

**Plantarea pomilor e o datorie  
încă din copilărie!**



Revista se distribuie **GRATUIT** tuturor elevilor  
din clasele I - VIII din județul Suceava



**BISERICA**  
din sufletul  
copilului



**Toamna se umplu hambarele  
și se numără...ABECEDARELE**



# Cuprins

- 3 Curățenia - mama sănătății
- 4 Abecetarul
- 6 Sfinții Cosma și Damian
- 8 Decalogul - porunca a III-a
- 9 Copilul și preotul
- 10 Pildă de stăruință
- 11 Copil harnic... sunt și eu
- 12 Întrebările lui Cristian
- 13 Sfânta Scriptură despre...
- 14 Doamne, miluiește!
- 15 Părintele Paisie Olaru
- 16 Jurnal de tabără
- 18 Întrecerea
- 19 Cântecul greierului
- 20 Strugurii
- 21 Nădejdea
- 22 Visul împlinit
- 25 Calea care duce spre cer
- 26 Jocuri
- 28 Rezultatele la concursuri
- 30 Stelele de mare

Revistă coordonată și finanțată de

MĂNĂSTIREA "SF. IOAN CEL NOU" SUCEAVA

Telefon: 0747 318374

Fotografii: Arhiva Mănăstirii "Sf. Ioan cel Nou"

Tipar: Accent Print, Machetare grafică: Esens Design

REVISTA APARE O DATĂ LA TREI LUNI

## Curățenia - mama sănătății -

Spusa de mai sus este izvorâtă din experiența milenară a vieții oamenilor. Curățenia este vecină cu ordinea, iar ordinea aduce mulțumire și bucurie în sufletul omului. Ne simțim bine și chiar fericiți când hainele noastre sunt curate și, o dată cu aceasta, și trupurile noastre. Curățenia trupului trebuie s-o legăm permanent de ceea ce spune Sfântul Apostol Pavel: "Trupul vostru este templu al Duhului Sfânt" (I Cor. 6, 19).

Curățenia cere un efort fizic din partea noastră când ne referim la curățenia trupului, a hainelor și a casei în care locuim. Curățenia trebuie s-o extindem și asupra naturii înconjurătoare, mai ales atunci când mergem într-o excursie, păstrând curat locul în care poposim, evitând orice agresare asupra plantelor sau arborilor.

În ce privește curățenia sufletului, aceasta este de o importanță capitală în viața omului. Curățenia sufletului se săvârșește în Sfânta Taină a Spovedaniei în care luăm iertarea păcatelor. Păcatul, în general, întuneacă mintea omului și întinează viața lui morală, știrbind și chiar schimonosind demnitatea sa. Curățenia sufletului este necesară clipă de clipă, aceasta pentru a putea avea o gândire sănătoasă, o conștiință vie, o voință tare și simțăminte nobile.

Din fragedă copilărie, trebuie să fim stăpâniți de simțământul curățeniei trupesti și sufletești. Ne trebuie acest simțământ în mod deosebit în perioada vieții noastre de școlari. Cartea de vizită a școlarului privind curățenia se constată mai întâi din ordinea în care sunt păstrate și îngrijite cărțile și caietele, atât la școală cât și acasă.



Curățenia sufletului nostru se observă și în comportamentul față de cei din jurul nostru, colegi, învățători și, nu în ultimul rând, față de personalul din administrația școlii. Credem că într-o sală de clasă curățenia trebuie să fie păstrată în așa măsură, încât să spunem foarte rar: aici trebuie să facem curat.

La început de nou an școlar, să păstrăm, cu o hotărâre și mai statornică, curățenia trupului, a hainelor, a sălilor de clasă și, nu în ultimul rând, a sufletului, aceasta spre binele nostru personal și spre bucuria domnilor învățători și profesori, a părinților noștri duhovnicești și, firește, a părinților noștri trupești, care ne poartă permanent de grijă, cu dragoste nemărginită, și fac pentru noi mari sacrificii financiare.

Dumnezeu să ne ajute în strădaniile noastre de păstrare a curățeniei sufletești și trupesti!

† PIMEN

Arhiepiscop al Sucevei și Rădăuților



# Abecedarul

Ion D. Marinescu este elev în clasa I-a primară și stă îngândurat pe un scăunel, speriat de literele abecedarului. E într-a șaptesprezecea zi de școală. În mâna lui minusculă condeiul e mult mai greu ca piatra cu care dă în sus, mult mai complicat ca praștia, ca țurca și coinacul. El poate merge pe bicicletă însă nu poate să ție condeiul după cum i se cere.

- Mă ustură deștiul, se plânge Marinescu, căruia la școală îi zice ca lui tată-su, om în vârstă, cu inele, cu ceas la brâu și cu mustăți. Lui i-ar plăcea mai bine să-i zică la școală Ionel, ca acasă.

Dar nici acasă vorba Ionel nu mai sună ca până în luna lui septembrie 1927, când au intrat în viața lui Programul, Domnul, Școala, Tabla, Catalogul (...)

Toată lumea s-a învoit să-i puie în mână un condei, un băț mic cu penița-n vârf și să-l tortureze, silindu-l să facă litere după model. Când îl ia de jos, el se uită la condei, ca la un lucru pe care nu-l poate stăpâni, care poate să ia foc și să-l ardă pe mâini, cine știe? Ar vrea să facă un cățel sau o pisică și trebuie să facă niște lucruri care se numesc Bî, Dî, Fî și Zed, și să le ție minte pe toate, cum se scriu și cum se rostesc, cu toate că sunt aproape la fel.

Și, nedespărțită de toc, e sticla cu cerneală. De unde a mai ieșit și sticla cu cerneală? După cât se

vede, această apă neagră nu se mai întrebuințează la altceva nimic, decât la scris. Dai drumul tocului în cerneală și-l scoți mânjit și cu el te mângăiești pe degete, pe haine, pe nas. Ionel e acoperit de cerneală, parcă ar fi fabricat-o el în albie și în lighean, înainte de a fi umplut sticla cu ea.

Cerneala nu exista înainte de septembrie 1927. Ce caută cerneala în viața lui, ca să i-o îndurereze în fiecare zi? De dimineată până seara, nu-i vorba decât de cerneală și de alfabet. Și cerneala asta e un element diavolesc; cu cât te ștergi de ea cu atât se întinde mai departe. O ai întâi pe două degete, pe urmă vine pe cinci, trece pe mâna stângă, iese pe obraz, o găsești seara când te dezbraci pe cămașă. Parcă e vie și umblă singură. Într-o zi, când a voit să se spele de cerneală, ca să nu-l mai vază mama lui, se făcuse negru și săpunul și mânjise odaia întreagă și două prosoape și se prelinsese o pată și pe cățel, singura rubedenie adevărată, ce-i mai rămânea intactă lui Ionel din toată familia, intrată în abecedar și în program.

În cele din urmă, el a mai învățat o amenințare pe care nu o știuse:

- Ai să rămâi repetent!

Nici nu începuse bine anul și el se vedea destinat să rămâie repetent, fără să priceapă ce se ascunde dedesubtul acestui cuvânt pronunțat cu disperare. Deocamdată, el își închipuia că o să rămâie cocoșat sau schiop, și se temea.

Condeiul lui Ionel e vrăjit. Până nu-l înmoaie în cerneală, el e

ușurel și se învâртеște lesne, ca o furculiță, și mai lesne. Îndată ce l-a înmuiat, condeiul se schimbă. Se pironeste pe caiet și nu se mai mișcă, deși el trebuie dus numai cu cele trei degete, cu care te închini. Și trebuie dus în sus, apoi dus în jos, apoi întors de jos în sus și dus învârtit. Ionel face tot ce poate între scăunelul și masa lui mică de lucru, scoală scăunelul pe două picioare, își opintește genunchii în masă, apasă cu cotul, se încovoie din umeri, scoate limba, îi vine să strănute. Alaltăieri, nu știu cum s-a sprijinit în toate astea, că au sărit masa, scăunelul, condeiul, cerneala și abecedarul deodată, toate în zece părți, ca dintr-un arc, și Ionel a rămas repetent în mijlocul odăii, pe spate și cu picioarele în sus.

- Leneșule! o să-ți rup urechile dacă mai faci așa, s-a răstit mama lui Ionel. Stai aici lângă mine și scrie... Fă pe a.

- Nu poci... Nu poci deloc, plânge Ionel răzbit. Mamă... Vino să te pup...

- Ia, te rog, să fii serios... escrocule! îi răspunde cu cruzime mama lui... și Ionel se apleca pe caiet cu niște lacrimi cât strugurii, atârinate de gene. Trebuie să poți!

Ionel ar vrea să facă pe a.

- Nu-ți place cartea, leneșule...

- Ba-mi place, zice Ionel cu frică și dezgust.

- O să te dau la fierărie, să cari cu spinarea... L-ai făcut pe a? Cum se face... a?

- A?... a... știu!

- Nu știi nimic, ești un prost! ... un cerc și o coadă.

- Era să spui și eu..., zice Ionel.

- Ia spune atunci, cum se face b?

- Bî... bî... da... se face... bî... stai că știu: e cu coadă de purcel.

- Desigur că e cu coadă de purcel, dar coada vine la urmă, nu se începe cu coada. Bagă-ți mințile în cap - îi zice mama lui încruntată - că mă scoți din răbdări (...). Ai înțeles?

Ionel tace.

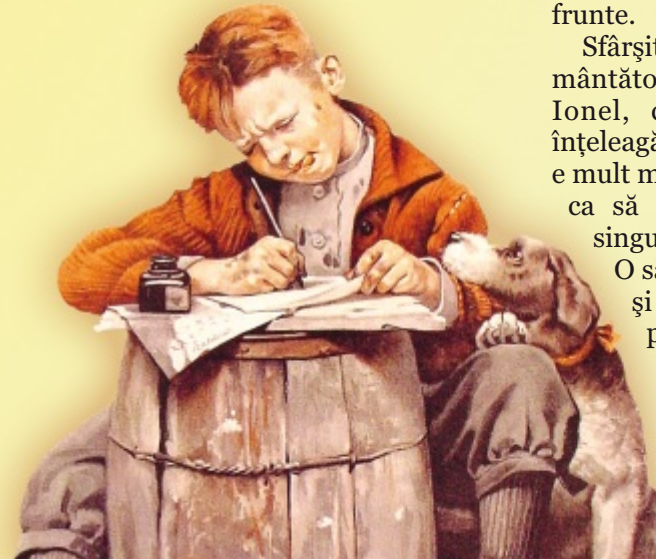
- Ai înțeles ori nu ai înțeles?

- Mă doare aici, îngână Ionel, clipind din ochi și ducând mâna la frunte.

Sfârșitul e întotdeauna înspăimântător. Mama nu-l bate pe Ionel, căci vrea să-l facă să înțeleagă de vorbă bună (...). Dar e mult mai grav că i se fac bagajele ca să plece, să plece în lume singur, cu geamantanul târâș.

O să se facă seară, o să plouă, și el o să se ducă pe drumuri pustii, o să meargă așa mereu și o să-l mănânce rațele...

de Tudor Arghezi





# SFINȚII FĂCĂTORI DE MINUNI ȘI DOCTORI FĂRĂ DE ARGINȚI

## COSMA ȘI DAMIAN

SP. COSMA



Dintre sfinții față de care poporul are evlavie, un loc aparte îl au sfinții doctori fără de arginți care au de la Dumnezeu darul tămăduirii trupurilor și sufletelor, vindecând tot felul de boli.

Sfinții Cosma și Damian erau din Asia, frați născuți din tată păgân și mamă creștină. Tatăl lor care era necredincios a murit când ei erau încă copii. După moartea tatălui, mama lor, Teodotia, nu s-a mai căsătorit și s-a străduit până la sfârșitul vieții sale să fie plăcută lui Dumnezeu.

Prin exemplul vieții ei și prin citirea cărților sfinte, mama lor a păstrat puritatea vieții copiilor ei prin respectarea poruncilor lui Dumnezeu, i-a povățuit spre toată fapta bună, i-a crescut în evlavie creștinească, ajutându-i să devină bărbați virtuoși și drepți.

Pentru viața lor fără de păcat, petrecută după legea Sfintei Scripturi, ei au primit de la Dumnezeu darul vindecării, tămăduind toate neputințele și izgonind duhurile cele viclene.

### RUGĂCIUNE DIN SLUBȚA DE SFINȚIRE A APEI

„Izvorul tămăduirilor având, sfinților cei fără de arginți, dați tămăduiri tuturor celor ce au trebuință, ca cei ce v-ați învrednicit de mari daruri de la izvorul cel pururea curgător al Mântuitorului nostru. Căci a zis Domnul către voi, ca cei ce sunteți de aceeași râvnă

SP. DAMIAN



Sfinții ajutau nu numai oamenilor, ci și animalelor, neprimind răsplată de la nimeni. Nu căutau să se îmbogățească cu aur sau argint, ci toate le făceau pentru slava lui Dumnezeu, Care le-a dăruit puterea de a tămădui. Din iubire curată față de Domnul și față de semenii, ei respectau porunca Mântuitorului nostru Iisus Hristos care a spus: „În dar ați luat, în dar să dați” (Matei 10, 8). Ei nu vindeau cu ierburi sau alte leacuri omenești, ci doar cu puterea rugăciunii.

Pentru toate faptele lor ei au devenit cunoscuți în toată regiunea și au fost numiți doctori fără de plată sau fără de arginți. Petrecându-și viața lor în dreaptă credință și fapte bune, ei s-au mutat în pace la Dumnezeu, pe care L-au slujit toată viața. Sfintele lor moaște au fost puse împreună la locul numit Firaman.

Multe minuni s-au săvârșit și după moartea lor, pentru care biserica îi pomeneste pe data de **1 noiembrie**, ca pe niște grabnici folositori și doctori, apărători ai sufletelor și trupurilor noastre.

cu Apostolii: «Iată v-am dat vouă putere asupra duhurilor celor necurate ca să le scoateți și să tămăduiți toată boala și toată neputința». Pentru aceasta, după poruncile Lui, bineviețuind, în dar ați luat, în dar dați, tămăduind patimile sufletelor și ale trupurilor noastre.”

(din Molitfelnic)





# DECALOGUL

## PORUNCA A III-A

3. Să nu iei numele Domnului Dumnezeuului tău în deșert, că nu va lăsa Domnul nepedepsit pe cel ce ia în deșert numele Lui.”

(Vechiul Testament, Ieșire 20, 7)

prin necinstirea lucrurilor sfinte, răzvrătirea față de rânduielile lui Dumnezeu, înjurături sau blesteme, jurăminte mincinoase sau încălcate cu știință și voință și prin întrebuintarea cu ușurință a jurământului, atunci când Dumnezeu este luat ca martor și chezas pentru lucruri neînsemnate.

Jurământul nu este oprit atunci când se face după voia lui Dumnezeu, adică atunci când nu se face cu ușurință și pentru lucruri neînsemnate sau neadevărate. Jurământul drept și făcut pentru lucruri înalte, fiind o faptă de slujire a lui Dumnezeu, căci prin el se recunoaște că Dumnezeu este atotștiutor și atotprezent, trebuie ținut cu sfințenie - călcarea lui este păcat, după cum păcat este și jurământul mincinos. De aceea creștinul trebuie să se ferească a jura cu ușurință sau în chip mincinos.

Făgăduința este îndatorirea cu care creștinul se leagă de bună voie în fața lui Dumnezeu să facă o faptă de o deosebită vrednicie morală drept recunoștință pentru binefacerile primite. Înainte de a face o făgăduință, creștinul trebuie să se gândească bine dacă e bună și dacă o poate îndeplini, căci “mai bine să nu făgăduiești, decât să nu împlinești ce ai făgăduit”.

Prelucrat după cartea “Învățătura de credință ortodoxă”

## Copilul și preatul

Mergând prin parohia sa, un preot l-a auzit pe un copil vorbind urât cu prietenii săi de joacă și înjurând.

Oprindu-se, l-a întrebat:

- Dacă cineva ar vorbi în limba engleză, ce ai crede despre el?

- Că este un englez, a răspuns băiețelul.

- Dar dacă cineva ar vorbi în limba spaniolă?

- Ar fi un spaniol, desigur.

- Dar dacă cineva ar vorbi în limba română, folosind cuvinte frumoase și plăcute lui Dumnezeu, cum s-ar numi?

Copilul privește nedumerit și rostește intimidat:

- Un om bun, un creștin!

- Cum îl poți numi pe cel de la care nu auzi decât vorbe urâte, înjurături și minciuni?

- Om rău, un mincinos! spuse copilul.

- Așa este. După cum este sufletul omului, așa sunt și vorbele sale. Fii atent ce spui, fiindcă mai

devreme sau mai târziu, vei ajunge între cei ale căror cuvinte le rostești! Poți ajunge între creștinii buni, între sfinți, înconjurat de îngeri ai luminii sau între oamenii răi, mincinoși, păcătoși, înconjurat de îngerii întinericului.

*Omule este ca o corabie mică, în care se află pui de lei și balauri, otravă și răutate, cărări rătăcitoare și prăpăstii fără sfârșit. Dar, tot acolo se află Dumnezeu cu îngerii, viața și Împărăția Domnului, lumina și Apostolii, cetele cerești și comorile de har: acolo, în sufletul omului, sunt toate.*

*Sfântul Macarie*

*Cuvintele tale care nu se izbesc de cer, vor rămâne fără ecou sau vor avea vuietul stâncii rostogolite, care înfioară împrejurimile și nu aduce nicio binecuvântare văii în care se prăbușește.*

*Sfântul Nicolae Velimirovici*

Vă îndemnăm să citiți cartea “Oglinda inimii omului” de preotul Nicodim Mândiță





## Pildă de stăruință

Georgică mergea pe câmp. Deodată privirea i se opri la o furnică ce se chinuia să tragă după sine o fărâma de grăunte.

Ce mică e furnica și totuși ce curaj! Grăuntele e mai mare decât ea și totuși nu-l lasă. L-a apucat cu gurița ei mică și se căznește să-l ducă spre mușuroi. Iată, îl scapă; iar îl apucă, iar îl trage, iar îl scapă. Pleacă, merge puțin, stă pe loc și se răzgândește.

Nu-i vine să se lipsească de grăunte. Ce bun va fi la iarnă, acolo în mușuroi!

Dar furnica nu se lasă. Îl mai lasă, îl mai apucă, iar îl lasă. Dar iată o altă furnică. Își apropie amândouă capetele parcă în chip de cunoaștere și de sfat. Și iată-le pe amândouă venind la fărâma de grăunte. Se așează una într-o parte, alta în cealaltă.

Acum grăuntele se mișcă încet, dar se mișcă. Primprejur niciun mușuroi. Tare departe trebuie să fie mușuroiul pentru trupușorul acestor furnicuțe. Totuși ele nu se descurajează, trag mereu de bucăți.

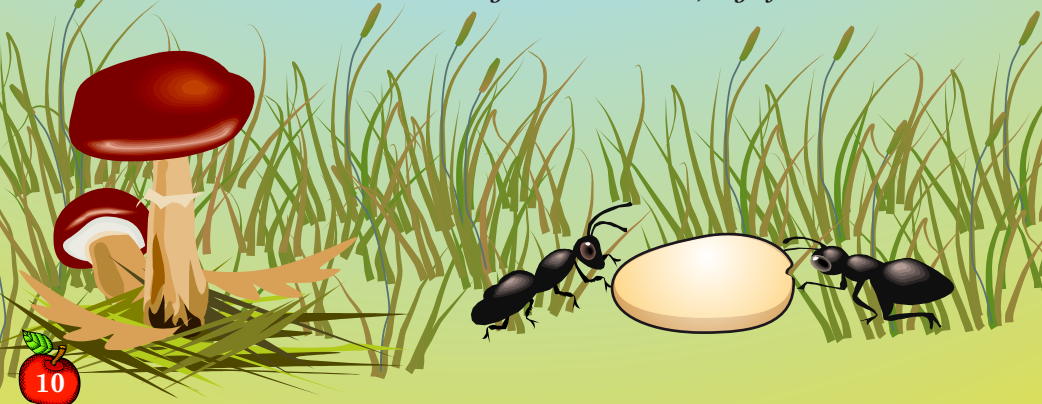
Georgică stă... și stă... și stă...

Privește uimit la atâta curaj și la atâta muncă. Se gândește la el și la toți copiii ca el.

Cât de mici rămân ei față de furnică! Se gândesc ei la iarnă? Adună ei ceva? Se unesc ei la greu? Aș!

Se rușinează și se hotărăște să spună și celorlalți copii această minune de muncă, de unire și de străduință.

*din cartea "Pagini de altă dată", îngrijită de IPS Pimen*



## Copil harnic... ... sunt și eu

Îmi place să fiu harnică, să-mi fac ordine în cameră și să o ajut pe mama la treabă, mai ales când face clătite. Cu cât fac mai multă treabă, cu atât sunt mai îndemânatică și mă apreciază cei apropiați.

**Ilinca Sofa, cl. I, Suceava**



Munca este o datorie, dar și o mare cinste. Putem bucura pe cei din jur prin munca noastră. Eu îi fac o bucurie mamei atunci când stau cu frățiorul mai mic, fac ordine sau iau note bune.

**Taisia Verciuc, cl. a II-a, Suceava**



Munca ne obișnuiește să ascultăm de cei mai buni decât noi și să învățăm de la ei să devenim mult mai buni decât suntem. Omul care muncește se aseamănă cu Dumnezeu, Creatorul lumii.

**Ioan Gavrilovici, cl. a II-a, Ipotești**



Dumnezeu ne-a poruncit să muncim, căci Scriptura spune "Cine nu vrea să muncească, să nu mănânce". După puterile noastre de copii, trebuie să-i ajutăm pe părinți și să-i sprijinim pe bunici, bolnavi și nevoiași.

**Ioana Iurescu, cl. a II-a, Suceava**



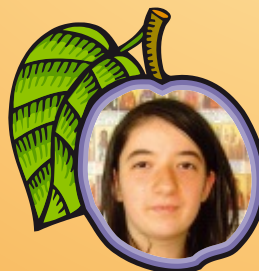
Încep orice lucru spunând rugăciunea și încerc să-mi amintesc mereu că Sfinții Părinți spuneau că există o cale a mântuirii: "Roagă-te și muncește".

**Diana Ionela Alexa, cl. a V-a, Bosanci**



De la părinți am învățat că omul harnic reușește în viață să înfrunte orice greutate, iar omul leneș este părăsit de Dumnezeu pentru că lenea este un păcat de moarte.

**Diana Valentina Ciocan, cl. a VII-a, Suceava**



Îmi place să muncesc și-mi ajut semenii de fiecare dată când am ocazia. Cea mai mare plată pe care o primesc este zâmbetul de pe buzele aproapelui și cuvântul "mulțumesc".

**Marian Tcaciuc, cl. a VIII-a, Suceava**







## Întrebările lui Cristian

Cristian este un elev activ și învață bine. De multe ori Cristian este singurul care reușește să rezolve problemele de matematică primite ca temă pentru acasă. Asta nu îl face să se mândrească, ci de fiecare dată își ajută colegii explicându-le soluția exercițiilor.

Se întâmplă însă ca unii colegi să uite folosul avut din partea lui Cristian și atunci când au ocazia îl iau în răs. Așa a fost și la sfârșitul anului școlar. Strânși între copacii din curtea școlii, câțiva colegi au început să strige după el: „To-ci-lar-ul, fra-ierul ... to-ci-la-rul, fra-ierul ...!”. Cristian și-ar fi dorit să meargă între ei și să le ureze vacanță plăcută, dar lacrimile i-au umplut ochii și atunci a ocolit colțul școlii, îndreptându-se repede spre casă. Și-a promis în gând că nu îi va mai ajuta niciodată pe acești colegi să înțeleagă problemele la mate-

matică. Vacanța începea trist...

\*\*\*

La sfârșitul lunii iunie, apele s-au ridicat cu furie din albia pârâului ce străbate satul și mai multe case au fost distruse sau inundate. În unele dintre aceste case locuiau și colegi de-ai lui Cristian.

\*\*\*

- Părinte duhovnic, ne-ați îndemnat astăzi să ajutam pe cei ce au fost afectați de inundații. Eu am o problemă în această privință...

- Ce s-a întâmplat, Cristian?

Copilul îi povestește părintelui despre colegii ce erau afectați de inundații și despre promisiunea ce o făcuse să nu îi mai ajute.

- Părinte, eu cred că pentru păcatele lor au pățit acest lucru. Și atunci de ce să îi ajut, de vreme ce ei nu au apreciat nici prima dată când i-am ajutat.

- Așa este, Cristian, lucrurile ce ni se întâmplă în viață nu sunt întâmplătoare. Mântuitorul Iisus Hristos ne atrage atenția că păcatele atrag după ele necazul. De fiecare dată când El săvârșește o vindecare spune: „Iertate îți sunt păcatele!”.

- Deci ... am dreptate....

- Nu, Cristian! Nu ai dreptate. Exemplul ce trebuie să îl urmărim în viața noastră este Mântuitorul Hristos. Ce face El de fiecare dată? Îi părăsește pe cei în nevoie? Nu, Mântuitorul Hristos îi ajută.

- Chiar dacă erau păcătoși?

- Da, în ciuda faptului că boala și necazul se nascuse din păcatul lor, El îi ajută.

- Ce înseamnă asta, părinte

duhovnic?

- Dragul meu Cristian, mântuirea și raiul se câștigă prin iubire. Hristos vine pe pământ să ne învețe cum să iubim și ce fapte să facem pentru a ne fi de folos sufletului și pentru a ne feri de pericolul urii.

- Adică refuzul meu de a-mi ajuta colegii este un fel de ură?

- Da. Ai căzut într-o capcană întinsă de „cel rău”. Răzvrătirea ta se numește ură.

- Îmi pare rău ... Voi merge să îmi ajut colegii.

- Dumnezeu să-ți dea curaj și putere, Cristian!

- Mulțumesc mult, părinte duhovnic!

*Părintele Gabriel Herea, Pătrăuți*



## Sfânta Scriptură despre ... iubirea aproapelui

Să aflăm ce spune despre iubirea aproapelui și a vrăjmașilor Sfântul Apostol și Evanghelist Matei. Va trebui să rezolvați corect perechile de exerciții de mai jos și să aflați trimerile pentru două versete din Noul Testament. Rezultatul primului exercițiu reprezintă capitolul, iar rezultatul celui de-al doilea exercițiu reprezintă versetul.

*Copiii care vor transcrie din Noul Testament versetele corecte și le vor trimite pe adresa revistei până la data de 1 decembrie 2010, vor primi câte o surpriză!*

Sfânta Evanghelie după Matei

$$5 \times 4 - 3 \times 5 =$$

$$7 \times 3 \times 3 - 4 \times 5 + 1 =$$

$$3 + 2 \times 2 - 2 =$$

$$(41 - 36 : 6) : 5 =$$







## Doamne, miluiește!

Vrei să știi precis întrebuintarea și puterea acestor cuvinte? Rostește cuvintele acestea atât la singular cât și la plural. Strigă ca orbul Bartimeu: *Doamne, miluiește-mă!* Strigă și ca cei zece leproși: *Doamne, miluiește-ne!* Roagă-te pentru tine, roagă-te și pentru toți oamenii!

Rogu-mă, Ție, Doamne, pentru mine, cel născut într-o neputință: *Doamne, miluiește-mă!* Și pentru toți oamenii născuți într-o neputință: *Doamne, miluiește-ne!*

Amăgitu-m-a lumea și am călcat legea Ta cea de viață făcătoare: *Doamne, miluiește-mă!* Și pentru toți cei ce au călcat legea Ta cea de viață făcătoare: *Doamne, miluiește-ne!*

Încă o zi sau două voi mai fi oaspetele Tău în această lume, după care ca umbra mă voi duce și mă voi număra între răposați: *Doamne, miluiește-mă!* Și pentru toți cei adormiți într-o credință rogu-mă Ție: *Doamne, miluiește-ne!*

*Doamne, miluiește-i pe cei ce sunt la putere, de trei ori mă rog Ție, fiindcă sunt în primejdie să ajungă oameni ai silniciei!*

*Doamne, miluiește-i pe cei ce sunt într-o bogăție, de trei ori mă rog Ție, fiindcă sunt în primejdie să ajungă desfrânați!*

*Doamne, miluiește-i pe săraci și orfani, de trei ori mă rog Ție, fiindcă sunt în primejdie să cadă în deznădejde!*

*Doamne, miluiește-i pe cei ce au știință lumească, de trei ori mă rog Ție, fiindcă sunt în primejdie să-și facă dumnezei din sine, iar de Tine să uite!*

Și de îți va veni în minte, când te rogi tu, vreuna dintre ființele omenesti, fie ea dintre răposați sau dintre cei vii sau dintre cei nenăscuți încă, să spui îndată: *Doamne, miluiește!*

Și de îți va veni în minte un om vrăjmaș al tău, spune: *Doamne, miluiește!*

Iar ce putere e în cuvintele acestea îți va spune, din Sfânta Scriptură, orbul Bartimeu: orb am fost și am văzut!

Îți vor spune leproșii: leproși am fost și ne-am curățit!

Îți vor spune demonizații: nebuni am fost și ne-am înțeleptit!

Îți vor spune slăbănogii: bolnavi am fost și ne-am însănătoșit!

Îți vor spune morții: morți am fost și am înviat!

Îți vor spune apostolii: furtună a fost și s-a potolit!

Îți va spune păcătoasa care s-a spovedit: am păcătuit și am primit iertare!

Îți va spune tâlharul de pe cruce: răufăcător am fost și am intrat cel dintâi în Rai!

## Părintele Paisie Olaru

*“Să ne întâlnim la poarta Raiului”*



Când este cineva în pace, vorbește blând, înțelept și liniștit. Iar când nu are pace în suflet, este tulburat, cu chipul agitat și vorbește fără cugetare și cu păcat. Să ne rugăm pentru pacea în țară, în casă și în sufletele noastre!



Râvniți la faptele bune cele mai de preț și cele mai ușor de dobândit, precum dragostea, rugăciunea, milostenia și smerenia. Să primim toate cu dragoste și cu bucurie: boală, ocară, ispite, de oriunde ar veni. Să nu învinuim pe nimeni, ci să ne învinuim numai pe noi.



Tot ce faceți, faceți cu dragoste, ca să aveți plată pentru toate, că dragostea este coroana tuturor faptelor bune. Fiți cu dragoste și faceți pace acum când puteți, căci tare greu este când te mustră conștiința și nu mai poți face nimic. Căci timpul trece și nu-l mai găsim.



Dacă nu cerem iertare și nu iertăm, în zadar așteptăm Duminica. De v-a supărat cineva, să iertați din toată inima, iar de ați supărat pe cineva, cereți iertare. Să n-ai vrăjmași pe nimeni. Dacă nu suntem în pace unul cu altul și nu iertăm, nu-i primit nimic la Domnul.



De câte ori cazi, scoală-te, mărturisește-ți păcatele, căiește-te, fă-ți canonul, întreabă și du-ți crucea vieții mai departe cu ochii ațintiți la Hristos. Noi cu faptele noastre nu putem zice că ne mântuim, fără mila lui Dumnezeu, fără duhovnic și fără rugăciunea Bisericii. Numai mila Bunului Dumnezeu și a Maicii Domnului, ne ajută să ajungem la poarta Raiului.





# Journal de tabără



## Sâmbătă 24 iulie

Ne-am strâns cu mic, cu mare în curtea Mănăstirii Sfântul Ioan cel Nou din Suceava, de unde, cu rugăciunea și binecuvântarea preotului, am plecat spre tabăra de la Mănăstirea Putna. Intrând în sat, ochii ne-au fost încântați de munți semeți, căbănuțe, livezi, flori, iar sufletele ni s-au umplut de pacea mănăstirii.



## Duminică

Cu evlavie am participat la Sfânta Liturghie în Biserica Mănăstirii Putna, ctitoria Sfântului Voievod Ștefan și ne-am închinat la mormântul său și la moaștele Sfântului Ierarh Ghenadie. După-amiază, am vizitat chilia Sf. Daniil Sihastru, duhovnicul Binecredinciosului Voievod.



## Luni - Marți

Fiind o tabără de creație a câștigătorilor concursului final al revistei "Biserica din sufletul copilului", o parte din timp ne-am dedicat-o activităților specifice celor două categorii: pictură-icoane pe lemn și creație literară. Copiii de la pictură au avut bucuria să primească și sfaturile cunoscutului pictor Mihail Moroșan care finaliza pictura interioară a bisericii Mănăstirii Putna.

## Miercuri

Am urcat pe Dealul Crucii unde, deasupra tuturor, străjuiește faimoasa cruce de 38 m amplasată pe vârful dealului din care Sfântul Voievod Ștefan a tras cu arcul pentru a hotărî locul de ctitorie al mănăstirii.



## Joi

Schitul Sihăstria Putnei, aflat la câțiva kilometri de Putna, a fost un prilej deosebit pentru noi, atât de drumeție, cât și de pelerinaj. Seara am petrecut clipe minunate în jurul focului de tabără, ne-am oferit cadouri și am schimbat adrese, sperând că ne vom revedea și peste un an la fel de buni prieteni.



## Vineri

Ca o încununare a taberei, părintele Ștefan a sfințit icoanele realizate de noi și ne-a dat un cuvânt de folos înainte de plecare. Spre marea bucurie a tuturor, în drum spre casă, am poposit la centrul de ceramică neagră de la Marginea, după care ne-am închinat în Mănăstirea Sucevița.



## O săptămână binecuvântată...

... în care ne-am apropiat foarte mult de Dumnezeu, prin rânduiala slujbelor și a rugăciunilor la care am participat și prin îndrumarea duhovnicească a profesorilor care ne-au însoțit. Am avut privilegiul de a fi împreună cu alți copii deosebiți și talentați, am învățat unii de la alții și am legat prietenii, uniți fiind de dragostea pentru Dumnezeu.





# Întrecerea



Un iepure, privind mersul leneș al unei țestoase, îi spuse acesteia în glumă:

– Vrei să facem o întrecere, să vedem cine aleargă mai repede?

Țestoasa a fost de acord. A doua zi, dis-de-dimineață, veni ră la locul hotărât pentru începerea cursei. Multe animale voiau să privească întrecerea și așteptau cu nerăbdare. Domnul Șoarece trase o linie roșie pentru start și veverița dădu semnalul de plecare cu un fluier. Iepurele porni val-vârtej, iar țestoasa încetinel, după cum îi era felul.

Cum o luase cu mult înaintea țestoasei, iepurele se așeză să mănânce câțiva morcovi proaspeți. În timp ce mânca, trecu și țestoasa, transpirată, dar hotărâtă să nu se dea bătută.

Iepurele mai alergă puțin și, în dreptul unui sat, se așeză sub un copac să se odihnească. Târziu, țestoasa îl ajunse din urmă, dar trecu mai departe fără să se oprească.

Iepurelui i se făcu somn. Își spuse:

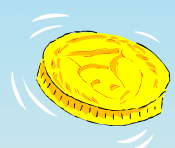
– Soarele ăsta e prea fierbinte! Mai bine dorm un pic! Țestoasa e înceată și voi avea timp s-o întrec!

Când se trezi, văzu că se lăsase noaptea. Sări ca ars și porni pe urmele țestoasei. În depărtare, o văzu cum trece linia de sosire și câștigă întrecerea. Toate animalele au aplaudat-o. I-au dat apoi o cupă, ca unei mari câștigătoare.

Iepurele a ajuns târziu, obosit și rușinat! Tocmai el, care credea că este cel mai bun alergător. Așa a aflat că răbdarea și perseverența sunt daruri neprețuite.



**Doar cu muncă și perseverență,  
poți fi premiat la final de an școlar!**



# Cântecul greierului

Un înțelept călugăr avea un ucenic care locuia la oraș. Orășeanul nostru l-a invitat pe călugăr la el acasă, dorind să-i răsplătească purtarea de grijă și să-i prezinte orașul său. Călugărul nu prea dorea să meargă acolo, dar părintele stareț l-a însărcinat într-o zi cu rezolvarea unei probleme a mănăstirii.

Călugărul și orășeanul mergeau împreună prin centrul orașului. Călugărul - cu chipul său, cu barba sa albă și hainele negre - atrăgea privirile trecătorilor, iar orășeanul nostru umbla mândru alături de duhovnicul său. La un moment dat, în Piața Centrală, călugărul se opri dintr-o dată și spuse:

– Auzi și tu ce aud eu?

Puțin descumpănit, orășeanul nostru își ciuli cât putu urechea, recunoscând că nu auzea nimic altceva decât zgomotul puternic al traficului din oraș.

– Undeva pe aproape este un greier care cântă, continuă sigur pe sine călugărul.

– Eu nu aud altceva decât rumoarea obișnuită a orașului, replică orășeanul. Și apoi, doar nu crezi că sunt greieri pe aici.

– Nu mă înșel. Aud cântecul unui greier, insistă călugărul și se apucă, hotărât, să caute printre frunzele unor tufișuri. După câteva clipe, îi arată ucenicului său, care îl privea sceptic, o mică insectă, un minunat greier cântător care căuta să se ascundă scârțâind ceva spre cei care îi tulburaseră concertul.

– Ai văzut că era un greier? zise călugărul.

– Așa este, recunoscuc ucenicul. Voi, călugării, aveți auzul mult mai fin decât noi, orășenii.

– De astă dată tu te înșeli, spuse zâmbind înțeleptul călugăr. Ia uite...

Spunând acestea, călugărul scoase din buzunar o monedă și, prefăcându-se că-i scapă, o lăsă să cadă pe trotuar. De îndată, câțiva trecători au întors capul.

– Ai văzut? mai spuse călugărul. Moneda aceasta a produs un clinchet mai subțire și mai slab decât cântecul greierului. Ai observat însă câți oameni l-au auzit? **Auzi doar ce vrei să auzi...**







Știați că

# strugurii ?



- Sunt folosiți în tratarea diferitelor afecțiuni încă din Antichitate, dar astăzi ocupă un loc important în tratarea și prevenirea unor boli care fac nenumărate victime;
- Roșii sau albi, strugurii sunt foarte eficienți în îmbogățirea organismului cu vitamine (A, B1, B2, B3, B5, B6, B9, C, E, D, P etc) și minerale (fier, sodiu, calciu, potasiu, fosfor, magneziu, clor, siliciu, mangan, crom etc.);
- Strugurii sunt extrem de buni pentru sănătate pentru că au în conținutul lor multă apă. Ajută la o dietă de detoxifiere și la pierderea în greutate.
- Strugurii roșii scad nivelul trigliceridelor și al colesterolului din sânge și oferă o importantă protecție vasculară, reducând riscul apariției bolilor de inimă.
- Strugurii previn apariția cancerului, favorizează stagnarea și chiar micșorarea tumorilor existente.
- Mustul este foarte apropiat ca structură de laptele matern, ceea ce ne arată cât de folositor este, mai ales celor ce depun activități intelectuale intense.
- Semințele de struguri conțin antioxidanți puternici care blochează îmbătrânirea prematură. Semințele au și proprietăți antivirale.



Doctor Floarea Damaschin

## Căutând Înțelepciunea ...



Să citești „*Filocalia Sfintelor Nevoințe ale Desăvârșirii*” nu e un lucru tocmai ușor, pentru că puterea de înțelegere ține și de o viață cuvioasă a cititorului, dar și de o anumită pregătire teologică.

O dată cu apariția „*Filocaliei pentru copii și tineri*”, volumul II, la Editura Evanghелиsmos în anul 2010, și copiii de toate vârstele se pot bucura de acest aur al înțelepciunii.



# Nădejdea

La temelia vieții noastre sunt trei „pietre” mari și anume: Credința, Nădejdea și Dragostea. Dintre toate, nădejdea alcătuiește sprijinul cel mai puternic al sufletului omenesc. Fără piatra nădejdiei, clădirea vieții noastre se dărâmă. Când slăbește mai ales nădejdea pentru mântuirea sufletului, atunci credința slăbește iar dragostea creștinească se răcește și viața omului nu mai are niciun rost.

Sfinții Părinți aseamănă nădejdea cu o ancoră. Viața omului este întocmai ca o corabie care se poartă pe valurile vieții și de multe ori se primejduiește de furtuna ispitelor. Dacă omul n-ar avea ancora nădejdiei, atunci ar fi biruit de valuri totdeauna.

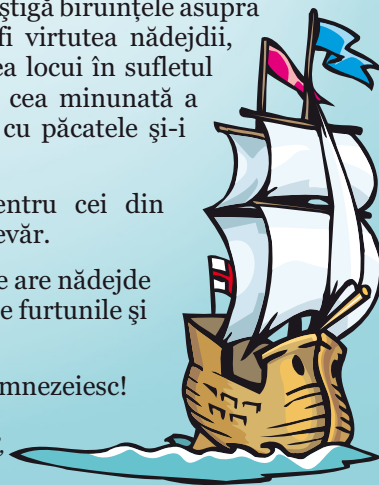
Nădejdea mângâie pe cel bolnav, întărește pe cel slab și sprijină pe cel împovărat de bătrânețe. Nădejdea dă curaj celor care se luptă cu necazurile și cu ispitele vieții. Prin nădejde se câștigă biruințele asupra celor văzuți și nevăzuți vrăjmași. Dacă n-ar fi virtutea nădejdiei, atunci nici credința și nici dragostea n-ar putea locui în sufletul omenesc și viața s-ar pierde. Ea este puterea cea minunată a sufletului care ridică din groapă pe cei răniți cu păcatele și-i aduce la pocăință.

Nădejdea este raza cea luminoasă pentru cei din întunericul necunoștinței care îi îndreaptă la Adevăr.

În puține cuvinte putem zice că omul care are nădejde nestrămutată în suflet nu este biruit niciodată de furtunile și de greutățile vieții.

Cu adevărat nădejdea este un mare dar dumnezeiesc!

Sf. Ioan Iacob Hozevitul,  
din volumul „Cuvinte de nădejde”



Inspirat de cuvintele Sfinților și Cuvioșilor Marcu Ascetul, Diadoh al Foticeii și Isaia Pustnicul, autorul cărții, Cristian Șerban, a alcătuit câteva povești care să-i ajute și pe copii sau adolescenți să înțeleagă menirea Filocaliei.

Cartea este frumos ilustrată de tânăra artistă Rodica Vieru, care a împodobit această lucrare cu ilustrații realizate în stilul iconografic specific Ortodoxiei.





# Visul împlinit

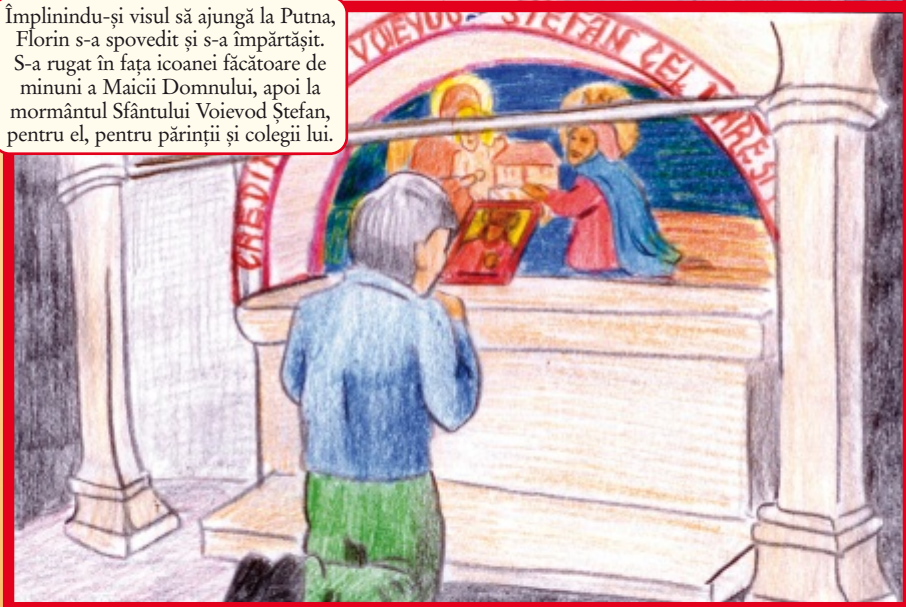






Trebuie să îți ceri în primul rând iertare de la mama ta.

Împlinindu-și visul să ajungă la Putna, Florin s-a spovedit și s-a împărtășit. S-a rugat în fața icoanei făcătoare de minuni a Maicii Domnului, apoi la mormântul Sfântului Voievod Ștefan, pentru el, pentru părinții și colegii lui.



Grafică: Gheorghe Strugaru, Suceava

## CONCURS "Cine face ca mine, ca mine să pățească"

Compuneți un eseu în care să povestiți fapte, întâmplări care să scoată în evidență cuvintele acestui proverb.

Primii 100 de copii care vor trimite acest eseu vor primi o carte surpriză!

## Calea care duce spre cer

Ascultarea este calea care duce spre cer. Această cale ne-a fost arătată de însuși Mântuitorul nostru Iisus Hristos care, făcându-Se om pentru noi, „S-a smerit pe Sine, ascultător făcându-Se până la moarte, și încă moarte pe Cruce”, așa cum citim în Noul Testament (Filipeni 2,8). Dacă Mântuitorul astfel a ascultat de Dumnezeu Tatăl, cu atât mai mult trebuie să ascultăm noi, cei care suntem supuși păcatelor de tot felul.

Neascultarea de Dumnezeu a primilor oameni Adam și Eva a adus în lume păcatul și moartea și numai ascultarea prin Iisus Hristos distruge puterea acestora și îl ajută pe om să redobândească harul pierdut.

Așadar, ascultarea ne este necesară fiecăruia dintre noi. În primul rând ea ne oferă protecție păzindu-ne să nu cădem în primejdii pe care nici nu le bănuim și din care n-am fi în stare să ieșim cu bine.

Mai mult decât atât, ascultarea ne ferește de

înșelare, ajutându-ne să nu rătăcim pe căi greșite în această viață, ci să urmăm calea cea bună care duce la fericirea veșnică.

Cel ce ascultă se așează ca sub o pavază sub autoritatea celui de care ascultă. De aici rezultă marea grijă: de cine să ascultăm?

Bineînțeles că nu trebuie să ascultăm de oricine.

Ascultăm doar de cei care ne vor cu adevărat binele: părinții, bunicii, preoții duhovnici, învățătorii, profesorii, atunci când aceștia ne dau un sfat corect.

Dacă un sfat primit produce în sufletul nostru tulburare, teamă, confuzie, atunci este bine să cerem sfat și altcuiva care are cel puțin aceeași autoritate sau chiar o autoritate mai mare.

O ascultare corectă, făcută în numele lui Dumnezeu și după voia lui Dumnezeu aduce pace în suflet, bucurie, înțelepciune, bună reușită în această viață și veșnică fericire în Împărăția lui Dumnezeu.



Prof. Irina Buta, Suceava



## 26



# Premiere concurs final - iunie 2010

## CONCURS DE ICOANE Sfântul Ioan Botezătorul

Clasele I-IV

### Premiul de Excelență



**Marta Alexandrescu**  
Vulturești

### Premiul I



**Miruna Horodincă**  
Rădăuți

### Premiul II



**Eliza Elena Curcă**  
Boroaia

### Premiul III



**Cristina Constantin**  
Fălticeni

**Mențiuni:** Gabriel Lucian Schipor, Rădăuți; Loredana Buliga, Rădăuți;  
Elena Agafiței, Boroaia

Clasele V-VIII

### Premiul de Excelență



**Oana Bejinari**  
Rădăuți

### Premiul I



**Veronica Ieremie**  
Bosanci

### Premiul II



**Elena Diana Rotar**  
Stulpicani

### Premiul III



**Petronela Hriscu**  
Moldovița

**Mențiuni:** Flaviu Timofti, Fălticeni; Cristina Ciocan, Rîșca; Andreea Radu, Fălticeni;  
Mihaela Mărănducă, Fălticeni; Bogdan Petrescu Dănilă, Boroaia; Larisa Ioniță, Suceava

## CONCURS DE ESEURI, POEZII Pregătirea pentru Sfânta Împărtășanie

**Premiul I:** Andreea Nistor, Suceava

**Premiul II:** Andreea Itu, Boroaia **Premiul III:** Georgiana Bolohan, Fălticeni

**Mențiuni:** Estera Viorica Timoficiuc, Bosanci; Iuliana Șoldănescu, Rădășeni;  
Diana Maria Afrăsinei, Oniceni; Valentina Juravle, Straja; Adriana Ionesi, Vicovu de Sus

# Premiere - ediția septembrie 2010

## CONCURS DE ICOANE Sfinții doctori fără de arginți

Clasele I-IV

### Premiul I



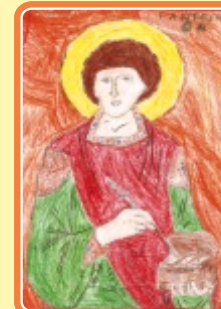
**Maria Petrașuc**  
Suceava

### Premiul II



**Ana Petrașuc**  
Suceava

### Premiul III



**Constantin Spoială**  
Bosanci

**Mențiuni:** Ioana Iurescu, Suceava; Elena Grumăzescu, Rădășeni;  
Maria Creangă, Botoșana; Domnica Creangă, Botoșana

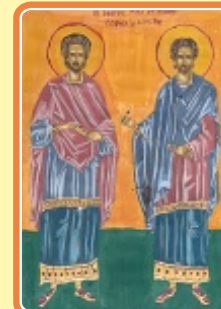
Clasele V-VIII

### Premiul I



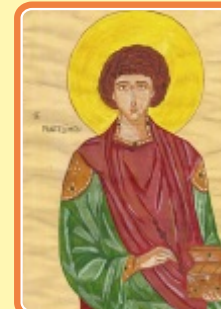
**Marta Alexandrescu**  
Vulturești

### Premiul II



**Veronica Ieremie**  
Bosanci

### Premiul III



**Cristina Constantin**  
Fălticeni

**Mențiuni:** Ioan Negru, Bosanci; Ciprian Mucileanu, Fântâna Mare;  
Raluca Pralea, Horodniceni; Georgiana Sânziana Botezatu, Dorohoi

## CONCURS DE ESEURI, POEZII Cine ești tu?

**Premiul I:** Teodora Șerban, Rădăuți

**Premiul II:** Andreea Nistor, Suceava **Premiul III:** Maria Luța, Horodnicu de Sus

**Mențiuni:** Georgiana Bolohan, Fălticeni; Iuliana Șoldănescu, Rădășeni;  
Cosmin Erhan, Câmpulung Moldovenesc



# Stelele de mare



O teribilă furtună se abătu asupra mării. Vântul sufla înghețat, brăzdând apa și înălțând-o în valuri uriașe care se repezeau spre mal lovindu-l cu putere și producând curenți care pătrundeau în adânc ca plugurile de oțel și smulgeau din loc viețuitoarele marine, crustaceele și moluștele, purtându-le la zeci de metri de țărm.

Atunci când furtuna se potoli, la fel de repede precum se și pornise, apa se domoli și se retrase. Acum plaja era o imensă întindere de noroi unde se zvârcoleau în agonie mii și mii de stele marine. Acest lucru făcu să vină multă lume pe acea parte a coastei. Sosiră acolo și echipe de la diverse televiziuni pentru a filma straniul fenomen. Stelele marine erau aproape nemișcate. Trăgeau să moară.

În mulțime, ținut de mână de tatăl său, era și un copil care privea cu ochii plini de tristețe micuțele stele de mare. Cu toții se uitau și nimeni nu făcea nimic. Dintr-o dată, copilul lăsă mâna tatălui său, își scoase încălțăminte și fugi pe plajă. Se aplecă și culese cu mânuțele sale trei stelute de mare. Apoi, luând-o la fugă, le duse în apă. După aceea, se întoarse înapoi și repetă operațiunea.

De pe parapet, un om strigă spre el:

- Dar ce faci, băiete?

- Arunc în apă stelele de mare. Altfel vor muri toate pe plajă, răspunse copilul fără a se opri din fugă.

- Dar pe plaja asta sunt mii și mii de stele de mare. Cu siguranță, nu ai să poți să le salvezi pe toate. Sunt prea multe! mai strigă bărbatul. Nu poți schimba lucrurile!

Copilul zâmbi, mai culese o stea și, aruncând-o în apă, răspunse:

- Iată că am schimbat lucrurile pentru această stea.

Bărbatul rămase o clipă mut, apoi se aplecă, își scoase pantofii și șosetele și coborî și el pe plajă. Începu să adune stele de mare și să le arunce în apă. O clipă mai târziu coborâră încă două fete și astfel erau deja patru persoane care aruncau stele marine în apă. După alte câteva minute erau zece, apoi cincizeci, o sută, sute și sute de persoane care aruncau stele de mare în apă. Astfel au fost salvate toate.

*Pentru ca lumea să se schimbe, ar fi suficient să aibă  
cineva - chiar și un copil - îndrăzneala de a începe.  
Haideți să începem să schimbăm ceva în jurul nostru!*

## Concurs de eseuri, poezii

Tema concursului

### Greșeală și îndreptare

Cele mai frumoase lucrări vor fi premiate cu cărți oferite  
de Librăria "Suflet Bucovinean" Suceava.

## Concurs de icoane

Tema concursului

### Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril

Cele mai frumoase icoane vor fi premiate  
cu icoane sfințite oferite de Mănăstirea "Sf. Ioan cel Nou".

Pot participa la concurs elevii claselor I-VIII.  
Materialele vor fi trimise până la **15 noiembrie 2010** prin poștă sau e-mail la  
adresa de mai jos. Vă rugăm să specificați  
numele, adresa, telefonul, clasa și școala.

Îndemnăm învățătorii și profesorii să discute  
cu elevii conținutul revistei și să-i încurajeze  
să participe la concursurile propuse, să  
adune lucrările într-un plic mai mare și să le  
trimită pe adresa revistei.

Așteptăm impresiile voastre despre această  
revistă, propuneri, articole și desene create  
de voi pentru a fi publicate în numerele  
următoare. **Următoarea revistă va  
apărea în luna decembrie 2010.**

Mănăstirea "Sfântul Ioan cel Nou"  
Str. I. V. Viteazul, nr. 2, 720034 Suceava  
E-mail: micutiicrestini@yahoo.com  
Telefon: 0749 071.680

Revista este publicată on-line la:  
**www.micutiicrestini.ro/revista**