

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

## *Duminica a șaptea după Rusalii*

**Evangelia Duminicii  
a șaptea după Rusalii**

Matei 9, 27-35

**Vindecarea a doi orbi și a unui mut din  
Capernaum**

În vremea aceea, pe când trecea Iisus, s-au luat după Dânsul doi orbi; aceștia strigau și ziceau: miluiește-ne pe noi, Fiule al lui David! Iar după ce a intrat El în casă, au venit la Dânsul orbii și i-a întrebat Iisus: credeți că pot să fac Eu aceasta? Răspuns-au Lui: da, Doamne! Atunci s-a atins de ochii lor, zicând: după credința voastră, fie vouă! Și s-au deschis ochii lor. Iar Iisus le-a poruncit cu asprime, zicând: vedeți, nimeni să nu știe. Însă ei, după ce au ieșit, au răspândit numele Lui în tot pământul acela. După plecarea lor, iată au adus la Dânsul pe un om mut, având diavol. Și fiind scos afară diavolul, a grăit mutul; iar mulțimile se minunau, zicând: niciodată nu s-a văzut așa ceva în Israel. Dar fariseii ziceau: cu domnul diavolilor scoate pe diavoli. Și Iisus străbătea prin toate orașele și satele, învățând în sinagogile lor, propovăduind Evangelia împărăției și vindecând orice fel de boală și orice fel de neputință în popor.



Luni, 20 iulie:

**Sfântul slăvitul Proroc Ilie**



Grafică realizată de Roxana-Elena Ichim

Văzând nelegiuire și răzvrătire în Israel, preamărite profetule, te-ai întristat cu duhul și în râvna pentru slava lui Dumnezeu te-ai aprins, pentru că fiii lui Israel se închinau la idoli și cei urâți și de Dumnezeu cel adevărat se îndepărtau, Căruia toate oștile cerești cu cutremur Li cântau :  
Aliluia !

**Din Acatistului Sf. Prooroc Ilie**

## Iubirea de semeni, oglindea lui Dumnezeu în noi

Sfântul Apostol și Evanghelist Ioan în *Epistola sa sobornicească* arată că Dumnezeu este iubire și cine nu iubește nu este cu Dumnezeu și cine urăște, Dumnezeu nu este cu el. În evanghelia duminicii de astăzi, se poate vedea clar iubirea lui Dumnezeu față de oameni. Din cauza capacităților noastre de a-L percepe, Dumnezeu ni Se face cunoscut în mod personal, relaționând cu noi, Dumnezeu ne vorbește. Dar nimic din referințele noastre omenești, nu poate defini pe Dumnezeu.

Fericitul Augustin s-a hotărât să scrie o carte despre Dumnezeu, dar, deși s-a rugat foarte mult, s-a încurcat tocmai la început, pentru că nu găsea răspuns la întrebarea: *Ce este Dumnezeu ?* S-a frământat mult, s-a rugat, dar totul a fost în zadar. Într-o zi, mergând pe malul mării, vede un copil care făcuse o gropiță în nisip și cu o găleată mică aducea apă din mare și o turna în acea gropiță. S-a oprit și l-a întrebat: *Ce faci aici?*, iar copilul a răspuns: *Vreau să aduc marea în gropița mea.* Atunci Sfântul a zâmbit cu amar și s-a gândit: *Oare nu același lucru fac și eu, încercând să cuprind în mintea mea pe necuprinsul Dumnezeu ?!*

Dumnezeu ne este transcendent, dincolo de capacitățile și puterile noastre de cuprindere, dar ne este atât de apropiat, prin iubire. Pentru că întreaga creație este rodul iubirii lui Dumnezeu. Dumnezeu nu a avut și nu are nevoie de nimic, dar Dumnezeu, din nemăsurata Sa iubire, a adus

pe toate de la neexistență la existență. Și astfel, faptul că existăm este un semn al iubirii lui Dumnezeu, faptul că putem să ne manifestăm în această lume nu este meritul nostru, faptul că avem împliniri, că avem ocazia să ne bucurăm de toate din jurul nostru, este rodul iubirii lui Dumnezeu. Din iubire, Dumnezeu a adus la existență și pe om și pe toate celelalte.

Cel ce nu-i capabil să iubească acela nu poate să se bucure de prezența lui Dumnezeu în viața sa și mai ales se înstrăinează el însuși de lucrarea Duhului Sfânt. Multă sărăcie aduce lipsirea noastră de harul Duhului Sfânt. Acest Har, dobândit prin rugăciunea Bisericii și revărsat prin Sfintele Taine, ne ajută și ne conduce spre trăire deplină a iubirii creștine. Toată rânduiala Bisericii ne înfățișează și ne cheamă la înțelegerea și aplicarea la nivel superior a iubirii. Să iubim plantele, toate vietățile, să iubim marea, să iubim tot ceea ce fac alții, ceea ce facem noi, să iubim pe semenii noștri, chiar și atunci când sunt dușmanii noștri.

Așadar, iubirea nu este un simplu sentiment care îi tratează pe ceilalți ca obiect al simțămintelor noastre, ci iubirea are menirea de a edifica reciprocitate. Pentru că *dacă am cu adevărat o problemă în a iubi pe vrăjmașul meu, apoi și mai mare problemă am eu, cum să îl fac pe vrăjmașul meu să mă iubească pe mine.*

De aceea, lecția mare pe care o primim percepând lucrarea lui Dumnezeu în lume și toate cele pe care ni le-a dăruit și pentru care nu suntem niciodată vrednici a-I mulțumi este: să înțelegem că a iubi, de fapt ne aseamnă cu Dumnezeu.

*Pr. Mihai Mărgineanu*

### **Doriți să vedeți Pietrele Doamnei din masivul Rarău ?**

#### **Parohia noastră organizează în zilele de 24-25 august PELERINAJ ÎN BUCOVINA**

##### **Ziua 1:**

Plecure la ora 5:30 de la Biserica Toma Cozma. Deplasare pe traseul Iași – Pașcani – Gura Humorului, Câmpulung Moldovenesc, Rarău, cu vizitarea mănăstirilor Sf. Teodora, Sf. Mina, Cămărzani, Humor, Voroneț, Sihăstria Rarău

##### **Ziua 2:**

Sihăstria Rarău, participare la Sfânta Liturghie. Deplasare pe traseul Cabana Pietrele Doamnei, Chiril, Poiana Teiului, Târgu Neamț, Pașcani, Iași cu o drumeție la **Pietrele Doamnei**, cu vizitarea mănăstirilor Rarău și Petru Vodă și tradiționala rugăciune de mulțumire la Biserica Toma Cozma.

\*În funcție de timpul disponibil se vor putea vizita și alte obiective.

\*Se asigură transport cu autocar și cazare o noapte

##### **Preț : 170 Lei**

•Înscrieri la Pangarul bisericii, persoană de contact:

Aurica Raveica sau la tel. 0747 772 827; 0232 211 273

## Rubrica de sănătate:

### Beneficiile miraculoase ale rozmarinului

Rozmarinul este o plantă aromată din familia mentei. Cel mai des este folosit la gătit, însă, datorită mirosului deosebit, este utilizat și în odorizante și amestecuri pentru aromaterapie. Se numără printre cele mai recunoscute plante pentru beneficiile sale asupra sănătății, fiind bogat în fito-nutrienți, antioxidanți și acizi esențiali. Iată câteva dintre acestea.

Frunzele de rozmarin au 131 de calorii și nu conțin colesterol, iar pe lângă substanțele nutritive, sunt bogate în fibre. Planta este extrem de bogată în vitaminele A, B (acid folic, riboflavina, acid pantoteic) și C, minerale (potasiu, calciu, fier, mangan, cupru, magneziu). Consumul de vitamina A ajută la protejarea organismului de dezvoltarea cancerelor orale și de plămâni; în plus ajută la îmbunătățirea vederii. Vitamina C este necesară pentru sinteza colagenului în organism, necesar pentru menținerea integrității vaselor de sânge, piele, organe și oase. Potasiul ajută la controlul ritmului cardiac și al tensiunii arteriale.

#### Protejează împotriva degenerării maculare

Un studiu a relevat faptul că o componentă majoră a rozmarinului, acidul carnosic, poate promova în mod semnificativ sănătatea ochilor. Acest lucru ar putea avea aplicații clinice pentru boli care afectează retina, cum ar fi degenerarea maculară, care apare odată cu înaintarea în vârstă, fiind una dintre cele mai frecvente boli de ochi.

#### Stimulează sistemul imunitar

Fiind o bogată sursă de antioxidanți și deținând proprietăți anti-inflamatorii, rozmarinul ajută la stimularea sistemului imunitar și îmbunătățește circulația sângelui. Studiile de laborator au arătat că antioxidanții joacă un rol important în neutralizarea radicalilor liberi, scrie [medicalnewstoday.com](http://medicalnewstoday.com).

#### Deține proprietăți antiseptice și antifungice

Această plantă conține acid rozmarinic antioxidant fenolic, precum și uleiuri extrem de benefice pentru sănătate ca cineol, camfen, borneol,

acetat de bornil, compuși ce sunt cunoscuți pentru proprietățile lor antialergice, antiseptice și antifungice, scrie [nutrition-and-you.com](http://nutrition-and-you.com).

#### Oferă protecție neurologică

Oamenii de știință au descoperit că rozmarinul este bun pentru creier. Acidul carnosic este capabil să lupte împotriva radicalilor liberi din creier. Mai mult, cercetătorii de la Universitatea Kyoto din Japonia au arătat că rozmarinul poate ajuta semnificativ la prevenirea îmbătrânirii cerebrale. În plus, această plantă ajută și la îmbunătățirea memoriei și a concentrării.

#### Previne cancerul

Un studiu a arătat că extractul de etanol din rozmarin poate preveni leucemia și dezvoltarea celulelor care provoacă apariția cancerului mamar. Alte studii au concluzionat că această plantă are proprietăți antiinflamatoare și antitumorale.

#### Tratează rănilile

Rozmarinul poate fi infuzat în ulei și utilizat extern pentru a trata iritațiile pielii, cum ar fi eczelemele. A fost chiar raportată viteza de vindecare a rănilor și vânătăilor. Aparent, este eficient și în tratarea artritei, scrie [wellnessmama.com](http://wellnessmama.com)

#### Multiple utilizări

- O infuzie puternică de rozmarin și frunze de urzică este excelentă pentru clătirea părului: elimină mătreața și accelerează viteza de creștere a părului.
- Este util în apărarea împotriva țânțarilor.
- Este un conservant natural foarte eficient, putând să prelungească termenul de valabilitate a produselor cosmetice.
- Folosit extern, uleiul de rozmarin ajută la calmarea durerilor provocate de indigestie, crampe menstruale sau alte dificultăți.

Sursa: <http://www.9am.ro/>

## 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,

[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

## Sărbătoriții săptămânii:

### \*Zile de naștere:

\* **19 iulie:** Prof. Gheorghe Ilie Fârte

\* **20 iulie:** Liliana Vînătoru, Dan-Ilie Baterică, Iulian Teliban

\* **21 iulie:** Angela Avram, Petrică Pătrașcu, Iustina Chirilă

\* **22 iulie:** PF Părinte Daniel, Patriarhul României

\* **23 iulie:** Pr. Clement Haralam

\* **24 iulie:** Lucian Dolhascu

### \*Zile onomastice

• **19 iulie:** Sf. Macrina, sora Sf. Vasile cel Mare

• **20 iulie:** Sf. Ilie

• **22 iulie:** Sf. Mironosiță Maria Magdalena, Sf. Cuv. Mc. Marcela

• **23 iulie:** Sf. Mc. Vitalie și Valeria

## Program liturgic și duhovnicesc în această săptămână

### \* **Duminică, 19 iulie**

•08:00 Utrenia și Liturghia Sf. Ioan Gură de Aur

Duminica a șasea după Rusalii

•11:30 Taina Sfintei Împărtășanii, în cadrul Sfintei Liturghii (pe nemâncate, pentru copiii sub 7 ani și persoanele care s-au spovedit și au primit binecuvântare de la părintele duhovnic)

•18:00 Slujba Vecerniei

### \* **Luni, 20 iulie, Sf. Prooroc Ilie Tesviteanul**

•08:00 Utrenia și Liturghia Sf. Ioan Gură de Aur

•11:30 Taina Sfintei Împărtășanii, în cadrul Sfintei Liturghii (pe nemâncate, pentru copiii sub 7 ani și persoanele care s-au spovedit și au primit binecuvântare de la părintele duhovnic)

### \* **Mărti, 21 iulie**

•18:00 Slujba Acatistului Sf. Ecaterina

### \* **Vineri, 24 iulie**

•18:00 Slujba Sfântului Maslu

### \* **Sâmbătă, 25 iulie**

•18:00 Slujba Vecerniei

## Un nou pelerinaj pe bicicletă la Mănăstirea Hlincea

*Duminică, 19 iulie*  
a.c., parohia noastră, în  
parteneriat cu Bioma Agro  
Ecology Co va organiza un  
nou pelerinaj pe bicicletă,  
de data aceasta la Mănăstirea Hlincea.



Pelerinajul va porni din curtea Bisericii noastre, la ora 15.00, urmând ca începând cu ora 18.00 să participăm la Slujba Acatistului Icoanei Maicii Domnului Prodromița de la biserica noastră.

**Toate persoanele interesate să participe sunt rugate să se înscrie, în mod obligatoriu, apelând următorul nr. de telefon: 0728 037 471 (Vlad Carpiuc, Coordonator proiect).**

## 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:

\*Iulia-Maria Dorobanțu, tel. 0729 741 673

\*Matei Popa, tel. 0745 374 274

\*Irina Dănilă, tel. 0742 344 024

\*Alexandra Popa, tel. 0742 322 580

