



## Editorial

### Icoana – cuvânt lămuritor

Cuvântul grecesc εἰκών – *icon*, de la εἰκώ – *ico*=a se-măna, înseamnă la origine *asemănare*. În limba latină întâlnim termenul *imago*, în slavonă *icona* (obraz), iar astăzi acesta poate avea mai multe înțelesuri.

După Sfântul Ioan Damaschinul, *icoana* este o *asemănare*, un *model*, o *întipăritură* a cuiva, care arată în ea pe cel ce este înfățișat în icoană. În general, icoana a fost făcută spre folos, binefacere și mântuire, pentru că prin faptul că sunt scoase la iveală și vădite lucrurile, să cunoaștem cele ascunse, și astfel pe cele bune să le dorim și să le râvnim, iar pe cele contrare, adică pe cele rele, să le evităm și să le urâm.

Cuvântul εἶδωλον – *idolon* e diminutiv de la εἶδος – *idos* (formă). În **Septuaginta** (traducerea în greacă a Sfintei Scripturi) este întrebuințat pentru a indica statuile zeilor falși. Cu acest sens trece și în limbajul creștin. Spre exemplu la *I Corinteni VIII, 4*, idolul este o simplă închipuire, ceva ireal, o aparență, un simulacru, adică imaginea unui lucru real sau ireal, conceput și cinstit în chip mincinos ca Dumnezeu.

Icoana este însă asemănarea unui lucru cu existență reală, care a existat sau există. Distincția dintre idol și icoană o precizează Sfântul Theodor Studitul, în chip lapidar: *icoana este imaginea adevărului, pe când idolul este asemănarea minciunii și a erorii*. Și **Mărturisirea Ortodoxă** dezvoltă astfel această idee: *mare deosebire este între idoli și icoane. Căci idoli sunt plăsmuiri și născociri omenești (cf. I Corinteni VIII, 4), pe când icoana este o înfățișare arătând un lucru adevărat, care are ființa sa în lume, cum este icoana Mântuitorului sau a Sfintei Fecioare Maria și a tuturor sfinților. Afară de aceasta, elinii se închinau la idoli, ca la Dumnezeu, le aduceau lor jertfe, cum socotea Nabucodonosor, socotind că aurul și argintul ar fi Dumnezeu... Creștinii însă nu cinstesc*

icoanele ca pe niște dumnezei și nici prin închinarea la ele nu se depărtează de închinarea adevăratului Dumnezeu. Dimpotrivă, printr-însele ei sunt îndreptați spre Dumnezeu, rugându-i (pe sfinții zugrăviți pe ele) ca să mijlocească pentru dânsii la Domnul.

Există o *icoană naturală* și poate fi argumentat acest lucru din punct de vedere teologic sau filosofic. De exemplu, fiul cuiva este icoana naturală a celui ce l-a



născut. În acest sens, Sfântul Apostol Pavel spune despre Fiul lui Dumnezeu că este icoana Tatălui (Coloseni I, 15).

Al doilea fel de icoane este ideea care se găsește în Dumnezeu, despre cele ce vor fi, adică Sfatul Lui cel mai înainte de veci: înainte de a fi zidit lumea, Dumnezeu a avut în minte oglinda tuturor lucrurilor zidite, așa cum de exemplu, arhitectul, înainte de a construi o casă, își face mai întâi imaginea sau planul ei în minte. Sfântul Apostol Pavel spunea: *cele nevăzute ale lui Dumnezeu se văd de la zidirea lumii, înțelegându-se din fapte, adică din veșnica Lui putere și dumnezeire* (Romani I, 20). Acestea sunt de fapt icoanele ce alcătuiesc reprezentările materiale pe care le facem despre realii  
(continuare în pagina 2)

## Cuprins

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| Cursuri de educație non-formală..... | p. 3  |
| Cunoașterea lui Dumnezeu .....       | p. 4  |
| Poezie creștină .....                | p. 5  |
| Pocăință .....                       | p. 6  |
| Luarea Crucii! .....                 | p. 7  |
| File de Sinaxar .....                | p. 8  |
| Duminică a patra din Post .....      | p. 9  |
| Traduceri .....                      | p. 10 |
| Scrisori din Siberia (2) .....       | p. 12 |

# Icoana – cuvânt lămuritor

(urmare din pagina 1)

tățile nevăzute.

Un alt fel de icoană este cel prin poziție sau imitare. De exemplu, omul este icoana Dumnezeirii, în sensul că el e făcut după chipul lui Dumnezeu (Facere I, 27).

Moise, după porunca divină, a împodobit o perdea vișinie și stacojie (dveră) din Cortul Sfânt cu chipuri de heruvimi (Ieșire XXXVI, 35). Asemenea a făcut și Solomon la zidirea Templului: în Sfânta Sfintelor, făcând doi heruvimi din lemn de măsline, iar pe pereții templului, de jur împrejur, pe dinăuntru și pe dinafară a făcut chipuri săpate de heruvimi (III Regi VI, 23-29).

Cinstirea obiectelor și imaginilor sfinte s-a menținut și în Noul Legământ. Astfel, în sensul spuselor Mântuitorului, *voi sunteți prietenii Mei* (Ioan XV, 14), *Eu sunt vița, voi mlădițele* (Ioan XV, 5) și că sfinții vor judeca lumea și chiar pe îngeri (I Corinteni VI, 2-3), înțelegem mai bine, în temeiul Sfintei Scripturi, venerarea obiectelor sfinte.

Pe lângă cunoscuta confuzie între închinare și adorare întâlnită la secte și culte neoprotestante, în cinstirea obiectelor și imaginilor sfinte se amestecă cu știință sau neștiință, cu viclenie sau cu ignoranță, materia cu imaginea. Obiectul în sine nu are putere fără energia lui, fără cel ce l-a folosit și ni l-a lăsat nouă, așa cum trupul n-are nici un rost fără suflet, fără viață. Toți acei ce se ocupă în sens speculativ de obiectele și imaginile sfinte pot cădea victime proastei interpretări și atunci le va fi greu să accepte în iconografie, în același loc, crucea și sulita, îngerul și diavolul, sfântul și balaurul.

Trebuie înțeleasă bine și dimensiunea sfântului.

Sfântul nu trebuie confundat cu eroul, cu martirul sau cu prizonierul. Sfântul a trăit având model pe Hristos, eroul a fost și este sacrificatul pentru un țel material sau spiritual; martirul este cel ce suferă nu pentru ideile sale, ci pentru urmarea lui Hristos, iar prizonierul sau captivul este o victimă obișnuită.

Totdeauna trebuie plecat de la Hristos, icoana Tatălui, așa cum se arată în Sfânta Scriptură: II Corinteni IV, 4; Galateni IV, 6; Ioan XIV, 9; XII, 45 etc., căci Mântuitorul a spus cu preacurată gura Sa: *Eu și Tatăl Una suntem* (Ioan X, 30). Sfântul Evanghelist Ioan spune: *cel ce nu cinstește pe Fiul, nu cinstește pe Tatăl, care L-a trimis* (Ioan V, 23).

Iisus Hristos respectă templul cu toate podoabele lui, înlăturând pe cei ce pângăreau locașul de cinstire, socotind tâlhari pe cei ce nu respectau tradiția și datinile, cărora le spune: *Casa Tatălui Meu, casă de rugăciune este și voi ați făcut-o peșteră de tâlhari* (Matei XXI, 13) și i-a amenințat chiar cu funia (Ioan II, 15).

Orice chip, dacă este real și nu plăsmuire, trebuie cinstit. *Al cui chip este acesta... al Cezarului... bine, atunci dă-i ceea ce i se cuvine* (Matei XXII, 20-21), poruncește Iisus.

Templul din Ierusalim era cinstit în vederea adorării lui Dumnezeu și de către ucenicii Mântuitorului, unii cu responsabilități la templu: Matei Vameșul (Matei IX, 9; Luca V, 27), Zaheu Vameșul (Luca IX, 9), iar Saul istorisește *m-am dus să mă închin la templu...* (Fapte XXIV, 11).

De-a lungul timpului, Sfinții Părinți au apărut învățătura Bisericii prin care sfintele icoane au fost, sunt și trebuie cinstite. Nu trebuie trecută cu vederea viața și activitatea Sfântului Ioan Damaschinul († 749), care va redacta în plină criză *trei tratate împotriva iconoclaștilor* pentru a apăra ortodoxia, înfruntându-l pe împăratul Leon Isaurul (**Contra imaginum calumniatores orationes tres**, PG, XCIV, 1232-1420, traducere în limba română de Pr. Dumitru Fecioru, **Sfântul Ioan Damaschin, Cultul sfintelor icoane**, București, 1937 și 1998, ediția a II-a). El va evidenția un rol multiplu al sfintelor icoane:

- Estetic* (de împodobire a locașului de cult);
- Pedagogic* (de a învăța din istoria Bisericii);
- Latreutic sau de venerare* (de a însoți cultul divin);
- Haric* (de mijlocire a harului lui Dumnezeu).

**Pr. Prof. Anghel-Nicolae Păunescu**

(cuvânt la Duminica I din Post, a Ortodoxiei,

Sf. Ev. Ioan 1, 43-51, 5 martie)

Sursă foto: Maica Domnului „Odighitria”

(Povățuitoarea), Mănăstirea Xenofont, Athos,

pe [www.librariabizantina.ro](http://www.librariabizantina.ro)

Fondator: Prof. Mihai-Ionuț Coană  
Telefon: 0770/271.435 E-mail: [mihai.coana@hotmail.com](mailto:mihai.coana@hotmail.com)  
Editor: S.C. GENERAL MEDIATECH S.R.L.  
ISSN: 2734-7206; ISSN-L: 2734-7206; ISSN online: 2734-7214

## Redacția:

- Prof. Mihai-Ionuț Coană
- Pr. Marius-Olivian Tănăsie
- Pr. Prof. Gheorghe Ionașcu
- Pr. Prof. Anghel-Nicolae Păunescu
- Prof. Ionuț-Cătălin I. Popescu
- Dumitra Groza – corectură
- Monica și Radu Buțu
- Mihai Șomănescu
- Tiberiu Grigoriu – DTP

Redacția are dreptul luării deciziei de publicare și stabilirii datei și formei de apariție, integrale sau parțiale, după caz, a materialelor primite spre publicare.

Responsabilitatea pentru textele publicate revine în exclusivitate autorilor.

De asemenea, trebuie respectată legea dreptului de autor. (Legea 8/1996)

Revista este disponibilă și pe site-ul: [www.caleaortodoxa.com](http://www.caleaortodoxa.com)

Tipar: Tipografia Universității „Constantin Brâncuși”,  
telefon 0253/214.307, int. 415



# Cursuri de educație non-formală și informală pentru dascăli gorjeni, pe meleagurile elene

Școala de astăzi cunoaște un proces continuu de modernizare și de adaptare la nevoile societății contemporane. Profesorii sunt implicați în acest proces de redefinire a priorităților educației. Elevii noștri sunt speranța noastră.



Mințile lor sunt universuri strălucitoare de idei, iar educația și formarea îi pot ajuta să contribuie la construirea unei lumi mai bune, în care să trăiască.

Ca urmare a aprobării acreditării Erasmus+, coordonate de IȘJ Gorj, în cadrul Consorțiului cu numărul de referință 2021-1-RO01-KA120-SCH-000042723, în perioada 13-19 februarie, a avut loc în localitatea Loutra Edipsou din insula Evvia (Grecia) o a doua activitate de formare. În cadrul acestei sesiuni de formare s-a urmărit perfecționarea cadrelor didactice prin activități privind educația incluzivă, de tip outdoor și non-formal. La această mobilitate au participat cadre didactice din Italia, Grecia, Portugalia și România.

Profesorii participanți din România sunt cadre didactice ale școlilor membre ale Consorțiului de acreditare Erasmus+ coordonat de IȘJ Gorj prin inspectorul școlar Angelica Necșulea. Aceste unități de învățământ sunt: Grădinița cu Program Normal „Sfântul Stelian”, structura Școala Gimnazială Nr.1, „George Uscătescu” Târgu-Cărbunești, Grădinița cu Program Prelungit „Lumea Copiilor” Târgu-Jiu, Școala Gimnazială Bumbăști-Pițic, Școala Gimnazială

Arcani, Școala Gimnazială Lihulești, Școala Gimnazială Negreni, Școala Gimnazială Tântăreni, structură Florești, Școala Gimnazială „Tudor Vladimirescu” Andreești, Școala Gimnazială Hurezani, Școala Gimnazială „Ion Vlăceanu” Dragotești, Școala Gimnazială „Cornelius Radu” Rădinești, Liceul Tehnologic Roșia-Jiu și Liceul Tehnologic Turceni, structura Strâmba-Jiu.

**Obiectivele generale** ale acestor activități au fost:

- Îmbunătățirea nivelului de competențe prin utilizarea limbilor străine;
- Schimbul de bune practici în ceea ce privește sistemul de predare;
- Promovarea și încurajarea formării permanente a personalului didactic;
- Promovarea valorilor europene privind incluziunea, diversitatea, to-

leranța, egalitatea șanselor la educație;

- Îmbunătățirea calității predării și învățării prin folosirea tehnologiilor inovatoare.

Activitatea a presupus parcurgerea următoarelor **cursuri de formare**, asigurate de furnizorul de curs, Asociația Edu2grow: Creativity and interculturality, Stop Bullying, Start Inclusion! – prevention and intervention, Harmony and learning, Outdoor Education și Non-formal for inclusion. Furnizorul de curs a pus la dispoziția participanților logistica necesară bunei desfășurări a activităților. Profesorii participanți au avut posibilitatea să cunoască modalități pedagogice optime de sudare a unei echipe și de fructificare a competențelor, în cadrul grupurilor de lucru. De asemenea, aceștia au participat la activități menite să îi învețe să includă toți elevii unei clase în activități informale, indiferent de mediul social din care aceștia provin.

Un principiu modern al procesului didactic este tratarea diferențiată a elevilor. În acest sens, au avut loc activități extracurriculare incluzive, activități outdoor care promovează incluziunea, jocuri de formare și de consolidare a unei echipe. Activitățile au fost proiectate astfel încât să încurajeze creativitatea în pro-

cesul instructiv-educativ, abordarea metodelor inovative, integrarea elevilor din categorii defavorizate. Cadrele didactice care au participat la aceste cursuri au avut șansa să își dezvolte, respectiv să își îmbogățească, diverse competențe de lucru la clasă cu elevii defavorizați, să aplice metode inovative specifice educației incluzive și educației pentru integrare, au observat beneficiile implementării acestor metode, au dezvoltat competențele de corelare a metodelor educației non-formale cu metodele educației formale, respectiv informale, crescându-se astfel gradul de atractivitate al activităților desfășurate la clasă, în vederea scăderii riscului de abandon școlar.

În perioada următoare, se vor organiza activități de promovare, de diseminare și de mul-

tiplicare, pentru ca rezultatele proiectului să fie cunoscute la nivel local și județean. Pe această cale, profesorii din alte unități școlare, în special din mediul rural, vor cunoaște oportunitățile



de formare profesională pe care le oferă Programul Erasmus+.

Sursa: [verticalonline.ro](https://verticalonline.ro)

## Cunoașterea lui Dumnezeu

Evanghelia acestei Duminici ne înfățișează vinderea sufletescă, adică iertarea păcatelor, dar și trupească, de către Domnul Hristos a slăbănogului de la Capernaum. Mai mult decât atât, Evanghelia ne înfățișează pe Hristos, Cel care dă harul iertării păcatelor celor care se apropie cu credință de El. Mântuitorul ne dovedește încă o dată că este Dumnezeu, Care are putere să ierte păcatele. Apoi, Hristos a dat această putere Sfinților Săi Apostoli (Mt. 16, 19; În. 20, 22-23) și prin ei Bisericii, prin slujitorii ei, episcopii și preoții.

Confruntarea tacită dintre Hristos și cei care nu credeau în El este o confruntare dintre două perspective pe care le vedem și astăzi: cea a credinței în Hristos și cea fără Hristos. Perspectiva cu Hristos ne arată că Dumnezeu devine accesibil și apropiat omului, cum nu se putea concepe în vechea economie religioasă. Același adevăr fundamental îl relevă și faptul că această Duminică este dedicată Sfântului Gorgorie Palama, mare apărător al adevărului, că în Hristos este posibilă unirea omului cu Dumnezeu și îndumnezeirea sa după har.

În fericirea a VI-a din Evanghelia Mântuitorului se zice: „Ferițiți sunt cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu” (Mt. 5, 8). Această învățătură a fost păstrată cu sfințenie de tradiția Bisericii care a mărturisit mereu că adevărata cunoaștere a lui Dumnezeu nu este ceva rațional, ci este un har de sus și că nimeni nu-L cunoaște pe Dumnezeu, dacă nu-L învață Însuși Dumne-

zeu (Sf. Evanghelie din Post). De aceea, Sfântul Efreim Sirul ne învață: „Înainte oricărei lecturi (din Sf. Scriptură) roagă-te lui Dumnezeu, stăruiește în rugăciune, ca El să ți se descopere”. Este o lucrare a harului, precum Dumnezeu îi ridică pe cei ce se curată prin credință și prin ascultare de poruncile Sale la o cunoaștere mai presus de cunoașterea făcându-i cum zice Sf. Ap. Petru „părtași dumnezeieștii firi”.



Într-adevăr numai printr-o astfel de ridicare a omului, prin har, poate el să-L vadă pe Dumnezeu și să se unească cu El. Sfântul Simeon Noul Teolog zice că „Dumnezeu nu Se unește decât cu dumnezei”, adică doar cu cei pe care i-a făcut „dumnezei după har”. Această învățătură o păstrau cu sfințenie și monahii din Athosul sec al XIV-ea care spuneau că prin izbăvirea de patimi și prin rugăciunea curată, omul poate vedea pe Dumnezeu încă de pe pământ, printr-o tainică și supraomenească

unire cu El.

Este de fapt, arvuna împărăției cerești pentru cei curați cu inima. Această vedere a slavei lui Hristos ca lumină dumnezeiască așa cum au văzut-o cei trei Apostoli pe Tabor la Schimbarea la Față sau Sf. Ștefan în extazul ce a precedat moartea sa martirică, era un fapt constant al experienței duhovnicești a sfinților. Numai că raționalismul scolastic al timpului de la începutul Apusului de la început de secol XIV a dat naștere unor scrieri împotriva isihăștilor avându-l ca autor pe Varlaam, un călugăr din Colabria, care susțineau că Dumnezeu este cu totul in-



accesibil și că nu există nicio posibilitate de unire directă cu El.

Sf. Grigorie Palama s-a arătat cu toată puterea în apărarea adevărului mântuitor. Deși a suferit mult (a fost închis de câteva ori) a reușit prin valoroasele sale scrieri să aperse adevărul de credință, iar rătăcirea lui Varlaam să fie condamnată de Sinodul de la Constantinopol: două în 1341, al treilea în 1347 și al patrulea în 1351. În 1368, la nouă ani de la moartea sa, Sf. Grigorie a fost proclamat sfânt și este considerat un simbol al învățaturii Ortodoxe. Pentru opozanți, harul ar fi ceva creat. Sf. Grigorie citându-l pe Sf. Efrem Sirul spune că am dobândit „doi ochi”: „Cu unul vedem cele ascunse în fire, adică puterea și înțelepciunea lui Dumnezeu și pronia Lui cu privire la noi, înțeleasă de măreția guvernării sale, cu celălalt privim slava sfintei lui firi, când binevoiește Dumnezeu să ne introducă în tainele duhovnicești”. Cea de-a doua este

vederea extinsă, prin care „când încetează orice putere de cunoaștere, Dumnezeu se face văzut sfinților, unindu-se prin puterea Duhului, ca Dumnezeu cu dumnezei și fiind văzut de aceștia”.

Sf. Grigorie mai zice: „Sfârșitul rugăciunii este răpirea minții la Domnul”. Învățătura acestei Duminici ne arată cât suntem de departe de adevărata cunoaștere a lui Dumnezeu. Avem însă bun prilej, acum în perioada Postului Mare să ne curățim de patimi și să dobândim rugăciunea cea adevărată și duhovnicească. Doar așa se poate sălășlui în noi Hristos, ca adevăr relevant, pe care cunoscându-L dobândim puterea și Slava Sfinților. Amin.

**Pr. Marius Olivian Tănăsie**

(predică la Duminica a II-a din Post, a Sf. Grigorie Palama,

Sf. Ev. Marcu 2, 1-12 și Ioan 10, 9-16, 12 martie)

Sursă foto: [urcusspreinviere.ro](http://urcusspreinviere.ro)

## Poezie creștină

### Deodată cu omenirea

Postul a fost instituit,  
Chiar în **Grădina Raiului**,  
Când Dumnezeu le-a poruncit,

Ca din toți pomii să mănânce,  
Dar nu și din „pomul oprit”;  
Din pomul „cunoștinței binelui  
Și răului”, nu le este îngăduit.

Ferm, Dumnezeu a precizat,  
Că atunci când vor mânca,  
Ei vor muri negreși,  
Dacă porunca nu o vor respecta.

Și-au respectat protopărinții porunca,  
Cât timp au stat aproape de Dumnezeu,  
Dar când s-au îndepărtat puțin,  
S-a apropiat de ei și „cel rău”.

Deghizat în șarpe inofensiv,  
Diavolul, în vorbă cu Eva a intrat  
Și, prin șiretenia-i specifică,  
Pe Eva, să mănânce, a îndemnat.

Și urmarea s-a văzut,  
Că prin lăcomia pântecelui,  
Prin neascultare, au căzut,  
Aducând tristețe mare Domnului.

În Rai, **postul** lui Adam era  
Rezumat doar la a nu mânca  
Din pomul cunoștinței binelui  
Și răului, și porunca a respecta.

**Postul** se află consemnat  
Încă din Vechiul Testament,  
(La Moise, Ilie, Daniel, Ioil, Iona)  
Și este afirmat și-n Noul Testament.

Moise, poruncile a primit,  
Pe Sinai, de la Bunul Dumnezeu,  
După ce 40 de zile a postit,  
Rugându-se cu lacrimi Domnului său.

**Postul** naște pe profeți,  
Întărește pe cei puternici,  
Înțelepțește pe legiuitori,  
Iar pe credincioși îi face vrednici.

**Postul** este o faptă de virtute,  
Un exercițiu de înfrânare  
Și omorâre a voii trupului,  
Și este un act de purificare.

**Postul** este o armă de pocăință,  
Un mijloc de desăvârșire,  
Un semn văzut de străduință,  
Pentru întărire și curățire.

**Domnul nostru Iisus Hristos**,  
Înainte de propovăduire,  
**40 de zile** a postit și S-a rugat,  
Arătând drumul spre desăvârșire.

Ca **Om**, prin post S-a întărit,  
Pentru Patimile ce vor urma,  
Și chiar de era El desăvârșit,  
A ales, ca și nouă, a ne arăta.

**Postul** este armă împotriva  
Uneltirilor scornite de cel rău,  
Postul este un **mijloc de apropiere**,  
De **Preabunul Dumnezeu**.

Și ucenicii au învățat,  
Că trebuie însoțit de rugăciune,  
Că **postul** trebuie respectat  
Și însoțit de fapte bune.

Pentru a-și însuși mai multe virtuți,  
Ca sufletul să-și mântuiască,  
Creștinul trebuie să lupte,  
Ca pe cel rău să-l biruiască,

Pentru a se asemăna cu Dumnezeu,  
(Scopul pentru care a fost creat),  
Trebuie să luăm exemplul Fiului Său  
Și să trăim fără de păcat. (Sf. Ioan Casian)

Prin păcat noi ne-am îmbolnăvit,  
Deci, să ne vindecăm prin pocăință,  
Că fără postul, de Biserica Ortodoxă stabilit,  
Mântuirea nu este cu putință.

Doar prin post și rugăciune,  
Sunt multe păcate distruse:  
Mândria, desfrânarea, lăcomia,  
Orgoliul; toate, prin post, pot fi supuse.

„În post slăbim trupește”,  
Ne spune Sf. Vasile cel Mare,  
„Dar ne îmbogățim duhovnicește”  
Și câștigăm multă răbdare.

Nu spre chinuirea trupului,  
**Postul** a fost dat omenirii,  
Ci spre ușurarea sufletului,  
Să urce pe calea desăvârșirii.

Strădania creștinului,  
Nu trebuie îndreptată  
Doar spre postul trupului,  
Ci și pentru o rugăciune curată.

Nu numai stomacul și gura  
Noastră trebuie să postească,  
Ci-n toate să avem măsură,  
Iar mădularele să se oprească

Din a bârbi, a urî, a năpăstui;  
Pe nimeni în a vorbi de rău,  
Ci pe toți oamenii a iubi  
Și a-l mulțumi Domnului mereu.

Să ne înfrânăm mintea, inima,  
Limba, gura și ochii, spre a vedea  
Doar partea plină a paharului,  
Ca pe nimeni, nicicând, a nu judeca.

Că, „cine ești tu, ca să judeci  
Sluga Altuia”, zice Domnul;  
Să vedem propriile păcate  
Și să nu acuzăm pe tot omul.

Postul să-l primim cu **bucurie**,  
Și **nu** cu frică și părere de rău,  
Că doar pentru diavol trebuie să fie  
Poticnire, în a-și îndeplini planul său.

### Postul de 40 e zile

Al Domnului Iisus Hristos,  
A devenit un model de postire  
Și pentru omul credincios,

Că postul, rapid activează,  
Participarea la ascultare  
Și de cele mai multe ori recuperează,  
Ceea ce-am pierdut prin nerespectare.

Cei ce împlinesc cele de Sus rânduite,  
Niciodată nu se pot mândri:  
„Suntem slujitori nevrednici și am făcut  
Ceea ce trebuia să facem”, vor grăi. (Luca  
17,10)

Nimeni nu trebuie să părăsească  
Lupta cea bună a **postului**,  
Ci să se încredințeze milostivirii  
Lui Dumnezeu, pentru slăbiciunile lui.

În duhul smeririi de sine, cel care,  
Conștient fiind de nevrednicia  
Stării sale, să primească cu răbdare  
Postul, și cu toată bucuria.

Biserica Ortodoxă, ca o „mamă”  
Iubitoare, susține necesitatea,  
Respectării posturilor stabilite  
De Sinod, cu toată pietatea;

Sunt cele patru posturi mari:  
**Postul Paștilor, Postul Crăciunului,**  
**Al Sfinților Apostoli,**  
**Al Adormirii Maicii Domnului.**

Mai sunt și alte posturi rânduite:

**Miercurea și vinerea** de-a lungul anului  
Și alte zile, de Biserică stabilite,  
Pentru ajutorul sufletului.

În sens profund, **postul** arată,  
Că hrana-i simbolul vieții,  
Tot astfel cum și lipsa hranei,  
Este simbolul specific morții.

Deci, noi trebuie să postim,  
Ca să murim păcatelor, ferii de rău,  
Apoi, primind **hrană duhovnicească**,  
Să ne apropiem de Dumnezeu.



**Postul este o poruncă dumnezeiască**  
(Facerea)  
Spre curățirea cugetului,  
Este o mare nevoiță duhovnicească,  
Pentru mântuirea sufletului.

**Biserica Ortodoxă**, urmând hotărârile  
Apostolice și canoanele sinodale,  
A stabilit toate posturile,  
Propuse cu binecuvântare.

**Postul** este armă nebiruită,  
Temelie a luptelor duhovnicești,  
Cărarea cea bună a virtuților  
Și imitare a vieții Îngerești,

Este „mamă” a tuturor virtuților

Hrană plăcută a sufletului,  
Izvor a toată înțelepciunea  
Și curățirea ușoară a cugetului,

Ajută la liniștirea sufletească,  
E podoabă a bătrânilor,  
Învățător al feciorilor  
Și domolire a tinerilor.

În Noul Testament, **postul**  
Este arătat ca un mijloc sigur  
De cumpătare, de pocăință  
Și rugăciune continuă, desigur.

Să ne străduim cum putem mai bine,  
Să postim cu sufletul curat  
Cu toate simțurile în trezvie  
Și în fapte bune înveșmântat.

Să nu uităm de milostenie,  
Materială și mai ales spirituală,  
De trăire în pace și armonie  
Și după o bună rânduială,

Că Domnul ne poartă de grijă,  
Ne ajută pe toți în orice loc,  
Iar când suntem în Biserică,  
Îl avem pe Domnul în mijloc.

De cine ne vom teme, oare,  
Dacă Domnul Hristos este cu noi?  
Permanent să avem nădejdea,  
Că ne va scoate din orice nevoi.

Să ne iertăm unii pe alții  
Ca să avem un **post binecuvântat**,  
Să ne rugăm lui Dumnezeu cu toții,  
Și să ne eliberăm, prin pocăință, de păcat.

**Dumitra Groza**

(Martie 2023, la început de Post)

Sursă foto: [urcusspreinviere.ro](http://urcusspreinviere.ro)

## Pocăință

### Radu Cârstoiu Arbore

Pierdut-am, Doamne, de când m-am prăvălit,  
Trupul ce mi-ai dat, cel înduhovnicit  
Și din iubirea Ta atotocrotitoare,  
Iubindu-mă pe mine, căzut-am în vâltoare.

Pruncia cea din Rai, preasfântă desfătare,  
Când față către față, lumină în ninsoare,  
Și-n calda-mbrățișare din glasul Tău cel blând  
Te ispiteam de toate, de toate fiind flămând.

Și-mi răspundeai la toate, ca Tatăl pentru fiu,  
Nu era timp nici spațiu, devreme ori târziu,  
Oglinda Ta în mine, sădit-ai în genom,  
Să-Ți fiu asemănare copil iubit și Om.

Toate cele bune mi-ai dat cu-ndestulare,  
Dar inocent fiind, mi-ai dat o ascultare,

Din toate să mă satur, dar cu-n anume rost,  
Mi-ai pus un pom în Rai să fie întâiul post.

M-a ispitit Vicleanul, el, răul nevăzut,  
N-am ascultat de Tine, lubitul Cunoscut  
Și am căzut prin Eva, prin jumătatea mea,  
Când trebuia s-o apăr, să am grijă de ea.

Văzându-mă căzut, nu m-am putut smeri,  
Ci am căutat ascunsul, de Lege a mă feri,  
Ca Eva să răspundă căderii în păcat,  
Apoi, că doar Satana e singur vinovat.

Așa pierdut-am trupul din slava cea dintâi  
Și-n toate cele rele e întâiu căpătâi.  
Nu m-am smerit, o, Doamne, și să Ți cer iertare  
Și m-am ascuns ca lașul, ca într-o renunțare.

Atâtea lașități m-au însoțit prin vreme  
Sugrumând mustrearea trimisă să mă cheme.  
Am dezertat adesea ca un netrebnic fiu,  
Cum mai apoi și luda, făcut-a mai târziu.

Și acest trup vremelnic cu duhul s-a luptat,  
Prin grija pentru sine s-a pus el, împărat.  
Te-a înlăturat pe Tine din epicentrul său  
Făcându-se pe sine ca unic dumnezeu.

Necunoscuta moarte, cea tulbure, calica,  
Atotdominatoare, instaurat-a frica.  
Nevoile ființei, datorită friicii  
Și-au depășit măsura, s-au transformat în vicii.

Grija pentru trup și-n frica de durere,  
Am căutat refugiu, plăcerea din plăcere.  
Și dreapta cugetate, prin egoism ateu,  
S-a-ndepărtat în toate de Bunul Dumnezeu.

Tu, Doamne, mă adună din rătăcite căi,  
De mână mă ridică din calea celor răi,  
Îmi dă, Te rog, trezvia, întoarcerea în fire  
Și-mi picură în suflet blândețe și iubire.

Botezul cel Preasfânt, pecetea cea de neam,  
La porțile iubirii curată să o am.  
Și haina cea de nuntă, cea înfrumusețată  
În pocăința sfântă să fie preacurată.

Și pocăit, în lacrimi, albit prin al Tău Har,  
Să vin cu umilință la Sfântul Tău altar.  
Prin Tainele Preasfinte să mă asemăn Ție,  
Să mă-ndumnezeiesc prin Euharistie!

Când trâmbițele morții, năvalnic or să sune,  
Să mă găsească, Doamne, smerit, în rugăciune,  
Cu candela aprinsă, spre a mă închina,  
Să-Ți cânt cu bucurie și slavă: - OSANA!

(Tg-Jiu, 26. Februarie 2023.  
de Duminica izgonirii lui Adam din Rai)

Sursă foto: doxologia.ro

## Luarea Crucii!

Pericopa din Sfânta Evanghelie rânduită de Sfânta Biserică să se citească în Duminica a III-a din Sfântul și marele Post, cheamă pe toți cei care voiesc, la o împreună lucrare cu Dumnezeu, la lepădarea de sine, la luarea crucii și la urmarea lui Hristos. Chiar dacă unele lucruri ni se par grele sau chiar sunt grele din punct de vedere omenesc, dacă Dumnezeu ne ajută, ele pot fi ușor împlinite. Această cerință ni se pare grea, ca o povară, dar nici o poruncă a lui Dumnezeu nu este o povară când Cel care a dat-o te ajută să o împlinești. De fapt orice lucru dificil de împlinit, dragostea îl face ușor. Adică cu cât iubesti mai mult persoana care îți cere să faci un lucru, indiferent de greutatea lui, cu atât pare mai ușor de îndeplinit. Așa și cu Dumnezeu cu cât îl iubim mai mult cu atât mai ușoară ni se pare lucrarea la care suntem chemați. Cel care se va decide să răspundă la această chemare, înseamnă că este dispus să contribuie cu propriile sale suferințe, eforturi și osteneli din viața trupestă la lucrarea de mântuire.

Pentru că din moment ce a început cineva să urmeze chemării Mântuitorului Hristos, din acel moment el a dat drumul întregului război duhovnicesc care se ridică împotriva sa, și nu numai din partea celor necredincioși, a celor păgâni, care nu știu de Dumnezeu creștinilor ci chiar din partea celor care se cred a fi credincioși și creștini, care îl vor contrazice, îi vor sta în cale, îl vor lua în derădere și îl vor persecuta. În acest sens Sf. Apostol Pavel spune: „și toți care voiesc să trăiască cucernic în Hristos Iisus vor fi prigonii. Iar oamenii răi și amăgitori vor merge spre tot mai rău, rătăcind pe alții și rătăciți fiind ei înșiși” (II Tim. 3, 12-13). Iar Sfântul Ioan Gură de aur în Omilia a VIII-a la 2 Timotei zice: „Prin expresia: prigoane, de aici, el înțelege necazurile și suferințele, căci nu este cu putință ca un om care pășește pe calea virtuții să fie fără de necaz, fără întristare, fără suferințe și fără ispite. Și cum s-ar putea fără de acestea pentru cel ce călătorește pe calea cea strâmtă, pentru cel ce a auzit că «În lume necazuri veți avea»? Pentru aceasta ne-a pregătit Domnul când ne-a chemat la Legea cea nouă, cuprinsă în Ferici: „Fericiți cei prigonii pentru dreptate, că a lor este împărăția cerurilor. Fericiți veți fi voi când vă vor ocări și vă vor prigonii și vor zice tot cuvântul rău împotriva voastră, mințind din pricina Mea” (Matei, 5, 10-11).

Propria noastră cruce pe care trebuie să o purtăm pentru a fi cât mai bine înarmați în urmarea Lui, înseamnă mortificarea trupului și chiar dacă suferim pe moment, nu suntem singuri în

această suferință, până când această cruce va fi răstignită și moartea va fi înghițită de biruință (Isaia 25, 8). Desigur pentru a ne lua crucea și a-l urma pe Domnul nostru Iisus Hristos, trebuie să ne smerim așa cum El Însuși S-a smerit.

Lepădarea de sine înseamnă smerenie, lepădare de egoism, nu înseamnă lepădare de identitate, de personalitate sau de responsabilitatea pe care fiecare dintre noi o avem față de familie, de societate, de datoritiile pe care le avem la locul unde ne desfășurăm activitatea. Nu trebuie să vedem totul centrat pe noi, pe interesul sau persoana noastră, eu și eu, uitând că noi înșine suntem darul lui Dumnezeu, ca și tot ceea ce ne înconjoară. De aceea trebuie să spunem cu Sfântul Apostol Pavel „dar prin harul lui Dumnezeu sunt ceea ce sunt; și harul Lui care este în mine n-a fost în zadar, ci m-am ostenit mai mult decât ei toți. Dar nu eu, ci harul lui Dumnezeu care este cu mine” (I Corinteni 15, 10).

Dar și noi suntem puși în fiecare clipă în situația aceasta, de a ne lepăda, pentru a nu ne pierde sufletele, de plăcerile păcătoase de poftete, de voile și patimile noastre, pentru a ne lua crucea și a ne răstigni lumii.

Cel ce se leapădă de sine este cel care renunță câte puțin la voia sa și cu ajutorul lui Dumnezeu ajunge să biruiască patimile: „Căci tăindu-și voia lui câștigă despătimirea și prin despătimire, vine cu Dumnezeu la desăvârșita nepătimire. El poate, pe o scurtă distanță de drum, să-și taie zece voi. El vede ceva și gândul îi spune: «la seama acolo», iar el zice gândului: «Nu iau seama»; și-și taie voia lui. Căci nu ia seama. Iarăși află pe unii care îl clevețesc și gândul îi spune: «Zi și tu cuvântul acesta». Și el își taie voia sa și nu-l zice. Și iarăși îi zice gândul: «Mergi, întreabă pe bucătarul ce fierbe». Și nu merge și-și taie voia lui. Vede iarăși ceva, și gândul îi spune: «Întreabă cine a adus aceasta?» Și el își taie voia sa și nu întreabă. Și tăind-o așa mereu, ajunge la obișnuința de a o tăia și începând de la cele mici ajunge să taie cu liniște și cele mari, și așa ajunge nici să nu mai aibă peste tot voie. Și orice i s-ar întâmpla îl lasă liniștit (il odihnește, n.tr.) ca și când i-ar fi propriu (după voia lui n.tr.)” (Ava Dorotei, **Despre lepădare**, 19, trad. intr. și note Pr. Prof. Dr. Dumitru Stăniloae, FR. IX, EIBMBOR, Buc., 1980, pp. 492-493).

Domnul ne avertizează că dorind să câștigăm lumea ne pierdem sufletul, pentru că lumea aceasta trecătoare, care nu se gândește la Dumnezeu, vorbește de adulter, corupție, bani, înșelare, iubire de sine și alte lucruri și bunuri trecătoare și pieritoare. Desigur că lumea este frumoasă, dar mult mai frumos



este Cel care a îmbrăcat-o cu așa frumusețe, de aceea ea poate fi iubită, dar numai în legătură cu Cel care a creat-o și să nu iubim mai mult creatura decât pe Creator. Adică să nu iubim mai mult darurile decât pe Cel care ni le-a dat.

Să presupunem că cineva face un dar special cuiva. Dar cel care a primit darul începe să disprețuiască pe dăruitor și să iubească mai mult darul decât pe cel care i l-a dat și nu îl mai vede pe dăruitor ca prieten, ci ca dușman. Așa se întâmplă și în raporturile noastre cu Dumnezeu. De aceea trebuie să știm că Dumnezeu îi iubește mai mult, pe cei care îl iubesc mai mult pe El, decât darurile pământești pe care le oferă și recunoaștem că darurile oferite de noi ca jertfă sunt: „Ale Tale dintru ale Tale, Ție îți aducem de toate și pentru toate”, cum auzim în cadrul Sfintei Liturghii.

Mântuitorul ne spune că cine va voi să-și scape viața și-o va pierde, iar cine își va pierde viața sa pentru Mine și pentru Evanghelie, acela și-o va mântui. Să ne gândim numai la perioada persecuțiilor când cei care erau prinși că sunt creștini, erau siliți prin diferite chinuri să se lepede de credința în Domnul nostru Iisus Hristos, dar ei alegeau mai bine să moară, să-și piardă viața pentru Dumnezeu pentru a se mântui, adică pentru a dobândi viața și fericirea veșnică în locul celei trecătoare. „Fiilor, fiți bărbați! Am pierdut tot ce aveam pe asta lume. Nu ne-au mai rămas decât sufletele. Să nu le pierdem și pe ele, ci să le ducem curate înaintea feței Mântuitorului nostru Iisus Hristos. Să spălăm păcatele noastre cu sângele nostru!”, sunt cuvintele de îndemn al Sf. Voievod Martir Constantin Brâncoveanu. Iar către fiul său cel mic Matei, care înfricoșat l-a rugat să-i permită să se lepede de credința creștină ortodoxă pentru a rămâne în viață, i-a zis: „Din neamul nostru n-a mai fost nimeni care să-și

piardă credința. Mai bine să mori de-o mie de ori decât să-ți renegi credința strămoșească pentru a trăi câțiva ani în plus pe pământ”. Tatăl lui i-a poruncit să se asemene fraților săi.

Mântuitorul spune mai departe în Sfânta Evanghelie că sunt unii din cei ce stau aici care nu vor gusta moartea până ce nu vor vedea Împărăția lui Dumnezeu venind întru putere. Acest lucru s-a împlinit pe de o parte cu Sfinții Apostoli, Petru, Ioan și Iacov, care au văzut slava lui Dumnezeu, atât cât au putut



ei cuprinde și toți apostolii la Cincizecime, au văzut Împărăția lui Dumnezeu venind întru putere când Duhul Sfânt s-a coborât peste ei în chip de limbi de foc. Pe de altă parte toți cei care au reușit să-și curățească sufletele prin pocăință de toată înținaciunea au reușit să vadă această lumină cerească a Împărăției lui Dumnezeu și să o simtă așa cum spune Sf. apostol Pavel ca dreptate, pace și bucurie în Duhul Sfânt (Rm. 14, 17).

În Sfânta Evanghelie suntem învățați să cerem să vie Împărăția lui Dumnezeu, cum spunem în Rugăciunea Tatăl nostru și că atunci când ne vom despărți de lume vom intra în Împărăția lui Dumnezeu. Ne putem întreba cum trebuie să înțelegem acest lucru. Lucru este simplu de înțeles dacă ne gândim la lumină, cum noi intrăm în lumină și cum lumina intră în noi sau cu aerul. Aerul intră în noi și noi în aer.

Fie ca Dumnezeu să ne binecuvânteze și pe noi ca să pregustăm încă din acest veac trecător de acum Împărăția lui Dumnezeu. Amin.

**Pr. Prof. Gheorghe Ionașcu**

(predică la Duminica a III-a din Post, a Sf. Cruci,  
Sf. Ev. Marcu 8, 34-38, 19 martie)

Sursă foto: Sf. Evanghelie

## File de Sinaxar

# Sfântul Nicolae Planas, ocrotitorul celor căsătoriți

*„Săltați acum popoare bătând din palme cu tărie și primiți pe Sfântul cel vestit între Sfinți, pe Nicolae Naxiotul, pe primitorul cel călduros al tuturor celor ce i se roagă și pârga cea dumnezeiască a tuturor preoților; pe cel care în vremurile din urmă a bineplăcut lui Dumnezeu” (Tropar)*

Sfântul Nicolae Planas s-a născut în insula Naxos în anul 1851 într-o familie de buni creștini. El a crescut cu inima aprinsă de dragostea pentru Dumnezeu, îndrăgind viața liturgică a Bisericii și învățând să citească din Psaltire și din Viețile Sfinților.

Sfântul Nicolae petrecea ore în șir într-un paraclis al Sfântului Nicolae aflat pe moșia părinților și cânta tot ce știa la vremea aceea, fără a ține cont de orele trecute, și nici de sete sau foame. După moartea tatălui s-a mutat cu familia la Atena și apoi s-a căsătorit cu tânăra Eleni Provelegiou, cu care a avut un singur copil: Ioan. Mai târ-

ziu a fost hirotonit diacon și preot, iar după moartea soției a slujit timp de 50 de ani în fiecare zi, fără a se îmbolnăvi vreodată.

După slujbe, propovăduia iubirea Domnului din casă în casă, iar seara și-o încheia la priveghere. Nu mânca decât la finalul zilei, „hrana” lui fiind miile de pomelnice pe care le purta la el mereu și pe care le pomenea la fiecare Proskomidie. Se îngrijea de familiile sărace și mai ales de văduvele tinere, ca să nu recurgă la păcate, pentru bani. Și cu toate că ducea o viață sfântă, în cea mai adâncă smerenie, ochii lui erau înlăcrimați adesea pentru păcatele sale.

Întreaga viață a sfântului Nicolae Planas a fost una caracterizată de jertfă. El a trăit în mijlocul oamenilor, fiind o pildă vie de viețuire creștină. Sfântul Nicolae Planas este cunoscut ca ocrotitor al celor căsătoriți deoarece multe sunt familiile care, în urma rugăciunilor către sfânt, au dobândit liniștea.



Rugăciunea era mângâierea părintelui Nicolae, iar luminarea harului pe care o primea prin ea îl ajuta să descopere în sufletele celor ce-l căutau, patimile și păcatele cele mai ascunse, de care nici cei veniți la spovedanie nu-și dădeau seama. În biserița în care slujea regulat veneau credincioși din toate colțurile Atenei. Oriunde cunoștea familii nevoiașe, se ducea, fără ca să-l vadă cineva, și le ajuta cu tot ceea ce aveau nevoie. A căsătorit multe fete sărace, a sprijinit studenți, plătind cursurile și cărțile celor nevoiași, toate făcute în desăvârșita discreție.

Odată, ducându-se să împărtășească un lepros, acestuia i-a căzut din gură Sfânta Împărtășanie. Fără să șovăie, sfântul s-a aplecat și a luat cu gura sa Împărtășania care căzuse. Iată câtă evlavie față de Sfintele Taine, iată câtă dragoste de Hristos. Părintele ar fi putut să le ardă, dar nu a făcut-o. Și nu s-a îmbolnăvit de lepră, așa cum s-ar aștepta cei care hulesc împărțirea creștinilor din aceeași linguriță.

*Din minunile Sfântului Nicolae Planas:*

„O tânără trăia de noua ani în desfrâu cu un bărbat care nu voia să o ia de soție. Sfântul, înțelegându-i frământarea, a spus că vrea să îl cunoască pe acest om. Cum au ajuns în fața părintelui Nicolae, bărbatul a spus: „Vreau să mă căsătoresc!”. Lanțurile diavolului care îl ținuseră legat atâția ani s-au sfărâmat la vederea robului

lui Dumnezeu. Cât de mare a fost bucuria fetei, și cât de mare este bucuria tuturor fetelor și femeilor care, după ce ani de zile încearcă să îi convingă pe cei cu care trăiesc în păcat să se căsătorească, își văd așteptarea împlinită...”

„O fată suferea de o boală psihică și, pentru că vreme de două luni nu dormise, ajunsese la epuizare. În cele din urmă, după ce a fost acoperită cu un palton al sfântului, palton care după moartea sfântului rămăsese la rudele sale, fata a căzut într-un somn adânc. S-a în-sănătoșit și, deși atunci când era bolnavă doctorii îi spusese că nu poate avea copii sănătoși și îi interzisese să se căsătorească, cu ajutorul lui Dumnezeu și pentru rugăciunile sfântului s-a măritat și a avut copii foarte sănătoși.”

„O femeie avea de mulți ani neînțelegeri cu bărbatul ei. După ce a reușit să facă rost de niște mânecute de la o pereche de veșminte cu care slujise sfântul, le-a pus în casa ei într-o cutiuță pe care o ținea pe un iconostas. După ce s-a rugat sfântului, liniștea binecuvântată a venit și în familia ei.”

Sfântul Nicolae Planas pleacă la cele veșnice la 2 martie 1932. La vreme rânduită de Dumnezeu a fost

aflat nestruciat, răspândind bună mireasmă și săvârșind mulțime de minuni celor ce i se roagă cu credință. Trecearea sa în rândul sfinților s-a săvârșit la 23 iulie 1992.

**Pr. Daniel Budeanu**

Sursă foto: doxologia.ro



## Duminica a patra din Post

Ne apropiem încet de Învierea Domnului. Ne aflăm deja în a doua parte a Postului Mare. Până acum, am avut Duminica Ortodoxiei, a Sf. Grigorie Palama și a Sf. Cruci. Azi, din nou, sărbătorim duminica unui sfânt. E vorba despre Sf. Ioan Scărarul. Acesta mai e prăznuit pe 30 martie. Deși nu e la fel de cunoscut precum Sf. Ioan Botezătorul, totuși, și acest Ioan are o mare importanță. Evident, numele său de familie nu e „Scărarul”. Această titulatură a primit-o datorită operei sale. Mai e cunoscut sub numele de Scolasticul datorită pregătirii sale intelectuale deosebite. Fiindcă a viețuit pe muntele Sinai, a mai primit numele de „Sinaitul”. Opera „Scara dumnezeiescului urcuș” a fost tradusă și în lb. română. Ea se află în Filocalia, volumul al IX-lea. E disponibilă gratis online. Aceasta cuprinde 30 de „trepte” (capitole). Numărul nu este unul întâmplător. El reprezintă vârsta pe care o avea Mântuitorul nostru Iisus Hristos atunci când a început să propovăduiască Sf. Evanghelie. Prima „treaptă” e „Despre lepădarea de viața deșartă și despre retragere”. Traducerea părintelui Dumitru Stăniloae e una corectă.

Dumnezeu nu e împotriva lumii. În schimb, lui Dumnezeu nu-l place modul de viață omenească. Însă, chiar și așa, El e Dumnezeu „celor ce cred și nu cred”. În al II-lea capitol, ni se vorbește „Despre despătimire”. Aici, cităm următorul pasaj: „Cel ce iubește cu adevărat pe Domnul, ... nu se va mai îngriji nici de bani, nici de averi”. Prin aceste cuvinte, nu trebuie să înțelegem că nu trebuie să ne îngrijim de viața aceasta. Însă, una e a avea grijă de cele firești ale existenței, și alta e a te axa doar pe viața aceasta. Urmează treapta „Despre înstrăinare”. Aici ni se zice că trebuie să „fugi ca de bici de locurile căderilor”. E normal ca nimănui să nu-i placă să fie biciuit. Dar, firesc ar fi să evităm atât cât ne stă în putință, locurile unde suntem foarte tentați să săvârșim păcate. După aceea, ni se vorbește „Despre fericita și pururea pomenită ascultare”. Aici ni se dă o magistrală definiție a acesteia, ea fiind „mormânt al voinței și înviere a smereniei”. Nu înseamnă că dacă facem ceea ce vrem, neapărat facem și o faptă bună. Apoi, avem capitolul „Despre pocăința cea făcută cu grijă și deplin arătată, în care se vorbește și despre viața sfinților osândiți și despre închisoare”. Ea e numită ca fiind „cumpărătoare a smereniei”. De fapt, nu există pocăință fără smerenie. Mai departe, urmează

„Despre pomenirea morții”. Aici, amintim următoarele cuvinte: „aducerea aminte de moarte e cea mai de trebuință dintre toate lucrările (de curățire de patimi)”. Omul care e conștient de faptul că va muri într-o bună zi, cu greu va mai fi capabil să mai săvârșească vreo faptă rea. În continuare, vorbim „Despre plânsul de bucurie-făcător”. O metaforă extrem de frumoasă e următoarea: „Plânsul e un ac de aur al sufletului”.

E drept că plânsul e ceva rău, dar, atunci când plângem pentru păcatele noastre atunci e spre folosul sufletului nostru. Urmează capitolul „Despre nemăniere și blândețe”. Luțimea e definită ca fiind „lipsa de așezare a sufletului”. De foarte multe ori, ajungem să regretăm foarte repede, momentele noastre de mânie necontrolate. Mai departe, vom vorbi despre capitolul „Despre ținerea de minte a răului”. Despre dragoste, aici, ni se zice că ea e „masa” care risipește „ura”. Deci, acolo unde există cu adevărat iubire, n-are cum să existe și ură, în același timp. În continuare, a fost scris capitolul „Despre clevetire”. De fapt, doar Dumnezeu e îndreptățit să judece fiindcă „a judeca înseamnă a răpi cu obraznicie un drept al lui Dumnezeu”. Următorul capitol e intitulat „Despre multa vorbire și despre tăcere”. Cea dintâi e denumită ca fiind „catedra slavei deșarte”. Aceasta se întâmplă de foarte multe ori fiindcă omului căruia îi place să vorbească extrem de mult, o face doar ca să se laude. Mai departe, ni se vorbește „Despre minciună”. Ea înseamnă „pieirea dragostei”. Acolo unde există minciună, nu poate să existe în același timp și iubire. Urmează capitolul „Despre lenea sufletească”. Despre ea, ni se zice că risipește „toată bogăția”. De foarte multe ori, fiecăruia dintre noi ni se întâmplă să ne fie extrem de greu să punem în practică teoria pe care o cunoaștem. În continuare, ni se vorbește „Despre pântecelul atotlăudat și tiran”. „Lăcomia stomacului” e definită ca fiind „fățărnicia pântecelui”. Nu mâncarea în sine e rea, ci lăcomia. De asemenea, despre curăție ni se zice că aceasta e „casa prea iubită a lui Hristos” etc.

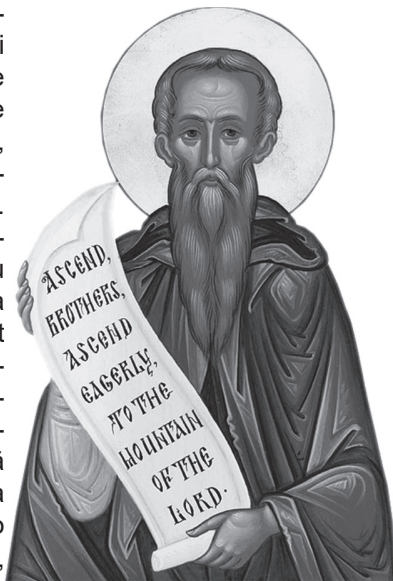
Până acum, am făcut un mic rezumat al primelor 15 capitole ale cărții. Însă, oricând putem să „cădem” de pe scară, din cauza iubirii de arginți. De asemenea, nu vom

„aluneca” de pe ea, dacă vom continua să ne rugăm. Fiindu-ne teamă să nu „picăm” de pe scară, s-ar putea ca tocmai această frică să ne provoace căderea. Chiar dacă am ajuns atât de sus, slava deșartă și mândria pot să ne risipească urcușul pe care l-am făcut până acum. Blândețea și smerenia ne apropie de capătul acestei „scări”. La un moment dat, ni se face și o scurtă recapitulare a celor enunțate până acum. Finalul e reprezentat de cele 3 virtuți teologice: credința, nădejdea și dragostea. Către Rai nu se poate urca prin intermediul „liftului”. Și e nevoie e un efort continuu de-a lungul vieții. Precum e nevoie ca scara să fie ținută de cineva de jos ca să nu cădem de pe ea, la fel și urcarea către Împărăția Cerurilor, nu poate să fie realizată fără ajutorul lui Dumnezeu. Poate că ni se par extrem de multe trepte. Dar, să ne gândim cât de mult efort depune un om pentru a ajunge medic. Pe lângă anii de școală, liceul, facultate, urmează și rezidențiatul. Probabil că vorbim de cel puțin 20 de ani de muncă. Dacă pentru cele lumești, ne chinuim atât de mult, e firesc să facem tot ceea ce putem să ajunge în Rai. Însă, să luăm aminte că în Împărăția lui Dumnezeu, există doar calificativele admis și respins. Astfel, nu putem să spunem e suficient că am îndeplinit 29 de trepte din cele 30. Însă, să nu ne amăgim, spunând că avem timp la bătrânețe să urcăm treptele scării „sfînteniei”.

Când vom fi bătrâni, vom spune că suntem neputincioși. De fapt, să nu uităm că nimeni nu poate să ne garanteze faptul că atingem bătrânețea. De fapt, efortul pe care îl depunem în această viață pentru a atinge mântuirea reprezintă o fracțiune de secundă față de timpul pe care îl vom petrece în Rai. Să nu privim la cele de pe pământ. Și să căutăm la cele veșnice. Să luăm această hotărâre azi. Să nu ajungem să ne regretăm faptele atunci când va fi prea târziu. Să lăsăm mândria. Să ne îmbrăcăm în haina smereniei. Și atunci ne vom bucura împreună de decizia pe care am luat-o. Dumnezeu să ne ajute pe fiecare dintre noi. Amin.

**Prof. Ionuț-Cătălin I. Popescu**  
(reflecție la Duminică Sf. Ioan Scărarul,  
Sf. Ev. Matei 4, 25; 5, 1-12, 26 martie)

Sursă foto: doxologia.ro



## Traduceri. Uriașii în Biblie (2). Goliat

Desigur, cel mai renumit uriaș a fost puternicul filistean ucis de David. Iată cum este descris el în Scriptură:

„Atunci a ieșit din tabăra Filistenilor un luptător cu numele Goliat, din Gat. Acesta era la statură de șase coți și o palmă. Pe cap avea coif de aramă și era îmbrăcat cu platoșă în solzi; greutatea platoșei lui cântărea cinci mii de sicli de aramă; în picioare avea cizme cu tureci de aramă și la umăr purta un scut de aramă. Coada sulitei lui era ca sulul de la războaiele de țesut, iar fierul sulitei era de șase sute sicli de fier, și înaintea lui mergea purtătorul lui de arme” (I Regi 17, 4-7).

Observați că Goliat era din Gat, care s-a întâmplat să fie unul dintre cele trei locuri în care au rămas anachimii, conform Iosua 11, 21-22. Deci, deși nu este numit astfel, este posibil ca Goliat să fi fost un descendent al fiilor lui

Enac care s-au amestecat cu populația filistenă din acea zonă<sup>1</sup>.

Există o dezbatere despre înălțimea lui Goliat din cauza variantelor textuale din manuscrisele antice. Cele mai multe traduceri în limba engleză urmează textul masoretic în enumerarea înălțimii sale la „șase coți și o palmă” (aproximativ 2,97 m). Cu toate acestea, Biblia NET îl pune pe Goliat la „înălțimea de aproape șapte picioare”. Motivul discrepanței este că Textul Masoretic diferă de unele texte antice, inclusiv Septuaginta și un manuscris străvechi găsit printre Manuscrisele de la Marea Moartă, etichetat 4QSam<sup>a</sup>, care listează înălțimea lui Goliat la patru coți și o palmă (aproximativ 2,05 m).

Mulți savanți moderni cred că există un sprijin textual mai puternic pentru Goliat mai scund. Dar, deși nu este



numit în mod specific *uriah* în acest pasaj, II Regi 21, 15–22 pare să-l identifice pe Goliat drept „*uriahul*” (*rafah*) din Gat. Sunt furnizate și alte detalii care fac din „șase coți și o palmă” cea mai probabilă înălțime. De exemplu, greutatea enormă a armamentului său a cerut să fi fost de dimensiuni și putere enorme. Cămașa lui de zale cântărea aproximativ 57 kg și doar vârful sulitei era de 7 kg. Acest lucru nici măcar nu ține cont de casca, armura de pe picioare, sulita sau sabia lui. De asemenea, personal îmi este greu să cred că fiecare membru al armatei lui Israel ar fi fost îngrozit de cineva care avea înălțimea mea (2,05 m)<sup>2</sup>.

Există multe alte detalii din relatarea lui David și Goliat care sunt adesea trecute cu vederea. Majoritatea oamenilor presupun că David a fost un tânăr scund când a luptat împotriva *uriahului*, dar Biblia este foarte clar că David a fost considerat „un om puternic, viteaz [și] un om de război” (1 Regi 16, 18) înainte de lupta cu Goliat.

### Alți uriași din Biblie

Biblia menționează încă patru uriași filistenii, care erau rude cu Goliat din regiunea Gat. II Regi 21, 15–22 oferă o relatare mai detaliată a acestor uriași decât istorisirea din 1 Paralipomene 20, 4–8, dar ultimul fragment oferă unele informații suplimentare care ne ajută să înțelegem pasajul. Detaliile suplimentare din 1 Paralipomene sunt furnizate între paranteze.

„Când filistenii erau din nou în război cu Israel, David și slujitorii lui s-au coborât și au luptat împotriva filistenilor; iar David a obosit. Atunci Işbi-Benob, care era unul dintre fiii *uriahului* (*Rafa*), a cărui greutate a sulitei era de trei sute de sicli de aramă, care purta o sabie nouă, a crezut că poate să-l omoare pe David. Dar Abişai, fiul Teruiei, i-a venit în ajutor și l-a lovit pe filistean și l-a omorât. Atunci bărbații lui David i-au jurat, zicând: «Nu vei mai ieși cu noi la luptă, ca să nu stingi candelă lui Israel».

Acum, s-a întâmplat după aceea că a avut loc din nou o bătălie cu filistenii la Gob [sau „Ghezer”]. Atunci Sibecai Huşatitul l-a ucis pe Saf [sau „Sippai”], care era unul dintre fiii *uriahului* (*Rafa*). Din nou a fost război la Gob cu filistenii, unde Elhanan, fiul lui Laare-Oreghim [sau Iair] Betleemitul, a ucis pe fratele lui Goliat Gatitul [Lahmi], a cărui sulită era ca sulul unui război de țesut.

Din nou a fost război la Gat, unde era un bărbat de statură mare, care avea șase degete la fiecare mână și șase degete la fiecare picior, în număr de douăzeci și patru; tot din urmașii *uriahului* (lui *Rafa*). Acesta hulea pe Israeliti, dar l-a ucis Ionatan, fiul lui Șama, fratele lui David. Toți acești patru oameni erau din neamul lui *Rafa* (*uriahului*), din Gat, și au căzut de mână lui David și a slugilor lui” (2 Regi 21, 15–22).

Oamenii puternici ai lui David au ucis uriași pe nume Işbi-Benob, Saph (Sippai) și Lahmi, precum și un uriaș fără nume, cu șase degete pe fiecare mână și șase de-

gete pe fiecare picior. 20 Fiecare dintre acești bărbați ar fi putut să descindă din rămășița anachimilor, care au supraviețuit în regiunea Gat, Gaza și Asdod (Iosua 11, 22).

### Un gigant egiptean?

Unul dintre oamenii puternici ai lui David, Benaia, fiul lui Iehoiada, a învins un egiptean mare:

„Tot el a ucis un egiptean, un om cu statură de cinci coți, care avea în mână o sulită, ca un sul de la războiul de țesut; el s-a dus la el cu toiagul, i-a smuls sulita din mână și l-a ucis cu sulita lui (1 Paralipomena 11, 23).

Deși este adesea considerat un uriaș, Biblia nu îl identifică în mod specific pe acest om ca fiind unul și nici nu plasează această relatare pe același loc cu isprăvile celorlalți oameni ai lui David care au ucis uriași, dar oferă înălțimea lui ca fiind „de cinci coți” (aproximativ 2,29 m). KJV, NKJV, NASB, ESV și alții introduc cuvântul „mare” înainte de „înălțime” sau „statură”, dar „mare” nu apare în ebraică. Este posibil ca adaosul să fi fost făcut în scopuri stilistice și de lizibilitate sau pentru că înălțimea lui este furnizată mai târziu în vers. Traducerea literală a lui Young redă acest verset într-o potrivire aproape perfectă cuvânt cu cuvânt a ebraicii: „Și el a lovit pe omul egiptean – un om de măsură de cinci coți – și în mână egipteanului era o sulită ca un sul de țesători” (1 Cronici 11, 23).

În relatarea paralelă din 2 Regi 23, 21, egipteanul este numit „un om spectaculos” în NKJV și „un om impresionant” în NASB. În timp ce omul modern se poate gândi la un bărbat de 2,29 m ca la un gigant, este intrigant faptul că Biblia nu îl identifică ca atare. Poate că acesta este un indiciu că cei care sunt identificați ca giganți au fost mai mari decât egiptenii uciși de Benaia. O altă explicație pentru această omisiune este că mulți dintre uriași au fost numiți după triburile lor specifice (Anakim, Emim etc.), dar se spune că egipteanul înalt nu aparține niciunuia dintre aceste grupuri gigantice. Dacă aceasta este situația, este curios de ce scriitorii biblici nu ar folosi pur și simplu un termen generic pentru „gigant”, cum ar fi *rapha*.

În urma acestor relatări din 2 Regi și 1 Paralipomena, uriașii dispar din paginile Scripturii (altele decât menționarea retrospectivă a amoritilor ca giganți în Amos 2:9).

Tim Chaffey, [answersingenesis.org](http://answersingenesis.org)  
Traducere de Prof. Mihai-Ionuț Coană

<sup>1</sup>Cuvântul „filistean” poate însemna „imigrant” sau „străin”, iar Biblia ne informează că filistenii provin de la Mițraim, fiul lui Ham, care a fost tatăl casluhimilor, „de la care au venit filistenii” (Facerea 10, 14-n.a.).

<sup>2</sup>Se spunea că regele Saul era cu un cap mai înalt decât oricare dintre popor (cf. 1 Regi 9, 2), dar nu era considerat un uriaș. Dacă Goliat avea doar 2,05 m, pare ciudat că și Saul nu a fost considerat un gigant (n.a.).

## Scrisori din Siberia (2)

(urmăre din pagina 12)

Știți că lucrarea diavolului astăzi, ce și-o face el cu toți este „dezbină și stăpânește”. E o ziceră filosoficească-drăcească.

Virtutea dragostei le cuprinde pe toate: răbdarea, smerenia, cugetarea smerită, curăția trupului și a sufletului. Cum dar, de ce oare Sf. Ioan Evanghelistul spunea în ultimii ani ai vieții sale: Iubiți-vă unii pe alții, iubiți-vă unii pe alții? Ajunsese la adânci bătrânețe și când îl aduceau, sprijinit pe brațe, în mijlocul creștinilor, atât, doar atât era predica lui. Scurtă...

Când voi, copii mei, puneți capul pe pernă, gândiți-vă la iubirea Maicii Domnului față de Pruncul ei dumnezeiesc. Inima voastră va izvorî atunci miresme întrăripate

către cer. Gândiți-vă, Sfinția ta, Părinte Filaret, că un frate ce-l iubești, Piotr, te poartă pe înălțimile dragostei și mijlocirilor cerești, iar tu, iubitul meu Piotr, că un părinte Filaret are o inimă ce bate pentru tine: *Gospodi pomilui, Gospodi pomilui, Gospodi pomilui* (Doamne miluiește – n.red.)...

O, Doamne, iar când somnul vă fură deja și ochii se închid, spuneți și voi, copiii mei, pentru un moșneag învechit: „Doamne, miluiește-l și mântuiește-l pe amărâtul Selafii”.

Piotr, copile, fii cu dulce inimă.

Te iubește un bunel,

+Selafii.”

Sursa: [cuvantul-ortodox.ro](http://cuvantul-ortodox.ro)

## Scrisori din Siberia (2)

23 octombrie 2005:

„Scrisoare a Părintelui Selafii, adusă pre limba românească de V. ierom., pentru fratele iubit, Piotr.

Harul dumnezeiesc să te strălucească și să te curățească, inima mea dulce, Piotr! Un copac scorburos și cioturos nutrește dorința plină de dragoste de a vorbi unui copăcel tânăr, care, așa cum el însuși grăia cândva, are numai cinci anișori [de viață duhovnicească, n.n.]. Copacul cel bătrân privește, cu ochii nevăzuți și nedebuiți încă de pădurarii ce trec prin desigurii din vreme în vreme, către copăcelul cel tânăr și foșnește din frunze cu dragoste către acesta, dorind a-l îmbrățișa, a-l ocroti de vântoasele ce se îndreaptă tot mai des spre pădurea cea liniștită. Copacul cel cioturos este foarte bătrân, iar lemnul lui este numai bun de foc. Frunzele copacului bătrân sunt uscate. Însă ceea ce-l mai ține în picioare pe bătrânul copac este dorința lui de a vedea puțin că acel copăcel tânăr a devenit deja copac vânos, pe care nici vânturile, nici înghețurile, nici arșița nu-l doboară.

Copilul meu drag, Piotr. Cât am fost bolnav, m-am gândit mult la tine și la voi doi. M-am rugat toată vremea, întru ale mele neputințe, și mă rog încă, pentru ca Dătătorul de Viață să vă dea seva cea plină de viață duhovnicească în vinele sufletului vostru. Eu nu pot să știu exact câte furtuni vor mai veni în viitorul apropiat și cât va mai îngădui Domnul să stea în picioare pădurea, cât vor mai zăbovi tăietorii... Iată, secura este la rădăcina copacului...

Vremurile s-au apropiat de sfârșit. Nu vreau să te sperii, iubitul meu copil, poate Domnul va mai îngădui puțin timp pentru pocăința noastră.

Noi nu știm anume cât, dar mai este puțin timp, puțin timp. Părintele duhovnic de la Lavra Sf. Treime (Troitsa Sergheevska Lavra, din Moscova, unde este un duhovnic renumit în întreaga Rusie, ce are deja peste 90 de ani, nota trad.) îmi scrie că și el este îngrozit de răutatea ce s-a întins ca o plagă peste întreaga lume. Multe răutăți. Dar mai cu seama condițiile cele politice și economice care sunt gata a primi venirea Antihristului.

Părintele are multă carte, eu sunt mai simplu și nu prea înțeleg toți termenii ăștia ce mi-i scrie, doar că simt că noi toți ne îndreptăm spre sfârșitul vremii ce o putem numi fără să greșim, eshatologică. Numai cineva orb la minte poate crede că totul este o fericire și că Biserica sau monahismul vor intra într-o epocă aurită. Cel mai greu va fi pentru oamenii cu familii și cu copii, căci legându-se ei de aceștia și de bănuțul pentru care trudes, cu greu se vor putea desprinde de toate. Dar și pentru ei Domnul va rândui ceva. Piotr, Piotr, tu ești o mlađiță tânără și atât de fragilă... Cred lui Dumnezeu că El Se va îngriji de tine ca să nu te rupi sub vânturile ce vor veni.

„Cum ne vom mântui noi?”, adesea mă întrebau mulți și în Rusia despre aceasta. Iar eu le răspundeam așa: Care dintre voi are copii și familie, să-i crească în frica lui Dumnezeu și să țină poruncile. Domnul nu le va înșela așteptările. Celor ca tine, așa, inima mea dulce, care simțeau mai adânc dulceața harului, le recomandam cu tărie cuvântul Sfintei Scripturi de a viețui nelegat de fe-

meie și cu deasa spovedanie, iar de pot să intre în mănăstiri, să intre. Văd că nevoințele cele mari, asceza de odinioară, s-a dus de la cei din vremea de acum. Este o trăsătură a omului modern... Și atunci, ceea ce lucrează acum mântuirea este dragostea cea îndelung răbdătoare. Delicatețea și gingășia viețuirii. Acestea nu sunt nici ele ușor de dobândit, pentru că sunt legate de călcarea peste mândria proprie. Dar tocmai de aceea sunt mântuitoare.

„Tu mă căutai pe mine și eu te căutam pe tine”, am citit că și-au spus doi mari Părinți atoniți contemporani, ce s-au dus la Domnul cu câțva timp în urmă. Cred că vorba aceasta este potrivită ție și părintelui Filaret. Numai că Părintele Filaret trebuie să se ostenească întru ascultarea a ceea ce îi spui, întru înmulțirea dragostei și înțelegerea ispitelor tale, copile. Și tu, inima mea dulce, asemenea.

Piotr, Piotr, întoarcerea inimii spre rugăciunea lui Iisus scoate multe putrejuni la suprafață. Nebănuite și nedorite. Surprinzătoare, la care tu însuși te îngrozești (sublinierea Bătrânului). Dar trebuie și aceasta să fie, să nu te sperii dacă se întâmplă sau va fi așa ceva... Piotr, tu vei avea multe mângâieri de la Domnul, așa cum ai avut și până acum. Eu mă rog Preacuratei Maicii Sale să te ocrotească și să te acopere. Nu te teme, mergi pe acest drum, cu aceste hotărâri în inimă și nu-ți va părea rău. E calea cea strâmtă, și pentru a rămâne pe ea trebuie să nu fii singur.

Însoțește-te cu frații de un cuget, agață-te de Părintele duhovnic. Și din când în când mai privește și la mine, să se bucure de creșterea copăcelului și bunelul tău. Mai cu seama însă, tine minte despre tine și batiushka Filaret: „tu îl căutai pe el și el pe tine”. Îmi amintesc de fratele Toma (P. Timotei) și mai cu seama de cât îl supăram, îl făceam ferfeniță cu gândurile mele, dar ciudat, în același timp, inima mea îl iubea. Îți spun acestea întrucât eu și el am „crescut” alături ani de zile, dar el a rodit mult iar eu am făcut numai frunze. Vrajmașul îmi aducea – nu rar – în minte gânduri și stări nesuferite despre fratele Toma, spre exemplu legate de felul cum pregătea masa, de cum cosea comenzile (ne ocupam cu croitoria), socoteam că face cusăturile și croielile special ca să mă scoată din sărite. Îl învinuiam că e cam uituc în treburile sale, eu îl întrebam ceva și el zicea: Am uitat! Eu răspundeam: Acum îți amintești, de ce, de ce? Sau cumva mi-ai ascuns? Dar deodată îmi veneam în fire și mă cuprindea o amară părere de rău. Atunci fratele Toma mă lua la lac cu barca și începea să cânte din chitară, cântări frumoase, vechi, din vremea țarului. Îl iubeam mult, cel mai mult din frații de un cuget, și îl iubesc pe părintele Timotei, acum, dus la cer. Și eu mă voi alătura lui, poate, și vom fi iar împreună și nimic nu ne va despărți.

Sunt multe de spus, am să vă mai scriu din viața noastră și altă dată, copiii mei dragi. Băgați de seamă, poate vor fi asemenea lucruri pe viitor și între voi, sau le veți vedea și la alți frați. Întăriți-i pe toți. Nu vă despărțiți.

(continuare în pag. 11)

