAROHIALĂ

*Delectează-te cu o lectură plăcută!*

*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

## O nouă acțiune filantropică a parohiei

Din jertfa colectată de la credincioși, în cadrul pomenirii pentru cei răposați de sâmbătă 29 martie a.c., s-au făcut 197 de pachete, care au fost oferite pacienților internați în secția Bârnova a Spitalului Socola din Iași.

Transportul pachetelor a fost asigurat cu mașina proprie de domnul consilier Ioan Septimiu Dorobanțu, căruia îi mulțumim. De asemenea, dorim să mulțumim tuturor celor care s-au implicat la organizarea pachetelor în biserică și la curățenia efectuată după slujba de pomenire, precum și creștinilor care au adus ofrandele.

Ca de fiecare dată, delegații parohiei Toma Cozma au adus în sufletele pacienților internați la Bârnova bucuria dialogului uman și mângâiere, prin darurile care le-au fost oferite. Acțiunile filantropice ale parohiei Toma Cozma din Iași vor continua în următoarele sâmbete din post în care se fac pomeniri pentru cei răposați.



Cronicar

## PROGRAMUL DUHOVNICESC ÎN POSTUL MARE

### PENTRU TAINA SFINTEI SPOVEDANII:

- Marțea, începând cu ora 17.00, în timpul și după Acatistul Sfintei Mari Mucenițe Ecaterina
- În această săptămână:  
– Miercuri, după Denia Canonului celui Mare, pentru cei care vor veni vineri dimineața la împărțit în cadrul Liturghiei Darurilor  
– Vineri, începând cu ora 17.00, în timpul și după Slujba Deniei Acatistului Bunei Vestiri  
– Sâmbăta, începând cu ora 17.00, în timpul și după Slujba Vecerniei

### PENTRU TAINA SFINTEI ÎMPĂRTĂȘANII:

- Duminica și în sărbătorile însemnate prin cruce roșie, în cadrul Sfintei Liturghii, care începe la ora 10.00; la momentul cerut de canoanele Bisericii, pentru folos sufletesc și bucuria unei eficiente comuniuni cu Dumnezeu prin Sfintele Taine
- Rânduiala noastră ortodoxă cere cu necesitate celor care doresc să primească Sfânta Împărțășanie să participe, atât la Sfânta Liturghie, cât și la Laudele zilei, adică la toate celelalte slujbe ale Bisericii din ziua respectivă (Slujba Vecerniei, Slujba Utreniei), care de fapt constituie trepte ale pregătirii duhovnicești pentru unirea noastră cu Hristos.
- În mod excepțional, pentru copiii preșcolari și pentru creștinii aflați în situații speciale, Sfânta Împărțășanie 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, 0742 044 844

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

## Duminica Sfântului Cuvios Ioan Scărarul

**„Cel ce-și cunoaște greșelile își înfrânează limba, iar vorbărețul nu s-a cunoscut încă pe sine cum trebuie.”**  
Sfântul Ioan Scărarul - Scara

### Evangelhia duminicii

**Marcu 9, 17-32**

17. Și I-a răspuns unul din mulțime: "Învățătorule, am adus la Tine pe fiul meu, care are duh mut.  
18. Și oriunde îl apucă, îl aruncă la pământ și face spume la gură și scărșnește din dinți și întepenește. Și le-am spus ucenicilor Tăi să-l scoată, dar ei n'au fost în stare".

19. Iar El, răspunzându-le, a zis: "O, neam necredincios, până când voi fi cu voi? până când vă voi răbda? Aduceți-l la Mine!"

20. Și l-au adus la El. Și, văzându-L, duhul îndată l-a zguduit pe copil; și căzând la pământ, se zvârcolea spumegând.

21. Și l-a întrebat pe tatăl lui: "Câtă vreme este de când i-a venit aceasta?" Iar el a răspuns: "Din pruncie.

22. Și de multe ori l-a aruncat și în foc și în apă, ca să-l piardă. Dar dacă Tu poți ceva, ajută-ne, fie-Ți milă de noi!"

23. Iar Iisus i-a zis: "Dacă Tu poți crede, toate-i sunt cu putință celui ce crede".

24. Și îndată strigând tatăl copilului, a zis cu lacrimi: "Cred, Doamne!, ajută necredinței mele!"

25. Iar Iisus, văzând ca năvălește mulțimea, a certat duhul cel necurat, zicându-i: "Duh mut și surd, Eu îți poruncesc: Ieși din el, și'n el să nu mai intri!"

26. Și răcnind și zguduindu-l cu putere, duhul a ieșit; iar copilul s'a făcut ca mort, încât mulți ziceau că a murit.

27. Iar Iisus l-a apucat de mână și l-a ridicat; și el s'a sculat în picioare.

28. Și după ce El a intrat în casă, ucenicii L-au întrebat ei între ei: "De ce noi n'am fost în stare să-l scoatem?"

29. Iar El le-a zis: "Soiul acesta de demoni prin nimic nu poate ieși decât numai prin rugăciune și prin post".

30. Și ieșind ei de acolo, străbăteau Galileea; iar El nu voia să știe cineva.

31. Că-i învăța pe ucenicii Săi și le spunea că Fiul Omului Se va da în mâinile oamenilor și-L vor ucide, iar după ce-L vor ucide, a treia zi va învia.

32. Ei însă nu înțelegeau cuvântul și se temeau să-L întrebe.



Ilustrare realizată de Cristian Ștefan

### Program liturgic în această săptămână

#### ◆ Astăzi, duminică, 30 martie,

- ora 8.00, Utrenia și Sfânta Liturghie

Preoți slujitori:

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

Ipodiaconi: Alexandru Adomnicăi, Rareș Mihail Neagu  
Asistent liturgic: Foia Cristian Octavian.

- 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 unui mare duhovnic, vrednicul de pomenire Protos. Petroniu Tănase, fost stareț al mănăstirii Prodromul de la Athos.

#### ◆ Marți, 1 aprilie,

- ora, 17.00, Acatistul Sfintei Mari Mucenițe Ecaterina

#### ◆ Miercuri, 2 aprilie,

- ora 17.00, Denia Canonului celui Mare al Sfântului Andrei Criteanul

#### ◆ Vineri, 4 aprilie,

- Ora 7.00 Liturghia Darurilor mai înainte Sfințite
- ora 17.00, Denia Acatistului Bunei Vestiri

#### ◆ Sâmbătă, 5 aprilie,

- ora 7.00, Utrenia, Sfânta Liturghie și Pomenirea pentru cei răposați
- ora 17.00, Slujba Vecerniei

## Sf. Ioan Scărarul - lecția urcușului sufletesc

Duminica a patra a postului mare și ziua de 30 martie sunt dedicate de către Biserica Ortodoxă, cinstirii *Sfântului Ioan Scărarul*. Cu toate că nu există foarte multe informații cu privire la viața acestuia, citind din scrierile sale ne putem da seama că a fost un om înțelept cu o trăire duhovnicească aparte și care a avut o înțelegere profundă a urcușului duhovnicesc al omului.

Nu se știe cu precizie data nașterii acestuia, însă există informații care confirmă ca s-ar fi născut între anii 570-580 în Siria. A simțit chemarea spre viața monahală la o vârstă fragedă și la 16 ani intră în mănăstirea din Muntele Sinai. La numai 20 de ani a fost tuns în chipul monahicesc de către starețul Martirie, care i-a fost și învățător timp de 19 ani. A devenit foarte cunoscut pentru râvna sa încă din tinerețe, încât mulți părinți întâlnind-l, prooroceau despre dânsul că va fi un mare egumen.

Sfântul Ioan și-a dobândit supranumele de „Scărarul” datorită lucrării sale *Scara*, cunoscută în lumea ortodoxă ca îndrumar de referință pentru monahi pe calea virtuților creștine, înfățișate ca trepte ale unei scări duhovnicești a sușului omului de pe pământ în Rai.

După trecerea la Dumnezeu a învățătorului său, cuviosul Ioan s-a retras la un loc liniștit la câțiva kilometri de mănăstire, pentru restul vieții sale, bucurându-se de dragostea fierbinte ce o avea către Dumnezeu și scriind lucrări de o adâncă profunzime duhovnicească.

Conform mărturiilor contemporanilor săi, Sfântul Ioan Scărarul era un om smerit cu gândul, care căuta în faptele sale să nu cadă pradă mândriei. Spre exemplu atunci când mânca, gusta din toate cele permise monahilor spre mâncare, ca să nu i se înalte mintea cu gândul postirii, însă nu se sătura ca nu cumva să bucare patima îmibuibării pânteceului. Sfântul spune despre post că este luminătorul sufletului și paza minții, că ajută la alungarea gândurilor și eliberarea de visuri.

Patima mâniei o stăpâna prin „arma” ascultării, despre care spune „din ascultare se naște smerenia, din smerenie discernământul, din discernământ străvederea, iar din aceasta înainte vederea”, iar de iubirea de arginți a fugit prin facerea de milostenii. Prin astfel de fapte lupta Sfântul împotriva tuturor patimilor și era mereu atent la zidirea sufletească a omului, drept dovadă fiind scrierile sale care sunt citate mereu de profeți în predici.

Despre rugăciune el ne învață cât e de simplă spunând: „Nu trebuie să vă căutați cuvintele în rugăciunea voastră; de câte ori gângăveala simplă și monotonă a copiilor nu înmoaie inima tatălui lor ?..... Prolixitatea, vorbăria în rugăciune umple spiritul de imagini și-l împrăștie, în timp ce, adesea, un singur cuvânt are ca efect adunarea în sine a spiritului.” Această povățuire pentru înțelegerea rugăciunii consider că este mai utilă acum pe cât era în acele vremuri, ținând cont că trăim în secolul vitezei și mereu ne spunem „nu am timp”. În acest fel sfântul ne arată că putem apela la rugăciune în orice moment al zilei, în orice lucrare, în orice nevoie și suspinare sufletească prin cuvinte simple, dar pline de esență.

Sfântul Ioan Scărarul a trecut la Domnul în ziua de 30 martie 649, care a rămas în Biserica Ortodoxă ca zi de cinstire a sa.

- „Pocăința este aducerea înapoi a Botezului. Pocăința este învoiala cu Dumnezeu pentru o a doua viață.”
- „Pocăința este întoarcerea de la păcat. Dar nu e un singur păcat, ci întreg omul vechi se numește păcat.”

*Sfântul Ioan Scărarul - Scara*

### Să avem curaj să ne cerem iertare atunci când greșim !

M-am întrebat mereu de ce oare uneori este așa de greu ca noi oamenii, să conștientizăm greșelile pe care le facem față de aproapele nostru dar mai cu seamă să ne cerem iertare atunci când datorăm acest lucru unei persoane dragi, unui coleg de muncă, unui prieten sau unui simplu trecător pe lângă noi cu care am interacționat. Răspunsul pe care l-am descoperit este pe cât se poate de simplu, pe atât de grav în fața lui Dumnezeu - mândria.

Dar dacă cineva este capabil de mândrie, trebuie să fie pregătit și pentru rușine. Te rușinezi să îți ceri iertare deoarece încă din copilărie, societatea contemporană ne-a invadat cu „predici” false date de televizor, de radio, de revistele pentru adolescenți care „te ajută” să descoperi ce fel de personalitate ai, și care din păcate au avut un mare succes în promovarea unui narcisism subconștient care te îndemnă să îți la imaginea ta și să arăți lumii că ai un caracter puternic, de nedărâmat, iar gestul de a-ți cere iertare te face un om slab. Însă a-ți cere iertare nu e deloc înjositor pentru cel care manifestă această atitudine față de semenul său, atunci când conștiința îți dictează că ai greșit față de el. Din contră, din proprie experiență am simțit că poate fi stânjenitor pentru cel căruiia îți ceri iertare, care probabil nu e obișnuit cu un astfel de comportament, cu o astfel de atitudine de smerenie din partea aproapelui său, și nu știe cum să reacționeze la un astfel de gest. Trebuie să conștientizăm că iertarea este cea care te înalță dacă ai căzut și te aduce mai aproape de Dumnezeu, și nu contează cum este privit acest gest de oameni, ci de Dumnezeu.

Realizând că mândria este cea care ne împiedică să ne cerem iertare, să nu uităm ca tot ea este cea care l-a decăzut pe Lucifer din Rai, care s-a văzut pe sine asemenea lui Dumnezeu. Deci mândria este păcatul capital și începutul tuturor răutăților în lume. Trebuie să conștientizăm ca noi suntem cei care ne controlăm acțiunile prin rațiunea cu care am fost înzestrați de a discerne ce e bine și ce nu. Deci să avem curaj și demnitate să ne cerem iertare atunci când greșim.

Perioada Postului Mare este cu precădere momentul în care ar trebui să fim mai atenți la acțiunile noastre și să ascultăm îndemnul evangheliei spre împăcare și apropiere de Dumnezeu. Sfântul Apostol Pavel zice "Soarele să nu apună peste mânia voastră... Orice amărăciune și supărare, și mânie, și izbucnire, și defăimare să piară de la voi, împreună cu orice răutate. Ci fiți buni între voi și milostivi, iertând unul altuia, precum și Dumnezeu v-a iertat vouă în Hristos" (Efeseni 4, 26 și 31-32). Așadar ascultând acest îndemn, cred că trebuie să cugetăm la faptul că prezentul este singurul timp care ne oferă o șansă reală de conciliere cu aproapele, pe când viitorul nu este al nostru, iar trecutul nu mai poate fi schimbat.

*Ionela Nălbaru*

## Apostolul duminical

Epistola către Evrei 6, 13-20

13. Căci Dumnezeu, când a dat făgăduință lui Avraam, de vreme ce n-avea pe nimeni mai mare, pe care să Se jure, S-a jurat pe Sine însuși,

14. Zicând: "Cu adevărat, binecuvântând te voi binecuvânta, și înmulțind te voi înmulți".

15. Și așa, având Avraam îndelungă-răbdare, a dobândit făgăduința.

16. Pentru că oamenii se jură pe cel ce e mai mare și jurământul e la ei o cheazășie și sfârșitul oricărei neînțelegeri.

17. În aceasta, Dumnezeu voind să arate și mai mult, moștenitorilor făgăduinței, nestrămutarea hotărârii Sale, a pus la mijloc jurământul:

18. Ca prin două fapte nestrămutate - făgăduința și jurământul - în care e cu neputință ca Dumnezeu să fi mințit, noi, cei ce căutăm scăpare, să avem îndemn puternic ca să ținem nădejdea pusă înainte,

19. Pe care o avem ca o ancoră a sufletului, neclintită și tare, intrând dincolo de catapeteasmă,

20. Unde Iisus a intrat pentru noi ca înaintemergător, fiind făcut Arhieru în veac, după rânduiala lui Melchisedec.

\*\*\*

### Scurtă exegeză patristică

- Sf. Ioan Gură de Aur -

«Noi n-am fost puși examinatori ai vieții altora, fiindcă atunci n-am mai milui pe nimeni. De ce, când tu rogi pe Dumnezeu, zici totdeauna: «Nu pomeni, Doamne, păcatele mele» ? Așa că oricât ar fi acela de păcătos, aceasta să o judeci și pentru tine, și nu mai pomeni păcatele lui. Timpul de față este timp de filantropie, iar nu de cercetare exactă a păcatelor; e timp de milă iar nu de judecată. El voiește numai de a fi hrănit, iar tu' dacă vrei, dă-i ceva, și nu mai sta la gânduri. De ce este el mișel și netrebnic ? De ce nici tu nu-l umilești, ba încă și pe cei ce vor a-l milui îi îndepărtezi ? Căci când altul va auzi de la tine că acesta este un înșelător, că este un fățarnic, că împrumută bani altora, desigur că nu va mai da nici acestuia, și nici altora, căci el pe toți îi va bănuși că sunt de acest fel. Voi știți bine, că cele rele mai cu ușurință le bănuim, pe când pe cele bune, niciodată.

Să fim, deci, iubitorilor, milostivi, nu cum s-ar întâmpla, ci precum este tatăl nostru cel ceresc. El hrănește și pe curvari, și pe prea curvari, și pe fermecători, și ce spun eu ? Pe toți, orice fel de păcate ar avea. În lumea aceasta desigur că vor fi mulți și de aceștia, și cu toate acestea pe toți el îi hrănește, pe toți îi îmbracă, și nimeni nu moare de foame vreodată, afară numai poate de bună voie. Astfel să fim și noi milostivi. Dacă el se roagă, și dacă are nevoie, ajută-l.

Acum însă, am ajuns într-atâta lipsă de judecată, încât, că nu numai cu cerșetorii facem așa, cu cei ce merg pe căile cele strâmte, ci chiar și cu monahii. «Cutare, zici tu, este șarlatan». Oare nu aceasta

3

spuneam mai înainte, că dacă dăm tuturor fără excepție, noi suntem cu adevărat milostivi, iar dacă vom începe a cenzura viața oamenilor, niciodată nu vom fi milostivi ? Dar ce spui, omule ? Pentru că primește o pâine, este șarlatan ? Dacă poate ar cere talanți de aur, sau de argint, sau haine prețioase, sau slugi, sau altceva de acest fel, cu dreptul ar putea numi cineva pe unul ca acesta înșelătoriu; dar dacă nimic din acestea nu cere, ci numai hrană și îmbrăcăminte, care sunt ale filosofiei, apoi acesta este înșelătoriu ? spunemi.

Să conținem deci cu acest obicei de a bârfi, cu această apucătură satanicească, și mult vătămătoare. Cercetează de voiești, cum Abraam arăta dragoste către toți streinii, căci dacă ar fi cercetat cu amănunțime pe cei ce se refugiau la dânsul, desigur că n-ar fi ospătat pe îngeri, ci pe lângă ceilalți iar fi îndepărtat și pe aceștia; dar fiindcă pe toți primea, apoi a primit și pe îngeri. Nu cumva poate că Dumnezeu răsplătește pentru viața celor ce primesc milostenia? Nu' ci pentru buna ta intenție, pentru dragostea ta cea mare, pentru filantropia ta, pentru bunătatea ta. Aceasta să fie dar, și atunci te vei învrednici de toate bunurile. Căroră fie a ne bucura, prin harul și filantropia Domnului nostru Iisus Hristos, căruia împreună cu Tatăl și cu Duhul Sfânt, se cuvine slava, stăpânirea și cinstea, acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.»

*Text cules de Vasilica Onofrei*

### Paharul plăcerii

Dacă ți-ar întinde cineva un pocal de aur cu cel mai bun vin din lume și ți-ar spune: „Bea, însă vezi că la fund se află un scorpion”, ai bea oare ? În orice pahar al plăcerii pământeste se găsește un scorpion la fund. Și, din nefericire, aceste pahare sunt atât de mici încât scorpionul este întotdeauna aproape de buze.

Extras din Sfântul Nicolae Velimirovici, *Gânduri despre bine și rău*, Editura Predania, 2009

• „Cel ce se mândrește cu darurile lui naturale, adică cu deșteptăciunea, cu învățătura, cu citirea limpede, cu vorbirea ușoară, cu destoinicia și cu toate cele de felul acesta, pe care le are fără osteneală, nu va dobândi niciodată bunătățile cele mai presus de fire. Căci cel necredincios în puține va fi necredincios și în multe și stăpânit de slava deșartă.”

• „Cel ce s-a făcut rob Domnului nu se va teme decât numai de Stăpânul său. Dar cel ce nu se teme încă de Dumnezeu, se va teme și de umbra sa. Trupul se înfricoșează când stă lângă noi în chip nevăzut un duh; dar când sufletul se veselește smerindu-se, stă de față un înger. De aceea, cunoscând din lucrare starea de față a îngerului, să sărim mai repede la rugăciune, căci bunul nostru păzitor a venit să se roage împreună cu noi.

*Sfântul Ioan Scărarul - Scara*