

# Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

## *Duminica a opta după Rusalii*

### Evangelhia Duminicii a opta după Rusalii

Matei 14, 14-22

Înmulțirea pâinilor

În vremea aceea Iisus a văzut mulțimea de oameni și I s-a făcut milă de dânșii și a tămăduit pe toți bolnavii lor. Iar când s-a făcut seară, s-au apropiat de Dânsul ucenicii Săi și I-au zis: locul acesta este pustiu și iată e târziu; deci dă drumul mulțimilor, ca să se ducă în sate să-și cumpere de mâncare. Iisus însă le-a răspuns: nu trebuie să se ducă; dați-le voi să mănânce. Dar ei I-au spus: nu avem aici decât numai cinci pâini și doi pești. Atunci El a zis: aduceți-le aici la Mine. După aceea a poruncit oamenilor să șadă pe iarbă și, luând cele cinci pâini și cei doi pești, și-a ridicat ochii spre cer, a binecuvântat și, frângând, a dat ucenicilor pâinile, iar ucenicii mulțimilor. Și au mâncat toți și s-au săturat; și au strâns rămășițele de fărâmituri, douăsprezece coșuri pline. Iar cei care mâncaseră erau ca la cinci mii de bărbați, afară de femei și de copii. Îndată după aceea, Iisus a silit pe ucenicii Săi să intre în corabie și să treacă înaintea Lui, pe țarmul celălalt, până ce El va da drumul mulțimilor.



Luni, 27 iulie:

Sf. Mare Mc. și Tămăduitor Pantelimon



De mic rămas fără mamă, Sfinte, ai fost dat de tatăl tău la învățătură păgânească și la meșteșugul vindecărilor cu puterea zeilor; dar ca o trestie neînfrântă ai rămas în mijlocul vânturilor vrăjmașe și nu ai găsit alinare până ce n-ai aflat calea Dumnezeului Celui adevărat.

Deși cu trup omenesc pe pământ, sufletul ți l-ai înălțat spre cer. Pentru aceasta, cu dreptate te privesc credincioșii ca pe o stea cerească, de unde vine raza mântuirii în toate necazurile; drept care împreună cu tine cântăm lui Dumnezeu: Aliluia!

Din Acatistului Sf. M. Mc. Pantelimon

## Voia lui Dumnezeu și voia mea

Duminica aceasta, prima din perioada Postului Adormirii Maicii Domnului, ne pune în față tema rugăciunii și a importanței pe care o are modelul uman, angajarea personală în viața societății, arătând că fiecare om trebuie să se ofere pe sine ca model pentru alții, ca aceștia să înțeleagă ceva din viața lor spre folosul propriu și al societății: *Așa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor, așa încât să vadă faptele voastre cele bune și să slăvească pe Tatăl vostru Cel din ceruri.* (Matei 5, 16).

Rugăciunea nu este o doar o simplă adresare către Dumnezeu, ci este și o severă confruntare cu tine însuși, o evaluare și din perspectivă spirituală a propriei vieți. Pe parcursul postului vom vedea câte lucruri avem de pus în lucrare și de înțeles în profunzime atunci când este vorba de rugăciune. Starea de păcat te îndepărtează de Dumnezeu în mod inerent. Omul păcătos începe să se revolte împotriva lui Dumnezeu pentru că vrea ca Dumnezeu să gândească ca el și nu el să gândească precum hotărăște Creatorul. Starea de păcat întunecă mintea și față de propria

persoană. Este nevoie de zdruncinări puternice ca omul să se trezească din starea de păcat. Dramele umane sunt aduse în viața noastră în mod pedagogic de către Dumnezeu pentru a ne reevalua situația spre a descoperi iubirea lui Dumnezeu, purtarea Sa de grijă pentru noi.

*Bine îmi este mie că m-ai smerit Doamne, ca să mă învăț îndreptările tale* spune Psalmistul (Psalm 118,71). Să învăț îndreptarea mea după voia lui Dumnezeu, nu după voia mea. Este foarte important să înțelegem ce autoritate ne guvernează pe noi. Marea luptă a conștiinței omului este să înțeleagă ce vrea Dumnezeu de la el. Ți-a venit un necaz, întreabă-te: *Doamne, cum să mă folosesc de acest necaz ?* În spatele oricărui necaz stă iubirea nemăsurată a lui Dumnezeu. Să nu uităm că cele mai multe dintre încercările vieții nu ne sunt trimise de Dumnezeu ca o pedeapsă, ci ele survin ca o consecință firească a faptelor noastre.

De aceea Biserica ne cheamă să privim suferințele, necazurile, greutățile de tot felul ca rezultat al păcatelor noastre, nu atât din perspectiva regretului, părerii de rău pentru cele săvârșite, cât mai ales ca repere ale pedagogiei dumnezeiești spre pocăința, îndreptarea noastră.

*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:**

Plecare 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, Cămârzani, Humor, Voroneț, Sihăstria Rarău

#### **Ziua 2:**

Sihăstria Rarău, participare la Sfânta Liturghie. Drumeție la **Pietrele Doamnei**. Prânz la Păstrăvărie. Vizitarea Mănăstirilor Moldovița și Sucevița. Revenirea la Iași, unde vom face împreună 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:

### Usturoiul se folosește în alimentație și în tratamente de peste 5000 de ani.

Alături de ceapă, se regăsește și azi pe masa țăranilor, ca "însoțitor" nelipsit în mâncăruri, cărora le dă un gust deosebit, ca remedii terapeutice (cele mai răspândite sunt tinctura, sucul, siropul și maceratul de usturoi), cu rezultate deosebite în întărirea imunității, pentru tratarea bolilor aparatului respirator și prevenirea aterosclerozei. Nu numai că previne tromboza, dar ajută și la dizolvarea cheagurilor de sânge. Sucul proaspăt distruge virusul gripei, reglează functionarea inimii, previne infarctul miocardului și favorizează regenerarea țesuturilor. Usturoiul trebuie consumat crud, multe componente terapeutice ale sale dispărând în timpul fierberii. Usturoiul se adaugă în salate, în sucurile de legume (roșii, castraveți, țelină etc.), în ciorbe răcite (dar nu mai mult de 10 ml), sub formă de mujdei. Pentru conservarea sucului de usturoi se amestecă cantitatea de suc cu o cantitate egală de alcool dublu rafinat și cu 10 părți de apă distilată.

Pentru profilaxia unei game largi de afecțiuni este suficientă consumarea zilnică a unui cățel de usturoi, cu 150 ml lapte prins, sau 25 ml de tinctură de usturoi.

### Preparate din usturoi

#### Tinctură

- Într-o sticlă de 500 ml cu gâtul larg se toarnă 1/3 țuică, se adaugă 2 căpățâni de usturoi pisate și se lasă la macerat 24-48 de ore, la întuneric. Se mai toarnă apă fiartă și răcită, până se umple sticla.
- Pentru afecțiunile pulmonare, se prepară tinctura din 40 g de usturoi și 100 ml de țuică. Din ambele remedii se beau câte 10 picături, de 2-3 ori pe zi, cu 30 minute înainte de masă. Pentru curățirea vaselor de sânge se beau câte 5 picături de tinctură, diluate cu o lingură de apă rece, de trei ori pe zi, înainte de masă.

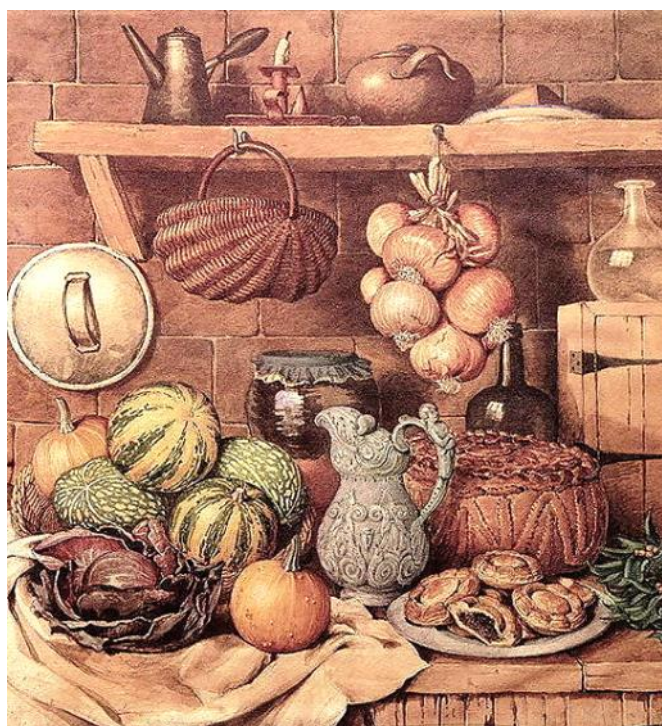
### Uleiul de usturoi

- Se curăță două căpățâni de usturoi, se toacă mărunt și se pisează în piulița de lemn. Terciul astfel obținut se amestecă cu 150 ml ulei de floarea soarelui presat la rece. Se pune într-o sticlă, se închide bine și se expune la razele soarelui timp de 10 zile. Se agită sau se amestecă de 2-3 ori pe zi. Se filtrează prin 3 straturi de tifon. Se amestecă cu jumătate linguriță de glicerină și se păstrează la rece, într-o sticluță de culoare închisă astupată ermetic, timp de 2 luni. Înainte de consumare, uleiul se încălzește pe baie de aburi, până la temperatura de 35 grade. Se bea câte o linguriță, de 3 ori pe zi, cu 30 minute înainte de masă.

- O altă variantă de preparare a uleiului. O căpățână de usturoi de mărime medie se pisează. Terciul astfel obținut se pune într-un borcan de sticlă, se amestecă cu un pahar de ulei și se pune la frigider. Se administrează o linguriță de ulei amestecat cu o linguriță suc de lămâie proaspăt stors, de 3 ori pe zi, cu 30 minute înainte de masă. O cură durează 2-3 luni, iar după o pauză de 30 de zile, se repetă.

Utilizare: se folosește pentru tratarea proceselor inflamatorii din gură, urechi și nas, de asemenea, a spasmelor vaselor sanguine din creier, pentru sufocare și scleroza.

(material redactat după publicația „Formula As”)



## 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:

\*27 iulie: Viorel Vicoveanu

\*28 iulie: Răzvan Holicov

\*30 iulie: Ionela Buhuș

\*31 iulie: Ilinca Leică, Mircea Sîrbu

\*1 august: Ionuț Sandu, Mihai Potoroacă

### \*Zile onomastice

●27 iulie: Sf. Mare Mc. și Tămăduitor Pantelimon

●31 iulie: Sf. Și Dreptul Iosif din Arimateea

*La mulți și fericiți ani !*

## Program liturgic și duhovnicesc în această săptămână

### \* Duminică, 26 iulie

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

Duminica a opta 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

### \* Marți, 28 iulie

●18:00 Slujba Acatistului Sf. Ecaterina

### \* Vineri, 31 iulie

● Începutul Postului Adormirii Maicii Domnului

●18:00 Slujba Sfântului Maslu

### \* Sâmbătă, 1 august

●18:00 Slujba Vecerniei

Duminică, 26 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

