

Credința și fapta

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

Duminica a douăzeci și doua după Rusalii

Evangelhia Duminicii

Luca 16, 19-31

Bogatul nemilostiv

Zis-a Domnul: ascultați pilda aceasta: era un om bogat care se îmbrăca în porfiră și în vison, și care petrecea în toate zilele, înconhurat de slavă. Iar un sărac, anume Lazăr, care zăcea înaintea porții lui, plin de bube, dorea înaintea porții lui, plin de bube, dorea mult să se sature din fărâmiturile care cădeau de la masa bogatului; caci până și câinii, venind, lingeau bubele lui. Și a murit săracul și a fost dus de îngeri în sânul lui Avraam. A murit apoi și bogatul și l-au îngropat. Și în iad, ridicându-și ochii, el care era în chinuri a văzut de departe pe Avraam și pe Lazăr în sânul lui. Atunci a strigat el și a zis: părinte Avraame, fie-ți milă de mine și trimite pe Lazăr să-și întingă vârful degetului în apă și să-mi răcorească limba, căci mă chinuiesc în această văpaie. Dar Avraam a zis: fiule, adu-ți aminte că tu ai primit cele bune ale tale în viața ta, și Lazăr așijderea, pe cele rele; dar acum aici el se mângâie, iar tu te chinuiești. Și peste toate acestea, între noi și între voi este o prăpastie adâncă, întărită în așa fel, ca cei care ar vrea să treacă de aici la voi, ori cei de acolo la noi, să nu poată să treacă. Atunci el a zis: te rog, dar, părinte, să-l trimiți acasă la tatălui meu, căci am cinci frați; să le spună acestea, ca să nu vină și ei la acest loc de chin. Avraam i-a răspuns: au pe Moise și pe prooroci, să-i asculte pe ei. Dar el a zis: nu, părinte Avraam; ci dacă cineva dintre cei morți se va duce la ei, se vor pocăi. Atunci Avraam i-a spus: dacă nu ascultă pe Moise și de prooroci, nu vor crede nici chiar dacă ar învia cineva din morți.

Toți să dănuim duhovnicește mărind pe Cosma, cugetătorul de Dumnezeu și pe Damian, pururi rugătorul, doimea cea cinstită care prin fapte bune au slăvit pe Stăpânul a toată lumea, Dumnezeu, Domnul și Mântuitorul nostru. Veniți, cu credință să vedem în ziua de astăzi izvorul care izvorăște râuri de minuni și cu veselie împreună Domnului să strigăm: Minunat ești Dumnezeule, Cel ce faci negraite minuni pe pământ prin robii Tăi Cosma și Damian. **Din Acatistul Sf. Doctori fără de arginți Cosma și Damian, din Asia**



La mulți ani, Părintele nostru !

Cu prilejul serbării zilei de naștere, *vineri, 6 noiembrie*, ne îndreptăm gând pios de felicitare pentru Prea Cucernicul nostru Părinte, Mihai Mărgineanu și îi dorim sănătate, frumoase împliniri pe plan familial și în lucrarea pastorală, liturgică, administrativă întru Slujirea Sfintei Biserici. Rugăm pe Bunul Dumnezeu să înmulțească darurile și binecuvântările Sale pentru Părintele nostru!



„Nervozitatea” – un termen modern pentru patima mâniei

Sfântul Ioan Casian zice că nu avem voie să ne mâniem nici pentru pricini drepte nici pentru nedrepte, pentru că mânia întunecă mintea. Așa cum beția întunecă mintea, tot așa și mânia întunecă mintea. Când ești gâlcevitor, când ești pornit, nu te mai gândești la ce ar trebui să te gândești, ci ai un fel de întunecare de minte. Și face o comparație Sfântul Ioan Casian spunând că așa cum dacă îți pui pe ochi o foiță de plumb sau de aur, e tot atâta, că tot nu vezi, tot așa și când te mâni și pentru pricini drepte și pentru pricini nedrepte, tot nu-i bine, pentru că nu ai limpezime de minte. Și soluția lui când e vorba despre mânie este aceasta: să nu te mâni nici pentru pricini drepte, nici pentru pricini nedrepte. De altfel, dacă dizolvi pricinile mâniei, la mânie nu mai ajungi. În *Antologia Sanscrită* se spune: „Mânia în oamenii cei buni se naște moartă, se topește. În cei cuminiți un ceas trăiește. În semidoct trăiește lung: cinci ani în proștii cei din gloată, iar în mișei viața toată”.

Mânia de fapt are multe chipuri, are multe manifestări. Sfântul Ioan Scărarul, scriind despre mânie în cartea sa numită *Scara*, zice așa: „Să legăm mânia cu lanțurile blândeții, s-o lovim cu îndelungă-răbdarea, s-o aducem în fața minții la judecată și la cercetare și să zicem: *Spune-ne nouă, patimă nebună și nerușinată, cine este tatăl tău, cum se numește mama ta, care sunt fiii tăi, cine ți se împotrivese și cine te nimicește cu totul?* Și mânia răspunde: *Tatăl meu este*

îngâmfarea – adică mândria, de obicei mânia e legată cu mândria (Sfântul Marcu Ascetul, în scrierea sa „Epistola către Nicolae Monahul” pe care o găsim în *Filocalie* în volumul I, spune: „Copacul mâniei este udat la rădăcină cu apa puturoasă a mândriei”); deci totdeauna între mândrie și mânie este o legătură; bineînțeles că poate să aibă și alte pricini mânia, o să vedem îndată ce mai spune Sfântul Ioan Scărarul: zice – *și mame am mai multe: iubirea de avere, iubirea de plăcere, uneori patima desfrânării și alteori*



patima îmbuibării”.

Trebuie să ne fie rușine când suntem porniți spre mânie. În vremea noastră se folosește o expresie care vrea să îndulcească lucrurile, și anume, nu se spune despre cineva că e rău sau mâniaș, ci de obicei se spune că-i nervos. Să știți că cei vechi nu știau de nervozitate, ci știau numai de mânie și de răutate.

(Arhimandritul Teofil Părăian, *Veniți de luați bucurie*)

RUBRICA DE SĂNĂTATE

De ce sunt bune ouăle de prepeliță?



Fără a fi nici pe departe un mit, ouăle de prepeliță sunt într-adevar primele pe lista de recomandări pentru persoanele care vor să ducă o viață sănătoasă întrucât sunt lipsite de colesterol, asigurând și o energie mare.

Având aceste proprietăți ouăle de prepeliță pot ajuta la recuperarea organismului după o perioadă de stres sau de epuizare fizică, fiind utilizate și pentru îngrijirea tenului și a părului (prevenind căderea acestuia). De asemenea, medicina tradițională recomandă aceste ouă și pentru cei care suferă de boli respiratorii, digestive, hepatice, circulatorii, de rinichi sau ale sistemului nervos. Sunt indicate și persoanelor care au un metabolism

dereglat.

Ouăle se consumă crude, de preferat dimineața. Puteți adăuga o linguriță de miere la acestea pentru a face gustul mai plăcut și pentru a vă asigura un surplus de energie. Se pot consuma până la 3 ouă pe zi, ceea ce v-ar putea asigura necesarul de energie până după-amiaza, simțindu-vă sătuli doar cu consumul acestora. Astfel scade riscul de a mânca peste măsură. Ceea ce este interesant, este ca nu există contraindicații, fiind recomandat tuturor indiferent de afecțiunile de care suferă.

Cât privește conținutul de valori nutritive, un ou de prepeliță conține de 5 ori mai multă vitamina B2 decât un ou de găină. De asemenea același raport este valabil și în cazul fosforului. În cazul vitaminei B1, aceasta are de 6 ori mai multă decât oul de găină, și de 7 ori mai mult fier și potasiu. Totodată conține vitamina A și vitamina E.

Pentru a te bucura de toate efectele benefice ale acestui aliment, este bine să renunți la alcool. Acesta poate reduce efectele terapeutice, stresul fiind mai greu de îndepărtat.

De asemenea, putem afirma că este singurul ou dietetic. Conținutul său de proteine, glucide nedăunătoare pentru diabetici, lipide și lécitine, vitamine, săruri minerale, aminoacizi esențiali și factori antialergici îl fac într-adevăr un produs benefic pentru toate persoanele, indiferent de motivul pentru care acestea au hotărât să apeleze la un astfel de dietă. Mai mult, în funcție de nevoile fiecăruia, există tipuri de diete speciale a căror bază este oul de prepeliță.

Rubrică realizată de **ECOAGRIS, A concept store by BIOMA**



ECOAGRIS
A concept store by BIOMA

CATALOG GENERAL

			
			
ALIMENTE BIO ȘI NATURALE		DETERGENȚI ECOLOGICI	

Detalii și comenzi: 0741 749 229, office.bioma@gmail.com

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

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

Sărbătorii săptămânii

*Zile de naștere:

1 noiembrie: Ștefan Leică

3 noiembrie: Cristina Cudalb

4 noiembrie: Viorel Scripcariu

6 noiembrie: Mihai-Bogdan Trandafirescu, Ana Maria Holicov

*Zile onomastice:

Sfinții Cosma și Damian – patronii spirituali ai medicilor

În fiecare an, pe *1 noiembrie*, Biserica Ortodoxa îi cinstește pe Sfinții Doctori fără de arginți Cosma și Damian, considerați patronii medicinei și farmaciei și ocrotitorii medicilor, chirurgilor și farmacistilor.

În anul 586, Sfântul Grigorie de Tours, amintește în cartea sa – *Întru slava mărturisitorilor* – că „cei doi frați Cosma și Damian, medici de profesie, după ce au devenit creștini, vindeau infirmitățile bolnavilor doar prin meritul virtuților lor și intervenția rugăciunilor. Încoronați de suferință, au fost reuniți în ceruri și au săvârșit, pentru compatrioții lor, nenumărate minuni. Căci, dacă venea vreun bolnav, plin de credință, să se roage la mormântul lor, de îndată se și vindeca. Mulți mărturisesc de asemenea că acești sfinți apar în vedenii bolnavilor, le indică ce trebuie făcut; și, dacă bolnavii au îndeplinit întru totul ce li s-a spus, se găsesc vindecați. În privința acestor sfinți am auzit multe lucruri, încât ar lua foarte mult timp să le povestesc: cred că ceea ce am spus până acum poate fi suficient”.

La mulți ani tuturor sărbătoriiilor săptămânii, tuturor medicilor, farmaciștilor, fitoterapeuților, precum și celor care poartă numele de: Cosmina, Damiana, Cosmin, Cosma, Damian și alte derivate !

Program liturgic și duhovnicesc în această săptămână

* Duminică, 1 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sf. Liturghie

● **18:00** Slujba Paraclisului Maicii Domnului

* Luni, 2 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sf. Liturghie

* Marți, 3 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sf. Liturghie

● **18:00** Acatistul Sfintei Ecaterina

* Miercuri, 4 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sf. Liturghie

* Joi, 5 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sf. Liturghie

* Vineri, 6 noiembrie

● **08:00** Utrenia și Sfânta Liturghie

● **18:00** Slujba Sfântului Maslu

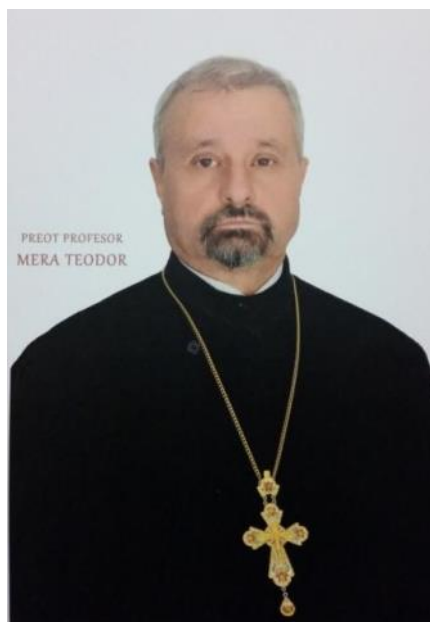
* Sâmbătă, 7 noiembrie, Moșii de toamnă

● **8:00** Utrenia și Sfânta Liturghie

● **18:00** Slujba Vecerniei

A trecut la Domnul Părintele Teodor Mera

Biserica ieșeană „Sfinții Teodori” a fost neîncăpătoare *marți, 27 octombrie*, atât în timpul Sfintei Liturghii, cât și de la ora 13.00. La fel ca și în timpul vieții, părintele Teodor Mera a adunat în jurul său un număr impresionant de credincioși, dar și



de preoți slujitori – colegi, prieteni, împreună-lucrători pentru Hristos, care s-au rugat pentru sufletul său. Slujba înmormântării a fost condusă de Preasfințitul Ignatie Mureșanul, Arhiepiscop-vicar al Episcopiei Ortodoxe Române din Spania și Portugalia. Tristețea și lumina și-au dat mâna, iar rugăciunile s-au rostit într-un singur glas

Din parohia „Sfinții Teodori”, familie, preoți și credincioși s-au îndreptat apoi spre cimitirul „Biseriței dintre vii”, așa cum este cunoscută Mănăstirea Podgorie Copou. După 45 de ani de slujire preotească, părintele Teodor s-a mutat la cele veșnice – dar va continua să trăiască prin oamenii și prin lucrările în care a sădit, neîncetat, suflet din sufletul său.

Sursa: Doxologia.ro