



THE ROMANIAN ORTHODOX METROPOLIA OF THE AMERICAS

**SAINT NICHOLAS**

ROMANIAN ORTHODOX CHURCH

WOODSIDE, NEW YORK

45-03 48th Ave.  
Woodside, NY 11377

tel: (718)784-4453  
cell: (917)592-2571



**PROGRAMUL LITURGIC IN PERIOADA 15 - 31 MARTIE**

Luni 15 MARTIE:

**Pavecernița Mare și Canonul Sf. Andrei Criteanu** ..... 6.00 PM

Marti 16 MARTIE:

**Pavecernița Mare și Canonul Sf. Andrei Criteanu** ..... 6.00 PM

Miercuri 17 MARTIE:

**Pavecernița Mare și Canonul Sf. Andrei Criteanu** .... 6.00 PM

Joi 18 MARTIE:

**Pavecernița Mare și Canonul Sf. Andrei Criteanu** ..... 6.00 PM

Vineri 19 MARTIE:

**Sfântul Maslu și Moliftele Sf. Vasile cel Mare** ..... 6.00 PM

Sâmbătă 20 MARTIE:

**Sfânta Liturghie și Parastas** ..... 9.00 AM

**Vecernie** ..... 6.00 PM

Duminică 21 MARTIE: **DUMINICA ORTODOXIEI**

**Utenie și Sfânta Liturghie** ..... 7.30 AM

Miercuri 24 MARTIE:

**Pavecernita Mare** ..... 6.00 PM

Joi 25 MARTIE: **BUNA VESTIRE**

**Utenie și Sfânta Liturghie** ..... 7.30 AM

Vineri 26 MARTIE:

**Liturghia Darurilor mai Înainte Sfințite** ..... 6.00 PM

Sâmbătă 27 MARTIE:

**Sfânta Liturghie și Parastas** ..... 9.00 AM

**Vecernie** ..... 6.00 PM

Duminică 28 MARTIE: **DUMINICA SF. GRIGORIE PALAMA**

**Utenie și Sfânta Liturghie** ..... 7.30 AM

Pretot Paroh: Marius Dumitrescu - 917 592 2571



## Predică la Duminica Izgonirii lui Adam din Rai - a lăsatului sec de brânză - Sfântul Ioan Gură de Aur

**F**ost-a cuvântul Domnului către Iona: „Scoală-te și mergi la Ninive, cetatea cea mare” (Iona I, 1-2). Dar ce trebuia el să vestească acolo? El trebuia să strige: „Încă trei zile și Ninive se va prăpădi” (Iona 3, 4). Dar pentru ce, o Dumnezeule, poruncești să se vestească mai înainte nenorocirea pe care voiești să o trimiți? Răspunsul lui Dumnezeu este: „Tocmai ca să nu faci ceea ce am poruncit să se vestească”. Pentru aceea Dumnezeu ne-a amenințat și cu iadul, pentru ca să nu ne arunce în iad.

El zice către noi cam așa: „Teme-te de cuvintele Mele și nu vei tremura de faptele Mele”. Insa pentru ce oare hotărăște El un termen așa de scurt de iertare? Pentru ca tu să cunoști fapta cea

bună a ninivitenilor, care în așa de puține zile s-au pocăit de așa de multe păcate și le-au stăruit. Totodată, trebuie să te minunezi de îndurarea lui Dumnezeu, careia i-a fost de ajuns o pocăință atât de scurtă pentru atât de multe păcate; de aceea tu nu trebuie să cazi în deznădejdie, macar de ai fi săvârșit mii de păcate. Precum un om lenes și delăsător, care, deși are timp de pocăință, totuși nu săvârșește nimic însemnat, ci din usurătatea minții, întârzie de a se împăca cu Dumnezeu; pe când dimpotrivă, cel râvnitor și dispus la pocăință, în timp scurt poate face îndestulare pentru păcatele multor ani.

Nu s-a lepădat oare Petru de Domnul de trei ori? Și a treia oară n-a făcut el oare aceasta cu jurământ? Nu s-a temut el oare de vorbele unei slujnice nebagată în seamă? Și ce? Avut-a el oare trebuința de mulți ani spre a se pocăi? Nicidecum, ci într-o noapte a căzut și iarăși s-a ridicat, într-o noapte s-a îmbolnavit și iarăși s-a însănătoșit. Dar cum s-a făcut aceasta? El a plâns și s-a văit și nu în chip obișnuit, ci plin de răvnă și de seriozitate. De aceea Evanghelistul nu zice numai: „a plâns”, ci: „a plâns cu amar” (Mt. 26, 75). Insa cât de mare a fost puterea acestor lacrimi, cuvintele nu o pot spune; dar urmarea lucrului arată aceasta. Adică, după aceea cadere grea - și ce cadere în păcat putea fi mai cumplită decât lepădarea de Domnul? Hristos iarăși a așezat pe Petru în vrednicia sa cea de mai înainte și iarăși i-a dat dregătoria întăietății în Biserică și ceea ce este mai mult, el ne spune că dragostea lui Petru este mai mare decât a tuturor celorlalți Apostoli, când îl întreaba: „Petre, Ma iubești tu mai mult decât aceștia?” (In. 21, 15).

Poate tu vei zice că pe niniviteni de aceea i-a iertat Dumnezeu așa de ușor, căci ei nu erau învățați în religia cea adevărată, după cum zice Sfânta Scriptură: „Sluga care nu a știut voia Domnului sau și a făcut cele vrednice de bătăi, se va bate puțin” (Lc. 12, 48). Pentru că tu să nu pui aceasta împotriva, ți-am adus caderea Sfântului Petru, care, desigur, cunoștea cu desăvârșire voia Domnului, însă iată că el, macar că a păcătuit, ba încă a săvârșit cel mai mare păcat, totuși a dobândit din nou cea mai mare încredere. De aceea, nu deznădejdui nici tu pentru păcatele tale. Mai rău decât însuși păcatul este împietrirea în păcat; și încă și mai rău este, la cadere, când cineva nu se scoală iarăși. Aceasta o deplânge Sfântul Apostol Pavel mai mult și o socotește mai vrednică de tânguire, când scrie Corintenilor: „Ma tem că nu cumva, venind iarăși, să mă smerească Dumnezeu meu la voi și



sa plang pe multi care au pacatuit mai inainte si nu s-au pocait de necuratia, de desfranarea si de necumpatarea pe care le-au facut”

Dar care timp ar putea fi mai potrivit pentru pocainta decat tocmai timpul postului? Dar sa ne intoarcem la istoria profetului Iona. Dupa ce a auzit el aceste cuvinte ale Domnului, s-a sculat si s-a dus la lope, „spre a fugi de la fata Domnului la Tharsis” (Iona I, 3). O, omule, unde voiesti sa fugi? Nu stii tu oare, ce zice Psalmistul: „Unde ma voi duce de la duhul Tau si de la fata Ta unde voi fugi?” (Ps. 138, 7). Poate undeva pe pamant?

Insa „al Domnului este pamantul si plinirea lui” (Ps. 23, 1). Sau in lumea cea dedesubt? Dar „de ma voi pogori si acolo - zice Psalmistul -Tu de fata esti” (Ps. 138, 8). Sau in cer? Insa „de ma voi sui in cer, Tu acolo esti” (loc. cit.). Sau poate cumva in mare? „Dar si acolo mana ta ma va apuca”, zice Sfanta Scriptura (ibidem, 10), precum tocmai s-a intamplat lui Iona. Cu toate acestea, pacatul are acea insusire ca umple sufletul nostru de multa nebunie. Adica, precum cei ametiti si beti nebuneste si fara prevedere sovaiesc in toate partile, chiar si cand in apropierea lor ar fi o bezna sau o prapastie adanca, sau altceva asemanator, in care ar putea sa se rostogoleasca, tot asa se li intampla si pacatosilor, imbatati, ca de vin, de pofta de a savarsi pacatul, ei sovaiesc in toate partile, nu stiu ce fac si nu vad nici primejdia cea de fata, nici pe cea viitoare. Pentru ce, spune-mi, Iona, pentru ce vrei tu sa fugi de Domnul?

Rabda putin si cu fapta te vei incredinta ca nu poti sa fugi la mare, care si ea este o sluga a lui Dumnezeu. Deci, abia s-a suit Iona in corabie, ca marea a inaltat valurile sale si a aruncat undele sale pana la cer. Marea a facut ca robul cel credincios, care intalnind pe un alt rob care a pradat pe stapanul sau, nu-1 pierde din vedere si impiedica pe oricine ar voi sa-1 ia, pana ce robul cel necredincios nu s-a intors indarat, indata ce ea a intampinat si a cunoscut un alt rob necredincios, pricinuieste mii de greutati corabierilor care 1-au primit, mugeste si macar ca nu face chiar judecata, totusi ameninta a inghiti corabia impreuna cu oamenii, daca nu se va preda robul cel necredincios.

Deci, ce au facut corabierii in acea furtuna? Au aruncat proviziile din corabie (Iona I, 5). Corabia insa nu s-a usurat, caci povara cea mai grea ramasese in ea, adica profetul cel pacatos; atat de greu nu prin trupul sau, ci prin pacat. Caci nimica nu este asa de greu si apasator ca pacatul; de aceea, profetul Zaharia l-a infatisat sub icoana unui bulgare de plumb (Zah. 5, 7); iar David

descrie firea pacatului prin cuvintele: „Pacatele mele au covarsit capul meu, ca o sarcina grea s-au ingreuiat peste mine” (Ps.37, 5)

Si Hristos a strigat catre cei ce au trait cu multe pacate: „Veniti catre Mine toti cei osteniti si impovarati si Eu va voi odihni” (Mt. 11, 28). Asadar, pacatul lui Iona a ingreunat corabia si o ameninta cu pieirea. Intre acestea, Iona zacea dedesubt in corabie si dormea. Somnul, desi era greu, nu era placut, ci trist; era un somn in care el cazuse nu din nepasarea de primejdie, ci din melancolie. Adica, robii care nu s-au inrautatit, pricep indata ca au gresit. Asa a fost si cu Iona. Dupa ce a savarsit pacatul, el indata a cunoscut marimea greselii sale. Asa este firea pacatului. Odata pacatul nascut, el pricinuieste sufletului, ce l-a nascut, nenumarate dureri. Se intampla cu totul altfel decat la nasterea cea fireasca. Odata ce femeia a nascut, vaietele ei inceteaza.

Dimpotriva, pacatul tocmai dupa nasterea sa chinuieste mai mult sufletul din care s-a nascut. Deci, ce face carmaciul corabiei? „A venit la Iona si i-a zis: „Scoala-te si roaga pe Dumnezeuul tau” (Iona 1,6). Asadar, el stia din experienta ca aceea nu era o furtuna obisnuita, ci era trimisa de Dumnezeu, impotriva careia nu ajunge mestesugul oamenilor si mana carmaciului nimica nu ispraveste. El a vazut ca in cazul de fata avea trebuinta de un alt carmaci mai puternic, adica de acela care carmuiește toata lumea, de ajutorul cel ceresc. De aceea, corabierii au parasit carma si odgoanele si toate celelalte si au ridicat mainile lor la cer, spre a chema pe Dumnezeu in ajutor. Si cand aceasta n-a folosit la nimic, atunci ei, zice Sfanta Scriptura au aruncat sorti, iar sortii au descoperit pe cel vinovat (Iona I, 7). Insa ei nu 1-au aruncat indata in mare, ci 1-au tinut in mijlocul furtunii si al freamatului, ca si cum ar fi fost liniste, au format judecata in corabie, ca el sa vorbeasca pentru sine si sa se apere si totul s-a cercetat cu asa amanuntime ca si cum ei ar fi trebuit sa dea cuiva socoteala despre hotararea lor de judecata.

Asculta numai cum totul seamana a fi cercetat judecatoreste: „Spune noua ce este lucrul tau si de unde vii si incotro mergi si din ce tara si din ce popor esti tu?” (Iona I, 8). Marea cea mugitoare 1-a parat, soarta 1-a aflat si a marturisit contra lui, ei totusi nu au rostit indata hotararea de osanda asupra lui, ci au urmat ca la o curte de judecata, unde, cu toate ca sunt de fata paratii, martorii si dovezile, totusi osanda mortii nu se rosteste, pana ce paratul insusi nu marturisește nelegiuirea sa.

Asa au facut si corabierii aceia. Macar ca erau oameni neinvatati si nestiutori, ei totusi au urmat obiceiul judecatoriei, si

inca intr-o astfel de mugire si invaluire a mării, incat ei abia puteau rasufla. De unde oare, iubitorilor, venea aceasta putere atat de prevazatoare impotriva profetului? Ea venea de la pronia si de la intelepciunea lui Dumnezeu.

Adica Dumnezeu a ingaduit acestea, ca sa aduca aminte profetului ca el trebuie sa fie bland si iubitor de oameni. Aceasta era ca si cum ar fi strigat catre dansul si i-ar fi zis: „Urmeaza acestor corabieri, acestor oameni altminteri neinvatati. Ei nu socotesc lucru mic o singura viata, se poarta nu fara crutare chiar si cu o singura persoana; tu, dimpotriva, ai expus la primejdia pieirii o cetate intreaga, cu atat de multe mii de locuitori. Ei, macar ca au descoperit pe pricinuitorul rautatii izbucnite asupra lor, totusi, nu s-au napustit asupra lui cu judecata osandirii; tu insa, macar ca nu ai parat pe nimeni dintre ninivetenii, totusi ii arunci in nenorocire si in pierdere. Eu ti-am poruncit sa te duci la dansii si prin predicarea ta sa-i chemi la mantuire; tu insa n-ai ascultat; dimpotriva, acesti corabieri, fara a le cere cineva, fac totul ca sa te scape; de pedeapsa pe tine, cel vinovat. Adica, cu toate ca marea s-a infatisat ca paras al profetului si sortii au marturisit contra lui si el insusi a recunoscut si a marturisit fuga sa, cu toate acestea ei nu s-au grabit a-1 pierde, ci s-au oprit, au cercat si au facut totul ca, la o asemenea vadita vinovatie, de va fi cu putinta, sa nu-1 predea mării, insa marea, sau mai bine Dumnezeu, n-a ingaduit aceasta, voind, atat prin corabieri, cat si printr-un monstru din mare, sa aduca pe profet la o cale mai buna. Deci, cand ei au auzit pe Iona zicand: „Luati-ma si ma aruncati in mare si se va alina marea asupra voastra” (Iona I, 12), ei n-au voit sa faca aceasta, ci au carmit spre tarm; valorile insa i-au impiedicat.

Tu pana acum ai judecat pe profet pentru fuga lui; asculta-l acum cum graieste in pantecele chitului de mare si cum marturiseste nedreptatea sa. Acolo, adica in fuga, el a gresit ca un om de rand, iar aici s-a aratat ca un profet.

Asadar, marea l-a luat si l-a inchis in pantecele unui monstru, ca intr-o temnita. El nu s-a nimicit nici de valorile cele infricosate, nici de monstrul cel inca si mai infricosat care l-a inghitit; ba mai mult, acesta din urma l-a mantuit si l-a dus la Ninive; iar el s-a dus apoi acolo si a vestit hotararea Domnului pentru pierderea cetatii. Ninivetenii au auzit aceasta, au crezut cuvintele lui, nu le-au nesocotit, ci s-au grabit indata la post, barbati si femei si robi si stapani, capetenii si supusi, copii si batrani; ba chiar nici animalele cele fara de minte n-au fost scutite de pazirea

acestei datorii. Pretutindeni se vedeau haine de pocainta, pretutindeni cenusa, pretutindeni lacrimi si suspine, insusi imparatul s-a pogorat de pe tron, a depus coroana sa si s-a imbracat in vestmant de pocainta; si cu chipul acesta ei au mantuit cetatea de pieire. Aici s-a putut vedea ceva rar, adica porfira stand indarat, in dosul hainei celei de pocainta. Ceea ce n-a putut porfira, a ispravit vestmantul cel de pocainta, iar ce n-a putut coroana, a putut cenusa. Asadar, vezi cat de adevarat este ceea ce zic eu, ca cineva nu trebuie sa se teama de post, ci sa se teama de viata cea desfatata, de lacomie si de imbuire, indoparea si imbuirea au zguduit cetatea Ninivei si au dus-o aproape de pieire. Postul insa iarasi a intarit cetatea.

Cu postul a intrat Daniil in groapa leilor, umbland printre fiarele acelea grozave ca printre niste oi. Cu postul au intrat cei trei tineri in cuptorul cel infocat din Babilon, mult timp petrecand in flacara. Iata rodirile cele marite ale postului!

Dar vei zice, poate: postul slabeste trupul. Dar asculta ce invata Sfanta Scriptura: „Chiar daca omul nostru cel din afara se trece, cel dinlauntru insa se innoieste din zi in zi” (II Cor. 4, 16).

Afara de aceasta, daca vei cumpani lucrul mai cu deamanuntul, vei afla ca postul este chiar folositor sanatatii, intreaba pe doctori si ei cumpatarea si infranarea o vor numi mama a sanatatii, pe cand din imbuire si din viata cea desfatata provin mii de boli. Acestea sunt niste lucruri otravite, care ies dintr-un izvor otravit si vatama atat sanatatea trupului, cat si a sufletului. Asadar, sa nu ne infricosam de post, care ne libereaza de nenumarate rautati. Eu zic aceasta nu fara temei, ci pentru ca stiu ca unii se tem de post, ca de un tiran cumplit, astfel ca ei insisi se vatama pe sine, prin imbuire si necumpatare.

Eu, deci, va indemn sa nu pierdeti prin desfatata si betie folosul adus de post. Cand cineva, pentru stricarea de stomac, trebuie sa ia doctorie, dar mai intai isi incarca stomacul cu mancari nesanatoase, atunci el, desi simte amaraciunea doctoriei, nu are de la ea nici un folos. Tocmai asa se intampla cu tine, cand inainte de a incepe postul, mai intai te umpli cu mancare si cu bautura, ca apoi a doua zi sa primesti doctoria postului. Tu simti atunci numai neplacerea, dar n-ai nici un folos de la dansa, fiind luata toata puterea doctoriei, prin necumpatarea cea savarsita de tine.

Cand tu insa vei lua doctoria postului cu cumpatare trupeasca si cu trezvie sufleteasca, ea va putea curati multe din pacatele tale cele vechi. Asadar, sa nu intram in post beti si ametiti,

nici sa nu trecem de la post iarasi la betie, ca sa nu se intample cu noi ceea ce se intampla cu un trup slab, care, impins fiind mai tare, cade. Acelasi lucru se intampla sufletului nostru, daca el la inceputul si la sfarsitul postului se invecste de norul necumpatariei si al betiei. Aceia care se lupta cu fiarele cele salbatice pazesc si invecste in tot chipul cu putinta membrele cele de capetenie. Asemenea fac acum multi oameni in fata postului. Ei privesc postul ca pe o fiar salbatica, cu care trebuie sa se lupte si deci se inarmeaza cu imbuibarea, se invecste cu lacomia si cu imbuibarea si asa asteapta venirea postului, care totusi nu este salbatic si infricosat, ci infatisarea lui este blanda si lina.

Daca intreb pe vreunul: „De ce te imbeti tu astazi?“, el zice: „Pentru ca maine am sa incep postul“, insa spuneti, nu este aceasta oare o nebunie infricosata, de a voi sa inceapa cu suflet necurat aceasta marita indeletnicire cu fapta cea buna?

Am mai avea multe de zis, dar pentru cei intelegatori este destul aceasta, de vor voi sa faca indreptare vietii lor. Fie ca noi, prin postul nostru, sa ne facem vrednici de imparatia cerului, pe care sa ne-o dea harul si iubirea de oameni a Domnului nostru Iisus Hristos, caruia impreuna cu Tatal si cu Duhul Sfânt se cuvine marirea, acum si in vecii vecilor! Amin

*Duminica iertarii*

*anunta*

*Postul Sfantelor Pasti*



Duminica din 14 martie, ziua care precede intrarea in Postul Sfantelor Pasti, este numita Duminica izgonirii lui Adam din rai, dar si Duminica iertarii. Sfintii Parinti i-au dat acestei duminici si acest nume, pentru a ne arata ca nimeni nu poate intra in post daca nu este in pace cu semenii. Dumnezeu nu poate fi trait de cel ce este in cearta cu aproapele. Caci El fiind iubire, este si iertare. Asa ca numai cel ce iarta se poate impartasi de aceasta iubire dumnezeiasca. Si pe cat de mult iarta, pe atat de mult se impartaseste de Dumnezeu.

Este un aspect pe care noi il neglijam de multe ori atunci cand vine vorba de iertare. Daca am facut cuiva rau, ne spunem ca este de ajuns sa-I

cerem lui Dumnezeu iertare pentru fapta savarsita. Insa, Dumnezeu ne cere mai mult. Doreste sa mergem sa ne cerem iertare de la cei pe care i-am ranit prin cuvintele si faptele noastre si sa dam iertare tuturor celor ce o cer de la noi. Si ne cheama spre acest lucru, pentru ca ne vrea sa fim iubiti si de semeni.

Nu-i deloc usor sa renunti la dispretul fata de altii, acordand iertare, dar mai greu e sa te dai jos de pe aparenta superioritate si sa ceri iertare. Cel care a indeplinit aceste cereri, si-a pregatit inima sa-L primeasca pe Hristos.

### **Randuiala practicii liturgice a iertarii**

In aceasta duminica exista o slujba unica, care din nefericire lipseste din multe biserici, ea fiind intalnita mai mult in manastiri. La aceasta slujba, slujitorii sunt imbracati in vesminte luminoase, dar dupa oficierea Vecerniei, aceste vesminte nu vor mai fi imbracate pe toata durata postului.

In parohii, dupa oficierea Vecerniei, preotii, cu epitrahilul pus si sfanta cruce in mana, se pleaca in fata credinciosilor, cerandu-si iertare. Credinciosii se pleaca in fata preotilor, isi cer si ei iertare, apoi saruta crucea si mana dreapta a preotului. Dupa aceea se imbratiseaza intre ei, cerandu-si unul altuia iertare. In acesta vreme, se canta la strana Canonul Sfantelor Pasti.

In Muntele Athos, dupa Vecernie se intra in trapeza in procesiune, si se lasa sec de branza si oua, alimente care nu se vor mai consuma in vremea postului. In timpul mesei, se citeste un cuvânt despre izgonirea lui Adam din rai sau un cuvânt de indemn la post. La finalul mesei, monahii canta catavasiile canonului Acatistului, troparele hramului, incheind cu condacul Acatistului. Dupa rugaciunile de multumire, ramane o singura lumanare aprinsa pentru a se citi Pavecernita Mica. La sfarsitul ei, obstea ingenuncheaza si egumenul citeste o rugaciune de dezlegare. Egumenul, purtand epitrahilul si Evanghelia in mana dreapta, se opreste la usa spre a-si cere iertare de la ceilalti frati. Monahii fac o metanie inaintea lui, saruta Evanghelia si mana dreapta a acestuia, apoi fac unii catre altii metanii, cerandu-si iertare si isi ureaza "Post bun". Dupa ce si-au daruit unii altora iertare, se sting candelile si fiecare merge la chilia sa.

Sa luam aminte neincetat in acest post la cuvintele Mantuitorului: "Ca de veti ierta oamenilor greselile lor, ierta-va si voua Tatal Cel ceresc; Iar de nu veti ierta oamenilor greselile lor, nici Tatal vostru nu va va ierta greselile voastre" (Matei 6, 14-15).

**Adrian Cocosila**

# Talcuire la rugaciunea Sfantului Efrem Sirul



– Dintre toate cantarile si rugaciunile din timpul Postului, o singura scurta rugaciune poate fi considerata rugaciunea specifica a acestuia. Traditia o atribuie unui mare invatator al vietii duhovnicesti - Sfantul Efrem Sirul:

*"Doamne si Stapanul vietii mele, duhul trandaviei, al grijii de multe, al iubirii de stapanire si al grairii in desert nu mi-l da mie. Iar duhul curatiei, al gandului smerit, al rabdarii si al dragostei, daruieste-l mie, robului Tau. Osa Doamne, imparate, daruieste-mi ca sa-mi vad gresalele mele si sa nu osandesc pe fratele meu, ca binecurantat esti in vecii vecilor. Amin."*

Aceasta rugaciune este citita de doua ori la sfarsitul fiecarei slujbe din timpul Postului Mare, de Luni pana Vineri (nu si Sambetele si Duminicile), caci, slujbele acestor zile nu urmeaza celor savarsite de obicei in timpul Postului Mare.

La prima citire o metanie urmeaza fiecarei cereri. Apoi facem cu totii douasprezece inchinaciuni, spunand: "Dumnezeule, curateste-ma pe mine pacatosul!" intreaga rugaciune este repetata cu o singura metanie la sfarsit. De ce ocupa un loc asa de important aceasta scurta si simpla rugaciune in slujbele de Post?

Pentru ca recapituleaza intr-un mod unic toate elementele pozitive si negative ale pocaintei si constituie, sa spunem asa, o "verificare" pentru ostenele noastre personale de-a lungul Postului. Acestea au ca scop mai intai eliberarea noastra de cateva boli duhovnicesti fundamentale, ce ne modeleaza viata si fac practic imposibila chiar incercarea de a ne intoarce noi insine catre Dumnezeu. Boala fundamentala este duhul trandaviei. Este acea lenevire si pasivitate a intregii noastre fiinte, care intotdeauna ne impinge mai degraba "in jos" decat "in sus" - care incearca mereu sa ne convinga ca nici o schimbare nu este posibila si, deci, nu este nici de dorit. De fapt, este vorba de un cinism inradacinat, care la orice schimbare duhovniceasca raspunde "pentru ce?" si face din viata noastra o teribila risipire sufleteasca. Este cauza tuturor pacatelor pentru ca otraveste energia duhovniceasca de la insusi izvorul sau.

Rodul trandaviei este grija de multe. Este acea stare de deznadejde pe care toti Sfintii Parinti au considerat-o cea mai mare primejdie pentru suflet. Deznadejdea este imposibilitatea pentru om de a vedea ceva bun sau pozitiv; este reducerea la negativism si pesimism a tot ceea ce exista. Aceasta este, cu adevarat, o forta demonica in noi, pentru ca fundamental



Satana este un inselator. El il insala pe om asupra lui Dumnezeu si a lumii; el ne umple viata cu intuneric si nihilism. Deznadejdea este sinuciderea sufletului, pentru ca atunci cand omul este cuprins de ea devine incapabil sa vada lumina si sa o doreasca. Iubirea de stapanire] Desi pare bizar, trandavia si deznadejdea sunt tocmai cele ce ne umplu viata cu iubirea de stapanire. Pangarind intreaga noastra atitudine catre viata, lipsind-o de sens si plinatate, ele ne silesc sa cautam compensatie intr-o atitudine total gresita fata de alte persoane. Daca viata mea nu este indreptata catre Dumnezeu, nu aspira la valorile eterne, inevitabil va deveni egoista si egocentrica, iar aceasta inseamna ca toti cei din jurul meu vor deveni mijloacele proprii mele satisfaceri de sine.

Daca Dumnezeu nu este Domnul si Stapanul vietii mele, atunci eu voi deveni propriul meu domn si stapan, centrul absolut al propriei mele vietii, si incep sa evaluez totul tinand cont de nevoile mele, de ideile mele, de dorintele mele si de judecatile mele. Iubirea de stapanire este astfel o degenerare fundamentala a relatiei mele cu ceilalti, o incercare de subordonare a lor fata de mine. Aceasta pornire nu se exprima neaparat prin a comanda sau a domina pe "altii". Se poate exprima la fel de bine prin indiferenta, dispret, lipsa de interes, de consideratie, de respect. Este, intr-adevar, lenevire si deznadejde indreptate, de aceasta data, catre ceilalti; sinuciderea duhovniceasca se completeaza astfel cu crima duhovniceasca.

Si, in final, grairea in desert. Dintre toate fiintele create de Dumnezeu, omul singur a fost inzestrat cu darul vorbirii. Toti Sfintii Parinti vad in aceasta adevarata "pecete" a Chipului Divin in om, pentru ca Dumnezeu insusi se descopera ca si Cuvant (Ioan, 1,1). Dar, fiind darul suprem, este prin acelasi simbolism supremul pericol. Fiind adevarata expresie a omului, mijlocul realizarii de sine este din acest punct de vedere si cauza a caderii sale si a distrugerii de sine, a tradarii si a pacatului. Cuvantul mantuie si cuvantul ucide; cuvantul inspira si cuvantul otraveste. Cuvantul este modul de exprimare al Adevarului, dar si al inselarii demonice.

Avand o putere pozitiva fundamentala, el are astfel, totusi, si o imensa putere negativa. Cu adevarat el zideste pozitiv sau negativ. Atunci cand este deviat de la originea si scopul sau dumnezeiesc, cuvantul devine desertaciune. El impinge spre trandavie, deznadejde si iubirea de stapanire si transforma viata in iad. El devine adevarata putere a pacatului.

Acestea patru sunt astfel "obiectivele" negative ale pocaintei. Ele constituie obstacolele ce trebuie indepartate. Dar Dumnezeu singur le poate indeparta. Iata deci prima parte a rugaciunii Sfantului Efrem Sirul - aceasta plangere din adancul neputintei omenesti. Apoi rugaciunea se indreapta catre telurile pozitive ale pocaintei care, de asemenea, sunt patru.

Curatia. Daca nu se reduce sensul acestui termen, asa cum adesea si eronat se face, numai la conotatiile sale sexuale, este inteles ca omologul

pozitiv al trandaviei. Traducerea precisa si totala a termenului grecesc sofrosini si a termenului rusesc tselomudryie trebuie sa fie plinatatea intelepciunii, dreapta socotinta. Trandavia este, intai de toate, risipire, distrugerea vederii si energiei noastre, incapacitatea de a vedea intregul. Atunci opusul sau este tocmai plinatatea. Daca de obicei intelegem prin curatie virtutea opusa depravarii sexuale, aceasta se intampla datorita caracterului deczut al existentei noastre, care nu se manifesta niciunde mai bine decat in placerea sexuala - indepartarea trupului de la viata adevarata si de la stapanirea duhului asupra sa. Hristos a refacut plinatatea in noi. Si aceasta a realizat-o prin refacerea adevaratei scari de valori, prin calauzirea noastra inapoi catre Dumnezeu. Primul si minunatul rod al acestei plinatati sau curatii este smerenia. Am vorbit deja despre ea. Ea este mai presus de toate biruinta adevarului in noi, indepartarea tuturor minciunilor in care de obicei traim. Numai smerenia poate fi capabila de adevar, de a vedea si de a primi lucrurile asa cum sunt si, astfel, de a vedea maretia, bunatatea si iubirea lui Dumnezeu in orice. De aceea se spune ca Dumnezeu revarsa harul Sau peste cei smeriti iar celor mandri le sta impotriva.

Curatia si smerenia sunt firesc urmate de rabdare. Omul "natural" sau "cazut" este nerabdator, pentru ca nevazandu-se pe sine se grabeste sa judece si sa condamne pe ceilalti. Avand, asadar, o cunoastere eronata, incompleta si pervertita a tot ceea ce il inconjoara, masoara toate acestea prin prisma gusturilor si conceptiilor sale. Fiind indiferent cu oricine in afara de sine, doreste ca viata sa fie incununata cu succes aici si acum.

Rabdarea, totusi, este cu adevarat o virtute divina. Dumnezeu este rabdator nu pentru ca este "iertator" ci pentru ca El sesizeaza adancimea celor ce exista, pentru ca realitatea intima a lucrurilor, pe care noi in orbirea noastra nu o mai vedem, este deschisa catre El. Cu cat ne apropiem mai mult de Dumnezeu, cu cat devenim mai rabdatori, cu atat reflectam mai mult acel infinit respect fata de toate fiintele care reprezinta insusirea specifica a lui Dumnezeu. In cele din urma, cununa si rodul tuturor virtutilor, ale tuturor cresterilor si ostanelilor duhovnicesti este dragostea - acea dragoste care, asa cum am spus, poate fi daruita numai de Dumnezeu -, darul ce este finalitatea tuturor pregatirilor si ostanelilor duhovnicesti.

Toate acestea sunt rezumate si adunate laolalta in ultima cerere a rugaciunii Sfantului Efrem Sirul, in care cerem: "daruieste-mi ca sa-mi vad gresalele mele si sa nu osandesc pe fratele meu". Dar, in final, mai este o primejdie: mandria. Mandria este izvorul raului si toata rautatea este mandrie. Iata ca nu-mi este suficient sa-mi vad propriile mele greseli, intrucat chiar si aceasta virtute aparenta se poate transforma in mandrie. Scrierile sfinte abunda in sfaturi impotriva subtililor forme ale pseudo-pietatii care, in realitate, sub valul smereniei si al autocriticii pot conduce catre o mandrie cu adevarat demonica. Dar atunci cand "vedem gresalele noastre" si cand "nu osandim pe fratii nostri", cand, altfel spus, curatia,

smerenia, rabdarea si dragostea sunt doar una in noi, atunci si numai atunci ultimul dusman - mandria - va fi nimicuit in noi.

Dupa fiecare cerere a rugaciunii facem o metanie. Metaniile nu sunt limitate la rugaciunea Sfantului Efrem Sirul dar constituie una din caracteristicile distinctive ale intregului cult din timpul Postului. Totusi, aici, semnificatia lor este revelata mai bine ca niciodata. In lungul si dificilul efort al insanatosirii duhovnesti, Biserica nu a pus bariere intre suflet si trup. Omul, in intreaga sa fiinta, s-a indepartat de Dumnezeu; omul, in intreaga sa fiinta, trebuie restaurat, trebuie sa se intoarca (la Dumnezeu - n.tr.). Catastrofa creata de pacat consta, cu siguranta, tocmai in biruinta carnii - animalul, irationalul, placerea din noi - asupra duhovnicescului si dumnezeiescului. Dar trupul este slavit, trupul este sfant, asa de sfant incat Dumnezeu insusi "a luat trup".

Atunci, mantuirea si pocainta nu dispretuiesc trupul, nu il neglijeaza, ci au in iconomia lor restaurarea trupului, readucerea lui la functiile sale reale, ca expresie a vietii duhovnesti, ca templu al nepretuitului suflet omenesc. Ascetismul crestin este o lupta nu impotriva, ci pentru trup. Din acest motiv, intreaga fiinta umana - suflet si trup - face pocainta. Trupul participa la rugaciunea sufletului intocmai cum sufletul se roaga prin si in trup. Metaniile, semne "psiho-somatice" ale pocaintei si ale smereniei, ale adorarii si ale ascultarii, reprezinta astfel prin excelenta ritualul de Post.

*Parintele Alexander Schmemmann*



## PREDICA LA DUMINICA ORTODOXIEI - SUB POMUL ORTODOXIEI

Ortodoxia este întocmai precum aurul curat. Precum aurul e scos din cuptor și ori de câte ori îl arzi este tot mai curat, așa și Ortodoxia noastră: este aur care a ieșit din cuptoarele cele duhovnicești. Iar cuptoarele cele duhovnicești sunt Sinoadele Ecumenice și Locale. Așadar, Ortodoxia nu este rugina eresurilor, ci este aur curat, diamantul adevărului. Ortodoxia este soarele care strălucește în Răsărit și în Apus.

Dacă am fi putut, iubii mei, să înțelegem ce este Ortodoxia, am fi iubit-o ca pe mama noastră. Ochii noștri s-ar fi umplut de lacrimi astăzi. Am fi ținut sfintele icoane, am fi zis din inima noastră „Doamne, miluiește”, și am fi mulțumit lui Dumnezeu, deoarece nu ne-am născut în vreo altă țară, ci ne-am născut în această patrie, în Elada, care miresmuiește a Ortodoxie; deoarece ne-am născut din părinți ortodocși. De aceea cântăm: „Cine este Dumnezeu mare ca Dumnezeul nostru?...” (Psalmul 76, 14).

Ortodoxia! Câte teme deschide astăzi! Câte cărți sfinte deschide astăzi! Câte minuni are să istorisească ziua de astăzi! Ce să



Manastirea Sfantului Efrem de pe Muntele Olimp, Grecia



spunem? Să istorisim ce este această credință a noastră? Să prezentăm biruințele și triumfurile de peste veacuri? Să înălțăm cinstitele steaguri ale Ortodoxiei, care sunt vopsite cu sângeuri? Să povestim istoria acestei zile sfinte și să arătăm cum vreme de o sută de ani satana și slujitorii lui au încercat să dărâme această sfântă Biserică a noastră, dar nu au putut, și că în cele din urmă au fost nevoiți să-și mărturisească înfrângerea? Sau să spunem despre acei eroi ai credinței noastre, patriarhii, împărații, împărătesele, monahii, egumenii, poporul anonim, care până la moarte s-au luptat pentru credința noastră ortodoxă? Ar trebui, frații mei, să avem mult timp. Ar trebui ca și eu să am putere duhovnicească. Ar trebui să fiu un Hrisostom (un Gură-de-Aur) sau un Vasilie sau un înger zburător. Ar trebui ca și voi să aveți o mare voință, pentru a putea să istorisim mărețiile zilei de astăzi. Dar pentru că toate acestea nu există, vă voi ruga să acordați puțină atenție la câteva detalii ale Evangheliei pe care am auzit-o astăzi. Ajunge și un singur detaliu al Evangheliei ca să ne folosim duhovnicește în această sfântă zi a creștinătății. Care detaliu?

Hristos ne constituie în micul lui stat, pentru a predica cea mai mare revoluție din lume. Și cheamă pe unul din ucenicii Lui. Acest unul nu a fost Platon, nu a fost Aristotel, nu a fost unul din bărbații mari ai lumii antice, nu a fost om de știință, nu a fost înțelept, nu a fost bogat. Dar ce a fost? Un sărăcuț. Era un pescar necunoscut, care-și arunca mrejele în lac, ca să se întrețină pe el și familia lui. Numele lui era Filip. Îl cheamă Domnul. Pentru că Hristos este magnetul, care atrage orice suflet nobil. Și Filip a fost sedus imediat de dumnezeiasca față a Hristosului nostru. A rămas alături de el. Asculta dumnezeieștile Lui cuvinte. Vedea fața Lui care strălucea mai mult decât soarele. Și-a spus în sine: Am aflat izvorul, L-am aflat pe Dumnezeu!

De atunci, Filip nu s-a liniștit. Aripa la picioarele lui, să alerge în stânga, în dreapta și să răspândească această mare descoperire, că a aflat izvorul adevărului. Și mai întâi de toate îl cheamă pe prietenul său duhovnicesc, pe Natanael, zicându-i: „Vino și vezi” (Ioan 1, 47). Și vine Natanael, gânditor și cu multe îndoieli. Iisus, doar ce l-a văzut, îi zice: „Iată un om cu inima fără ură și răutate” (Ioan 1, 48). Natanael răspunde: „De unde mă cunoști?” (Ioan 1, 49). De unde mă știi? Și Hristos îi zice: „Te-am

văzut sub smochin”. Natanael se nedumerește și se minunează. Înțelege că Cel care cunoaște detaliile vieții lui nu este nimeni altul decât Dumnezeu. Și mărturisește: „Rabbi, tu ești Fiul lui Dumnezeu...” (Ioan 1, 50), Fiul lui Dumnezeu celui viu. Acest detaliu, frații mei, că Hristos l-a văzut sub smochin, aș vrea să-l avem în vedere ca pe o învățătură a zilei de astăzi.

După cum știm cu toții, Țara Sfântă, Palestina, până astăzi este plină de smochini. Solul este ca și al nostru, iar clima temperată. De aceea smochinului îi prieste acolo și pentru că are frunza lată pe ramuri, ramurile smochinului se târăsc pe jos. Smochinul este smerit. Nu-și înalță ramurile cu mândrie în sus, ci ramurile lui cu frunzele late cad, iar jos - sub smochin, se formează un adăpost, un ascunziș. Acolo s-a dus Natanael. Era un obicei ca cei evlavioși să meargă sub frunzarul smochinului și acolo să-și facă rugăciunea și să citească în liniște Legea lui Dumnezeu.

Te-am văzut sub smochin” (Ioan 1, 49). Adică în clipa în care ceilalți aleargă în dreapta și stânga și pierd prețiosul lor timp în distracții și în lucruri deșarte, în clipa în care unul fură, în clipa în care altul adună comori, în clipa în care unul se afundă ca porcul în mocirlă, tu, Natanaele, timpul tău nu l-ai irosit în cele deșarte ale lumii, ci te-am văzut sub smochin îngenunchind și rugându-te lui Dumnezeu și citind legea Lui.

„Te-am văzut sub smochin”. La acest cuvânt, frații mei, trebuie să luăm aminte. Câte ne învață! Acest cuvânt se potrivește și pentru noi. Pentru că și nouă ne va zice Hristos: „Te-am văzut”. Dar unde ne-a văzut pe noi? Suntem noi sub smochin? Și ce este smochinul?

### Vă întreb, frații mei.

1. *Ne vede Hristos, împlinind sfânta Lui voie? Ne vede Domnul, sculându-ne dis-de-dimineată și primul nostru cuvânt să fie: Dumnezeule, îți mulțumim? Precum pășărelele, care atunci când se trezesc nu aleargă să caute de mâncare, ci cântă matinal, luminânda, zic „mulțumesc”. Facem și noi la fel? Ne vede Dumnezeu făcând rugăciunea dimineată, la prânz,*

la masă că facem rugăciunea, seara că îngenunchem în fața icoanelor și ne facem iarăși rugăciunea?

2. Ne vede că citim legea Lui, că luăm în mâini Evanghelia?

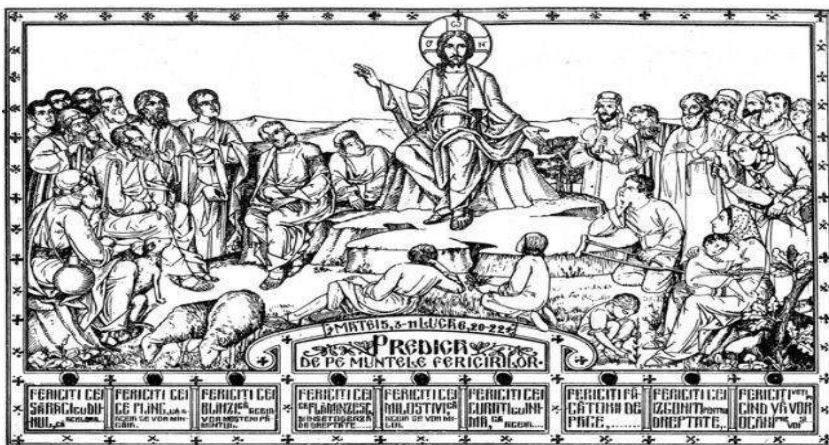
3. Ne vede Hristos că venim la biserică și că adorăm sfânt numele Lui? Ne vede că mergem la spovedanie, că ne spunem păcatele?

4. Ne vede Hristos că ne împărtășim cu Preacuratele Lui Taine?

5. Ne vede Hristos că deschidem portofelul și pe ascuns-pe ascuns ne milostivim de fratele nostru neputincios? Ca și Sfântul Nicolae, care umbla noaptea pe străzi și arunca în casele cele sărace micile economii ca să miluiască fetițele sărace. Ne vede Hristos făcându-ne datoria?

Frații mei! Așa să trăim. Într-o zi, Hristos ne va spune: Creștine, „te-am văzut sub smochin” (Ioan 1, 51). Iar „smochin”, pom pe care nimeni nu va putea să-l dezhădăcineze, pom roditor, pom nemuritor, este Sfânta noastră Biserică. Sub acest pom să trăim cu toții, mici și mari. Iar pomul acesta este Ortodoxia, în care credință toți să trăim, frații mei, zicând ceea ce vom auzi peste puțin timp: „Aceasta este Credința Apostolilor! Aceasta este Credința Părinților! Aceasta este Credința Ortodocșilor! Aceasta este credința care a întărit lumea” și a mântuit-o. Amin.

+ **Episcopul Augustin de Florina**



# Anunturi

## Serile duhovnicești ale Postului Sf. Paști

În cadrul programului educațional **CERCETÂNDU-ȚI CREDINȚA**, Mitropolia Ortodoxă Română a celor două Americi vă invită la **Serile duhovnicești ale Postului Sf. Paști**. Programul anunțat în **FIECARE ZI** de **JOI** din **LUNĂ**, ora **7.00 pm (EST)/6.00 PM CDT/4.00 pm (PST)** cuprinde acum 4 seri duhovnicești cu invitați din România după următorul program:

• **25 martie** - P. Cuv. Arhimandrit Melchisedec, starețul Mănăstirii Putna.

Tema: **Maica Domnului, ocrotitoarea creștinilor în vremuri de încercare**

• **1 aprilie** - P. Cuv. Arhimandrit Ioan, starețul Mănăstirii Popauți, Botoșani.

Tema: **Sf. Cuv. Maria Egipteanca, model de pocăință întru răbdare**

• **8 aprilie** - P. Cuv. Arhimandrit Melchisedec, starețul Mănăstirii Lupșa, Alba.

Tema: **Lucrarea și cunoștința, pași către cer pe Scara Sf. Ioan**

• **15 aprilie** - P. Cuv. Protosinghel Dr. Hrisostom Ciuciu, Mănăstirea Putna.

Tema: **Canonul Sf. Andrei Criteanul, meditație duhovnicească și imn liturgic**

Întâlnirile vor avea loc pe portalul de ZOOM cunoscut:

[https://us02web.zoom.us/j/83232676956?](https://us02web.zoom.us/j/83232676956?pwd=WFpFa3EzVGt5NjMybGVpcjBXZW1aQT09)  
[pwd=WFpFa3EzVGt5NjMybGVpcjBXZW1aQT09](https://us02web.zoom.us/j/83232676956?pwd=WFpFa3EzVGt5NjMybGVpcjBXZW1aQT09)

**AROLA**

**SERI DE RUGĂCIUNE**



**EVENINGS OF PRAYER**

With the blessing of His Eminence Metropolitan Nicolae and His Grace Bishop Ioan Casian we are inviting you to join us in prayer during the Great Lent:



Cu binecuvântarea ÎPS Mitropolit Nicolae și a PS Episcop Ioan Casian vă invităm să ne rugăm împreună pe durata Postului Mare:

Marți, 16 martie - 9 PM EST	Acatistul Sf. Apostol Andrei	PS Episcop Ioan Casian
Marți, 23 martie - 9 PM EST	Acatistul Bunei Vestiri	ÎPS Mitropolit Nicolae
Marți, 30 martie - 9 PM EST	Acatistul Sfintei Cruci	P.C. Pr. Ovidiu Moldovan
Marți, 6 aprilie - 9 PM EST	Acatistul Sf. M. Mc. Mina	P.C. Pr. Petru Neaga
Marți, 13 aprilie - 9 PM EST	Acatistul Sf. Ioachim și Ana	P.C. Pr. Ștefan Drăgoi
Marți, 20 aprilie - 9 PM EST	Acatistul de mulțumire „Slavă lui Dumnezeu pentru toate!”	P.C. Pr. Stelian Orlando Geonea

Zoom link: <https://uso2web.zoom.us/j/308203082?pwd=TIRBbFJTQjFGNzN6V2FTTWQvcFdiUTog>

**Olimpiada de religie pe zoom după modelul Kahoot duminică 16 mai 2021 ora 2-3PM EDT Grupa B și 3-4PM EDT Grupa C.**  
 Tematica de la Sunday School septembrie 2020 – ianuarie 2021

**Programul "Let us attend"**  
<https://www.ancientfaith.com/podcasts/letusattend>

**Programul Biserica – Familia românilor de pretutindeni – de realizat împreună cu parohia din România cu care ne-am înfrățit în 2019**  
**Proiecte AROLA**

- **Mama anului – abonamente la Familia Ortodoxa sau The Orthodox World**
- **Bursa Dumitru Staniloae**
- **Carte de rugăciuni format de buzunar în engleza**
- **10 aprilie – seara duhovnicească pe zoom cu Pr. Prof. Theodor Damian.**

- Mulțumiri tuturor enoriașilor parohiei „Sfântul Nicolae” care și-au achitat cu regularitate datoriile către biserică în anul 2020.



- Totodată adresăm rugămintea de a-și reînnoi membria acelor care au întârziat s-o facă. Fiecare parohian care participă la viața liturgică și socială a bisericii trebuie să fie un membru în *good standing*.



- Deasemenea, dorim să-i încurajăm din toată inima pe toți cei care doresc să devină membri ai bisericii noastre asigurându-i că sprijinul lor este foarte apreciat. Ne bucurăm să-i primim în marea familie a Bisericii Sfântul Nicolae și le spunem: **“HRISTOS ESTE ÎN MIJLOCUL NOSTRU”**



**Dragi enoriași,**  
**SLUJBELE BISERICII NOASTRE**  
 le puteți vedea și prin dispozitivele dvs. electronice făcând click pe pagina de internet a Bisericii  
[www.stnicholaschurch.net](http://www.stnicholaschurch.net)