



Parohia „Înălțarea Domnului”

Str. Crinilor 45, Pașcani, jud. Iași  
inaltareadomnului.pascani@gmail.com

Paroh: Pr. Marius Ionuț Tabarcea

+40 745 776 456

Coslujitor: Pr. Leonardo Ioan Atudorei

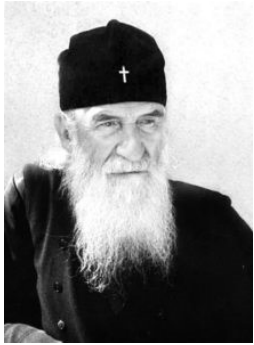
+40 747 580 111

# Bucurați-vă!

„Bucurați-vă în nădejde; în suferință fiți răbdători; la rugăciune stăruivi.” (Romani 12, 12)

Anul IV • Nr. 7 (90) • 26 februarie 2023

Publicație editată și distribuită gratuit de Parohia „Înălțarea Domnului” Pașcani, Protopopiatul Pașcani



## Calea spre mântuire

### Să respectăm poruncile lui Dumnezeu!

Sfântul Iustin Popovici († 1979)

„Pe Pomul cunoașterii din Rai a fost un fel de test, o încercare, un exercițiu al ascultării sau neascultării umane. De aceea a și fost numit pomul cunoașterii binelui și a răului. Poate că această denumire i-a fost dată întrucât dădea celor care mâncau roadele lui puterea să-și cunoască propria lor natură. Această cunoaștere este bună pentru cei desăvârșiți și pentru cei care nu se tem de cădere.(...)Totuși nu este bună pentru cei neîncercați și stăpâniți de dorințe pătimase, întrucât nu sunt statorniciți în bine și sunt insuficient de întăriți în atașamentul doar de ceea ce este bun. După natura sa, pomul cunoașterii binelui și a răului n-a fost cel care a adus moartea. Dimpotrivă, a fost bun, precum toate celelalte făcute de Dumnezeu, doar că l-a ales pe acesta să fie mediul prin care se va dovedi ascultarea omului față de El.”



## Cuvânt de folos

### Gânduri despre Postul Mare

Preot Constantin Sturzu | Doxologia.ro

Începutul Postului Mare se face oarecum „abrupt”. Cei care pot, țin post negru de luni până miercuri, când se împărtășesc la Liturghia Darurilor mai înainte sfințite. Întrebarea este: de ce nu se recomandă o înfrânare graduală? Se știe că organismul se adaptează mai ușor dacă reducem treptat hrana, decât dacă luăm această decizie radicală, de a nu mai mânca nimic câteva zile (și chiar de a nu bea apă, pe cât posibil). Motivația nu poate să fie decât una duhovnicească. Duminica ce precede aceste zile de post aspru este cea a „izgonirii lui Adam din Rai”. Ce s-a întâmplat cu Adam atunci? Tradiția ne spune că a stat cu tănguire mare „în preajma grădinii desfătăciunii”, unde nu mai putea intra, pentru că Dumnezeu „puse hieruvimi și sabia cea de pară ce să întoarcă, ca să păzească calea lemnului vieții” (citatele sunt din cartea Facerea 3, 24 a *Bibliei de la 1688*). După încălcarea poruncii, Adam s-a văzut pe sine nu doar gol, ci și flămând, lipsit de harul din care se hrănea și cu care era acoperit. Și asta dintr-o dată! Categorie, a fost un șoc pentru el și pentru Eva! Încât și noi, în primele zile din Postul Mare, suntem îndemnați să ne lipsim nu doar de mâncare și băutură, ci de orice fel de hrană a ochiului, urechii, minții. E un prilej de a conștientiza condiția noastră pe acest pământ. Depărtarea de Creator a condus la o lipsă de libertate și la o stare de dependență de cele create (mai ales de hrana biologică). Fără un post cât mai aspru, nu pricepem cu adevărat de ce ar trebui să-L căutăm cu toată inima pe Dumnezeu, ci ne tot amăgim că ne este bine și căutăm spre cele dumnezeiești mai degrabă la modul teoretic, decât în chip existențial. (continuare în pag. 2)

## Perioada Triodului, uncuș spre Înviere

### Cele zece trepte ale Scării Triodului și explicarea lor (IV)

**4** Duminica izgonirii lui Adam din Rai sau a lăsatului sec de brânză este în strânsă legătură cu Duminica precedentă. Judecata lui Dumnezeu și izgonirea lui Adam din Rai sunt cele două limite ale timpului umanității. Însă Sfinții Părinți au așezat întâi finalul, spre care tindem, iar apoi ne-au arătat de unde am pornit. Pentru a face un pas spre viitor trebuie să-ți asumi trecutul și să-l transfigurezi. La începutul Postului Mare noi ne asemănăm mai mult cu Adam cel căzut, pentru a ajunge la sfârșitul lui, în noaptea Învierii să fim ca Adam cel nou, Hristos Domnul. Această Duminică se mai cheamă și **Duminica iertării**, pentru că ne cerem iertare unii altora spre a intra în post împăcați. Tocmai despre iertare și post ne vorbește și pericopa evanghelică (Matei 6, 14-21).

E chiar și un post aspru se ține cu un anumit **discernământ**. El este rându-it de duhovnic pentru fiecare ucenic în parte, funcție de măsura duhovnicească, de vârstă, de starea de sănătate etc. **Fericita Sinclitichia** spunea că „nevoia noastră trebuie bine înțeleasă”. Să avem grijă, că și diavolul ne poate îndemna la o postire, însă la una peste puterile noastre sau instigându-ne să ne mândrim cu asceza noastră. Și, astfel, cădem fie în deznădejde, fie în slavă deșartă.

În postul obișnuit, avem ca reper **cumpătarea**. **Avva Eftimie** zicea că „înfrânarea înseamnă a nu mânca pe săturate și totdeauna să simți că încă îți mai este foame și ai dori să mai mănânci”. Iar **Palladius** mergea și mai departe cu raționamentul: „mai bine să bei vin cu moderație, decât apă în exces!”

\*\*\*

**P**ostul este și **pregătire pentru a primi mai mult har de la Dumnezeu**. Pe vremea **Sfântului Ioan Gură de Aur**, unii se întrebau de ce trebuie să aștepte să se facă botezul lor de Sfintele Paști, după perioada Postului Mare, dacă harul lui Dumnezeu este același în orice timp. Acestora le răspunde astfel Arhiepiscopul de atunci al Constantinopolului: „Și la Pavel, nu a venit îndată harul, ci au fost la mijloc trei zile în care a fost orb, fiind curățat și pregătit dinainte prin frică. Fiindcă, precum cei ce vopșesc purpura pregătesc mai întâi materialul care primește culoarea prin alte substanțe, ca să nu-i treacă luciul, așa și aici, Dumnezeu mai întâi pregătește sufletul îngrijit și atunci varsă harul. Pentru aceasta nici n-a trimis imediat pe Duhul, ci la Cincizecime. Harul același este și atunci, și acum, dar mintea se face mai înaltă acum, fiind pregătită prin postire”.

\*\*\*

## Gânduri despre Postul Mare

Preot Constantin Sturzu | Doxologia.ro

**P**ărintele **Alexander Schmemmann** explică de ce în perioada Postului Mare **slujbele sunt „mai lungi” și „mai monotone”**. El vorbește despre o „tristețe strălucitoare”: „Este pur și simplu imposibil să trecem din starea «normală» a minții noastre – plăsmuită aproape în întregime din agitație, fugă și griji –, în această nouă stare, fără a ne liniști mai întâi, fără a reface în noi o măsură a echilibrului interior”. Firea noastră „a pierdut iscusința de a păși într-o altă lume”, aceea a prezenței lui Dumnezeu. Postul Mare și slujbele specifice lui sunt **remediu** pentru această neputință a noastră. Așadar, călătoria către Dumnezeu începe cu un popas – cu liniștirea ființei noastre.

\*\*\*

**A**tenție trebuie să avem nu doar la ce mâncare și câtă intră în gura noastră, ci și la **ce facem după masă**. **Iovan Ianici** ne povestește că vrednicul de pomenire Patriarh Pavle al Serbiei (1914-2009), „la sfârșitul mesei se străduia să strângă firimiturile, pentru ca nimic să nu se arunce. Spunea: «Hrana pe care-o mâncăm este făcută cu energie dumnezeiască, prin razele soarelui». Din aceste cuvinte înțelegem că, dacă risipim hrana, înseamnă că risipim și bunurile primite de la Dumnezeu!”

\*\*\*

**U**n alt sârb cu viață sfântă, **Episcopul Nicolae Velimirovici** (1880-1956), cel numit „un Hrisostom (Gură de Aur) al zilelor noastre”, atrage atenția asupra **importanței înfrânării tuturor simțurilor**

**noastre sufletești și trupești**, tocmai pentru că trăim într-o lume stăpânită de multe răutăți: „Când șarpele mușcă mâna, mâna se leagă cu un garou, ca sângele otrăvit din mână să nu se ducă în inimă și să strice izvorul sângelui. Când auzi un cuvânt rău, astupă-ți auzul, ca otrava cuvântului să nu coboare până la inima ta și să nu strice izvorul vieții tale, fiul meu!”

\*\*\*

**Î**n final, e nevoie să (ne) reamintim că **postul nu e niciodată scop în sine**. Postitori găsim și între eterodocși sau între cei de alte credințe. Pentru a ne fi de folos, postul trebuie să se facă nu doar cu dreaptă socoteală, ci și întru dreapta credință, spre adevărata unire cu Dumnezeu. Chiar dacă numim perioada aceasta Postul Mare, ea nu este caracterizată doar de înfrânare (postire). Esențiale sunt și **alte două lucrări** pe care suntem îndemnați a le intensifica, mai ales în această perioadă prepașcală: **milostenia și rugăciunea**. **Sfântul Maxim Mărturisitorul** (în *Filocalia I*) ne explică folosul specific al acestui adevărat triptic al despătimirii noastre: „Milostenia tămăduiește iuțimea sufletului; postul vestește pofta; iar rugăciunea curățește mintea și o pregătește spre contemplarea lucrurilor. Căci Domnul ne-a dăruit poruncile pentru și potrivit cu puterile sufletului”. Îndemnul de a ține toate cele ale Postului Mare este o invitație la a intra tot mai adânc în realitatea Împărăției, până ce vom gusta deplin din bucuria Învierii.

## Program liturgic Postul Mare

### Săptămâna I (27 februarie-4 martie)

Ziua	Ora	Slujbele săvârșite
Luni-Joi, 27-2	17 <sup>00</sup>	Pavecernița Mare și Canonul Sf. Andrei Criteanul
Miercuri, 1	8 <sup>00</sup>	<b>Liturghia Darurilor mai înainte sfințite</b>
Vineri, 3	8 <sup>00</sup>	Sfințirea apei (Aghiasma mică) și Taina Sf. Maslu
Sâmbătă, 4	8 <sup>00</sup> 9 <sup>30</sup>	Liturghia Sf. Ioan Gură de Aur Parastasele Postului Mare

*Vă dorim un Post cu mult folos duhovnicesc!*