

Premianții revistei  
se bucură de tabere de creație și  
pelerinaje la mănăstiri.



În pelerinaj la chilia Sfântului Daniil Sihastrul.  
Copiii din Tabăra de creație, Putna - 2010.

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

# BISERICA din sufletul copilului

nr.21  
iunie  
2011



La PUTNA învățăm ISTORIE

# Armonia între oameni prin dragostea lui Dumnezeu

Omul a fost creat de Dumnezeu. Sufletul omului caută clipă de clipă să se apropie de El prin împlinirea poruncilor Lui: "Tie a zis inima mea: pe Domnul voi căuta. Te-a căutat fața mea; fața Ta, Doamne, voi căuta" (Psalmi 26,13).

De Dumnezeu ne apropiem și-L simțim, simțire care înseamnă o cunoaștere cu sufletul, prin iubire. Îl cunoaștem în măsura în care îl iubim, în măsura în care împlinim poruncile Lui.

Pe Dumnezeu îl iubim prin iubirea aproapelui, a semenului nostru, mai ales a celui sărac, aflat în lipsuri materiale (Iacob 2,15-16).

Pe Dumnezeu îl iubim iertând pe semenul nostru, care ne-a greșit. Îl iertăm pentru ca și Dumnezeu să ne ierte. Să luăm aminte la faptul că noi greșim mai mult și cu mai multe față de Dumnezeu decât ne greșește nouă semenul nostru, iar Dumnezeu ne iartă "precum și noi iertăm greșitilor noștri", așa cum rostim și cerem în rugăciunea *Tatăl nostru*. De aceea, suntem datori să iertăm și să nu ne răzbunăm asupra fratelui nostru, ucigându-l, încălcând prin aceasta porunca a VI-a din Decalog.

Viața ne este dată în dar de Dumnezeu și nu noi avem dreptul de proprietate asupra vietii noastre sau a vietii aproapelui nostru, ci Dumnezeu. Există ucidere trupească, dar și sufletească. Ucidem sufletul nostru prin păcatele pe care le săvârșim, iar păcatul înseamnă moartea sufletului (Romani 6,23). Când supărăm sau nedreptățim sau nu iertăm pe semenul nostru, săvârșim păcatul uciderii sufletului; el se întristează și ajunge la deznaidejde și chiar la sinucidere din această cauză.

Noi scăpăm de moartea sufletului adusă de păcat în Sfânta Taină a Spovedaniei. De aceea, trebuie să ne spovedim cât mai des pentru a nu aduna în sufletul nostru prea multe păcate nespovedite. Un suflet plin de



păcate este asemenea unei case în care de multă vreme nu s-a mai făcut curat.

Există o îndrumare, o rânduială bisericească pentru trăirea noastră cu adevărat creștinească, potrivit căreia suntem datori să-i iubim pe părinții nostri care ne-au născut și ne poartă de grija și, în primul rând, să-l iubim pe Dumnezeu care ne-a dăruit viață.

Suntem datori ca seara, înainte de a ne face rugăciunile și de a merge la culcare, să sărutăm mâna tăiei și a mamei, cerându-le iertare. Să le cerem iertare, de asemenea, și fraților și surorilor noastre sau bunicilor, pentru tot ce le-am greșit în cursul zilei. În rugăciunile de seară sunt cuprinse și cereri de iertare către Bunul Dumnezeu. Să le rostim în soaptă sau în gând cu toată smerenia și nădejdea în iertarea și iubirea lui Dumnezeu.

† PIMEN

+imez

Arhiepiscop al Sucevei și Rădăuților



## de 5 ani împreună!

## Cuprins

- 3 Armonia între oameni prin dragostea lui Dumnezeu
- 4 Copilarie
- 5 Afecțiunea părintească
- 6 Sfânta Teodora din Carpați
- 8 Decalogul - porunca a VI-a
- 9 Cuvinte vii
- 10 Întrebările lui Cristian
- 11 Sfânta Scriptură despre...
- 12 Copil blând... sunt și eu
- 13 Bucurile
- 14 Mănăstirea Putna
- 16 Vorbești de rău sau de bine?
- 18 De ce se aprinde candela înaintea icoanelor?
- 19 Părintele Ioanichie Bălan
- 20 Cireșele
- 21 Două spice
- 22 Urme pe nisip
- 23 Firul de ceapă
- 24 Eșarfa roz
- 27 Igiena sufletului
- 28 Jocuri
- 30 Rezultatele la concursuri

Revistă coordonată și finanțată de

MĂNĂSTIREA "SP. IOAN CEL NOU" SUCEAVA

Telefon: 0747 318374

Fotografi: Petru Palamar, Monah Timotei Tiron - Mănăstirea Putna  
Arhiva Mănăstirii "Sf. Ioan cel Nou"  
Tipar: Accent Print, Machetare grafică: Esens Design

REVISTA APARE O DATĂ LA TREI LUNI



# Copilăria

Aș vrea să fiu mereu copil,  
Să mă-nvârtesc fără sfială,  
Să văd bujorii în April  
Trezindu-se din amorțeală,

Și-n iarba umedă covor  
S-alerg desculță pe afară,  
Legat de coada unui nor  
Să văd bondarul gras cum zboară,

Să simt parfum de flori de tei  
Și mâna mamei peste frunte,  
Sărutul cald, iubirea ei,  
Destinul încercând să-nfrunte,

S-aud pe tată povestind  
Cum alerga copil pe afară,  
Cu drag în brațe să-l cuprind  
Și cerul mai frumos să-mi pară,

Și zmeul să îl trag de sfuri,  
Să sar cât vreau peste băltoace,  
Cunună să îmi fac din flori,  
Și-ntr-o eu să cânt, că-mi place,

Să prind o gărgăriță-n zbor  
Și să o urc pe degețele,  
S-ascult cum cântă într-un cor  
În geamul casei, turturele,

Și să mă sui de vreau în dud  
Când stau vacanțele la țară,  
Și-n gârlă-afunci să mă cufund  
Cu ochii-nchiși în plină vară,

Să văd bunica împletind  
Pentru nepoate mândre șaluri,  
S-aud copiii chiind  
Cu piatra-n apă cum fac valuri,

Și îndrăgitul meu bunic  
Pe prispă bland să mă alinte,  
Și-n mâini să vină c-un ibric  
Să-mi toarne laptele fierbinte,

Să suflu flori de păpădii  
Și să pocnesc în mâini zorele,  
Și struguri copți și mari din vii  
Să-i strâng în coșuri de nuiele,

Să nu mă fac vreodată mare,  
Să fiu fetiță din oglindă!  
Copilăria, dalbă floare,  
Cu-al ei parfum să mă cuprindă!

de Lidia Batali



## Afectiunea părintească

Lipsa de afectivitate este cea mai mare problemă a omului modern și, mai ales, a copiilor.

Mulți dintre noi ne gândim să muncim pentru a asigura cumva viitorul copiilor noștri. Pentru aceasta adeseori alegem să plecăm în străinătate sau departe de familie. Plecăm tocmai pentru a reuși să ne întreținem familia și a ne face copiii fericiți. Ne sacrificăm... dar știm oare ce rămâne în urma noastră?

Din datele Autorității Naționale pentru Protecția Drepturilor Copilului, 80.000 de copii din România au cel puțin un părinte plecat la muncă în străinătate. Părinții se zbat ca să le asigure copiilor un viitor, dar oare ce viitor au acei copii care cresc lipsiți de afectivitatea părinților?

Iată câteva dintre consecințele care rezultă în urma despărțirii temporare a membrilor familiei sau... a divortului:

- copilul se simte abandonat, dorul de părinti îl face să se însingureze, să se izoleze, în unele cazuri chiar se îmbolnăvește;
- în multe cazuri copilul devine depresiv;
- devine irascibil, convins fiind că i-s-a făcut o mare nedreptate;
- își negligează pregătirea pentru școală;
- petrece mult timp pe internet cu jocuri, chat sau site-uri neadecvate vîrstei;
- simte nevoie să le arate colegilor că nu este inferior și încearcă să etapeze prin gesturi rebele, chiar antisociale, mai ales dacă părinții îi trimite bani;
- frustrarea produsă de lipsa de afectivitate conduce la apariția unui comportament agresiv sau sexual nepotrivit vîrstei;
- copilul poate intra în anturaje negative;
- crește riscul consumului de droguri și alcool;
- lipsa afectivității parentale poate avea consecințe pe termen lung, influențând major dezvoltarea fizică și psihică a copilului.

De ce a ajuns atât de greu să înțelegem câtă nevoie au copiii de noi și noi de ei pentru a fi cu toții fericiți? Nu a sosit oare vremea să renunțăm la mode și la televizor, la bani, cariere și internet, la tot ceea ce ne înstrăinează unii de ceilalți, pentru a ne asigura cu adevărat viitorul, al nostru și al copiilor noștri?

Înainte de a lua decizia să muncești în străinătate sau departe de familie, gândește-te mai mult la consecințe! Nu de jucării, nu de haine frumoase, nu de mâncare și de medicamente au nevoie copiii noștri, ci, în primul rând, de dragostea părinților lor. Înainte de toate, copiii noștri au nevoie să le stăm alături. Ei Tânjesc după afectiunea și îmbrățișarea noastră. Au nevoie de sfat, de încurajare și de sprijin emoțional în tot ceea ce fac.

Text realizat de un colectiv de medici, psihologi și sociologi, colaboratori ai revistei Familia Ortodoxă



# Sfântă Teodora din Carpați

Lăudați pe Domnul întru sfîntii Lui.  
(Psalmi 67,36)

Dragi prieteni, astăzi vreau să vă vorbesc despre Sfântă Teodora de la Sihla numită și „Sfântă Teodora din Carpați”, un model pentru tinerii din zilele noastre, cea care a luminat Munții Neamțului cu lumina cea neînserată a Mântuitorului, prin post și rugăciune, printr-o viață dedicată în întregime lui Dumnezeu.

Aceasta s-a născut în satul Vânători din județul Neamț. Era una din cele două fiice ale lui Ștefan Joldea, dregător domnesc la Cetatea Neamțului. În casa părinților săi a primit o educație creștinească aleasă, încă din copilărie practicând virtuțile creștinești. Sora sa, Marghiolița a fost răpusă de o boală cumplită care a dus la trecerea ei întru Domnul. După această grea încercare în viața tinerei Teodora, în inimă i-a încolțit un sentiment de pustnicie. Părinții ei s-au opus acestui gând, crezând că în felul acesta o pierd și pe a doua fiică.

La momentul potrivit, fiind deja matură, s-a căsătorit cu un Tânăr din părțile Tării de Jos, trăind în curăție cu el, neavând copii. După ce părinții Teodorei își dădură obștescul sfârșit, gândul ei de pribegie se întărea de la o zi la alta, până când aceasta și soțul ei hotărâră să se călugărească. Teodora s-a călugărit la schitul Vărzărești-Vrancea, iar soțul ei la schitul Poiana Mărului, primind numele de Elefterie.

Când a intrat în mănăstire, văzând tinerețea și râvna către cele duhovnicești, egumenă mănăstirii, schimonahia Paisia a luat-o ca ucenică. După un timp de încercare ca soră de mănăstire, a încuvîntat tunderea în monahism a Teodorei.

Turcii au cotropit teritoriile din împrejurimile mănăstirii, iar maiciile s-au retras în locuri săhăstrești, rătăcind prin munți. Egumenă împreună cu câteva

ucenice, printre care era și Teodora, s-au stabilit în Munții Buzăului unde au făurit un mic altar și o locuință modestă, nevoindu-se în post și rugăciune, în priveghere, cugetând la cele duhovnicești. După mai mulți ani de la aceste întâmplări, Teodora s-a îndreptat spre Munții Neamțului și a viețuit în preajma schitului Sihăstria într-o chilie. Ca povățuitor a avut pe ieroschimonahul Varsanufie, care i-a dat binecuvântarea de a viețui pustnicește. Ea a trăit în pustnicie, fiind cercetată doar de duhovnicul ei, ieroschimonahul Pavel din Sihăstria, care o spovedea și o împărtășea. În pădure găsea hrana de zi cu zi: bureți, urzici, mure, măcriș, alune, zmeură și din când în când mai primea și pesmeți și poame uscate de la schit. Trăia într-o rugăciune permanentă și veghe duhovnicească.

Turcii au năvălit a doua oară peste acele ținuturi. Cuvioasa a fost văzută de aceștia și a fugit într-o peșteră. Aici a început să se roage cu lacrimi lui Dumnezeu. Chiar în timp ce se ruga, păgâni fiind aproape de chilie, stâncă s-a despicat, iar Cuvioasa s-a ascuns în peștera formată, scăpând astfel de urgia lor. Nu știm cum a ieșit Cuvioasa din crăpăturile pământului, însă știm că viața ei de rugăciune și curăție a apropiat și animalele pădurii de ea slujindu-i ca lui Adam în Rai. Păsările cerului duceau în ciocuri firimituri de pâine de la Sihăstria către Sihla, ajutând-o pe Cuvioasă în nevoie ei. După mersul păsărilor a fost găsită de preoții călugări din mănăstirea Sihăstria, care au rămas uimiți de înfățișarea ei. În timp ce se ruga se ridică de la pământ, plină de lumină precum Maria Egipteanca în pustia Egiptului, unită cu Hristos, Mirele ei drag. A fost împărtășită cu Sfintele Taine, încredințându-și sufletul în mâinile lui Hristos, pe care L-a iubit și Căruia i-a închinat toată viața.

Sfințele moaște ale Cuvioasei Teodora se află astăzi într-o mănăstire din Kiev, având inscripționate pe raclă cuvintele: „Cuvioasa Teodora din Carpați”. În anul 1992, Sfântul Sinod al Bisericii Ortodoxe Române a canonizat-o trecându-i numele în calendar în rândul sfintilor. O prăznuim pe 7 august în fiecare an. În acastistul ei este numită “floarea duhovnicească a Moldovei”.

Andrei Puiuleț, cl. a V-a, C.T. „Lațcu Vodă” Siret, îndrumător Pr. Dorin Puiuleț

Veniți toți cei iubitori de Hristos cu credință  
și cu evlavie la pomenirea Cuvioasei Maicii noastre Teodora, care  
în pustia Sihlei în mari nevoie a petrecut și lumina săhastrilor s-a făcut.  
Cu laude să slăvим pe Dumnezeu și să cinstim pe cuviosii Lui, zicând:  
Bucură-te, Cuvioasă Teodora, a Moldovei duhovnicească floare!



# DECALOGUL

BIBLIA

"Să nu  
ucizi!"

PORUNCA  
a VI-a

(Vechiul  
Testament,  
Ieșire 20,13)

*pentru sufletul său?" (Sfânta Evanghelie după Matei 16, 26)*

După învățătura Sfintei Scripturi, Dumnezeu este Creatorul vieții omenești și numai El are dreptul asupra ei. Păstrarea și îngrijirea vieții este o datorie și un drept al fiecărui credincios. De aceea, în porunca a șasea din Decalog, Dumnezeu interzice uciderea. Acest păcat poate avea două forme: uciderea trupească și uciderea sufletească.

Uciderea trupească înseamnă a lua viața cuiva, indiferent prin ce metodă, sau lovirea și rănirea lui, ce-i provoacă moartea mai târziu. Acesta este păcatul cel mai grav pe care îl poate face cineva față de aproapele. Sfânta Scriptură îl consideră strigător la cer, de aceea Dumnezeu îl muștră pe Cain după ce și-a ucis fratele: „*Glasul săngelui fratelui tău strigă la Mine din pământ.*”, aşa cum citim în Vechiul Testament (Facere 4, 10).

Uciderea sufletească, la fel de gravă, este atunci când îndemnăm pe cineva la păcate sau oferim un exemplu rău prin cuvinte și fapte. Dacă acestea sunt imitate de cei din jur, contribuim la înmulțirea păcatelor lor, iar pentru aceasta suntem trași la răspundere de Dreptul Judecător, Hristos Dumnezeu, care ne iubește foarte mult, dar este în același timp și drept.

Tot ucidere sufletească este și atunci când invidiem, bârfim, suntem mâñoși și urâm pe aproapele nostru, aşa cum ne învață Sfinții Apostoli: „*Oricine urăște pe fratele său (aproapele său), este ucigaș de oameni.*” (Ioan 3, 15)

Această poruncă din Decalog nu se referă doar la ucidere, ci oprește și sinuciderea, adică nimicirea cu bună știință a propriei vieți. Dacă uciderea cuiva este un act anormal, cu atât mai mult este gravă sinuciderea!

Viața noastră este din Dumnezeu și trebuie să facem din ea ce e placut Lui. Dumnezeu când l-a făcut pe om (pe Adam), “a suflat în fața lui suflare de viață și s-a făcut omul finită vie” (Facere 2,7). Sufletul omului este nemuritor, adică nu moare niciodată.

Prof. de religie Maria Lucaci, Suceava

## Cuvinte vii

Două prietene mergeau la școală împreună. În fiecare dimineată, vesele, neștiutoare, ele puneau țara la cale. Gurile lor bârfeau pe fiecare coleg. Nimeni nu rămăsese neatins de cuvintele emise în păreri personale despre cum arată cutare, cum se comportă, cum se îmbracă, cât de urâtă e cu părul strâns la ceafă, ce mult s-a îngrășat sau cât de slabănoagă e chiar cea mai bună prietenă a lor!

Într-o zi, când se întorceau de la școală, râzând de o prietenă comună, le apare în față un bâtrânel, care, pătrunzându-le cu privirea, le spuse direct:

- De ce bârfiti, fetele mele?

Uimito, înghițindu-și ultimele cuvinte rostogolite pe buze, îngânară:

- Noi?!.. noi nu bârfim, ci doar vorbim, ne spunem părerea...

- Părerea voastră e bârfă, le-o să fie bâtrânul.

- ?!.. nu am știut...

- Nu ați știut?!... Poate ați uitat că suntem cu toții scântezi de Dumnezeu, iar cei pe care îi bârfiti sunt frații și surorile voastre...

- Scântezi de Dumnezeu...?!, repetă mirate fetele.

- Da, adevăr am spus. Fiecare cuvânt are o putere foarte mare. Cuvintele sunt o exprimare a gândurilor voastre, ceea ce înseamnă că și gândurile voastre sunt rele. Dacă nu aveți gânduri bune, nici cuvintele nu sunt bune. Cuvântul e o minune. El poate ucide, dar poate și înnobila și înălță! Cuvântul fără iubire e un cuvânt mort care atacă, rănind persoana căreia îi este adresat, chiar dacă nu este de față. Tot ce spuneți se întoarce ca un bumerang înapoi la voi, bun sau rău. Nu vă jucați cu cuvintele! Nu o iubiți deloc pe prietena voastră?!

- Ba da!

- Atunci de ce o răniți cu vorbele voastre? Cuvântul pe care îl rostiți îmbrăcați-l în iubire și o să vedeți că totul se va schimba în jurul vostru pentru că voi v-ați schimbat. Rostiiți cuvinte frumoase, luminoase, cu iubire: cuvinte vii.

Înțelegând că au greșit, una din fete întrebă:

- Acum ce putem face? Ne pare atât de rău...

- Primul pas deja l-ați făcut: aveți părere de rău venită din adâncul sufletului. Al doilea pas ar fi să vă cereți iertare de la toți cei atinși de cuvintele voastre și, al treilea, să nu mai faceți.

Fetele își ridică ochii plecați ca să mulțumească bâtrânului, dar acesta dispăruse. În ele vibrau încă cuvintele bâtrânului: cuvintele iubirii.

Fiecare își făcu în gând un legământ: din acea clipă bârfa va fi aruncată la gunoi ca ceva urât, nefolositor, iar iubirea sufletului va înflori pe buze cuvinte alese, cuvinte vii.

Plecără vesele, de data aceasta știutoare, spre casă.



## Întrebările lui Cristian

Luni dimineață, drumul era presărat cu ochiuri de apă rămase în urma ploii de duminică noaptea. În drum spre școală, Cristian le ocolea cu grijă, deoarece dorea să își păstreze curate noile sale haine. Îi era milă de mama lui care trebuia să spele toate hainele de fiecare dată când ploua. Încet, încet, a ajuns cu bine la școală. Prima sa grijă a fost să meargă la baie pentru a-și spăla pantofii.

În recreația mare, Cristian a ieșit în curtea școlii. Nu a făcut mai mult de zece pași, că un coleg dintr-o altă clasă, Marcel, îi puse piedică. Cristian a căzut, cât era de lung, în noroi. S-a ridicat repede, a fugit după Marcel și l-a trântit la pământ. Marcel a început să țipe. Profesorul de serviciu a intervenit imediat și l-a ridicat. Pe față lui noroilul era amestecat cu sânge ce curgea dintr-o rană de pe obraz. În cădere, Marcel se lovise de o bordură. Profesorii au sunat la 112 și imediat a venit mașina Salvării.

Marcel a fost dus la spital.

Cristian a fost chemat în cancelarie, unde au venit dirigintele, directorul, gardianul de serviciu și părințele profesor de religie, care era duhovnicul lui Cristian. Toți cei de față erau foarte mirați, deoarece nu mai avuseseră probleme cu Cristian. El însuși era speriat de cele întâmplătoare.

- Ce poți să ne spui despre ce s-a întâmplat în curte? l-a întrebat directorul.

Cristian tăcea ... Părintele a intervenit:

- Cristian, îți dai seama că ai greșit?

- Nu am vrut părinte, de unde era să știu că se va lovi la față aşa de rău? Marcel m-a împins mai întâi în noroi și mi-a distrus hainele.

- Și asta îți dă dreptul să îl lovești și tu? îl întrebă părintele pe Cristian.

- M-a enervat, uitați-vă în ce hal m-a murdărit! Ce o să spună mama acasă?!

- Deci te-ai mâniat?
- Da...
- Ia spune, Cristian, mânia este o faptă bună?
- Nu, am învățat că este o patimă.
- Colegul tău, Marcel, avea mânie pe tine?
- Nu cred, l-am văzut punând piedică și altor copii.
- Deci el a făcut-o în joacă.
- Probabil..., dar ce fel de joacă e asta?!
- Sigur că nu e un mod de a te juca. Dar nu crezi că reacția ta a fost exagerată? Când l-am văzut că face la fel și cu alți copii, ai încercat să vorbești cu el? Tu, fiind mai mare, ai fi putut să îl ajuți. Poate comportamentul lui vine din dorința de a fi băgat în seamă. Dar tu ce ai făcut?
- L-am împins... s-a lovit grav...
- Cristian, ce s-ar fi întâmplat dacă Marcel se lovea la tâmplă?

- Vai, părinte, mama spune că dacă te lovești la tâmplă poti mori...
- Crezi că s-ar fi putut întâmpla?
- Cristian nici nu mai avea puterea să răspundă. Fața sa arăta cât de speriat era la gândul a ceea ce ar fi putut să se întâiple. Într-un târziu, Cristian spune:
  - Ce trebuie să fac acum, părinte?
  - Fapta ta te-a făcut dator față de Dumnezeu și va trebui să te spovedești și să-ți iei un canon. Te-a făcut dator față de școală, ceea ce înseamnă că e posibil ca profesorii să îți scadă nota la purtare. Te-a făcut dator față de Marcel. Va trebui să-i ceri iertare și să-l sfătuiești să nu mai pună piedică altor copii, pentru că și ei ar putea să se lovească la fel de tare ca și el.
  - Părinte, iertați-mă și rugați-vă pentru mine și Marcel!

Părintele Gabriel Herea, Pătrăuți



## Sfânta Scriptură despre ... ...mânie și ură

Să aflăm ce spun despre mânie și ură Sfinții Apostoli Matei și Ioan.

Va trebui să rezolvați corect perechile de exerciții de mai jos și să aflați trimiterile 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 10 august 2011, vor primi câte o surpriză!*

Sfânta Evanghelie după Matei

$$5 \times (3 \times 5 - 5) - 9 \times 5 =$$

$$11 + 20 : (2 \times 5 - 5) + 7 =$$

Epistola I după Ioan

$$3 \times (3+3) - 5 \times 3 =$$

$$9 - 7 \times 3 + 3 \times 9 =$$



# Copil blând ... ... sunt și eu



În sufletul fiecărui copil se găsește o comoară: blândețea. Caută această comoară și vei descoperi o voce duioasă scăldată în înțelegere, o privire caldă și drăgăstoasă care topește gheata din inimă rece și un zâmbet cristalin care oglindeste chipul unui înger.

*Florentina Liliana Coroamă, cl. a VIII-a*

Un răspuns blând potolește mânia, unul aspru o aprinde. Cel cu adevarat puternic este cel blând, înțelegător și iertător. Blândețea cere un suflet plin de forță, fără slăbiciune sau teamă și învinge răul cu binele.

*Ana Maria Juravle, cl. a V-a B*



A fi un om blând înseamnă a avea mai întâi frică și dragoste de Dumnezeu, a fi răbdător față de cei care te provoacă și a-ți calcula cu precizie fiecare cuvânt spus în viață. Doar așa putem ajunge adevarati creștini și moștenitori ai Împărației lui Dumnezeu.

*George Silviu Chira, cl. a VIII-a*



Ar fi bine să nu ne uităm aşa de mult la televizor și calculator pentru că filmele și desenele animate ne provoacă la violență și agresivitate față de cei din jur. Cred că orice copil blând renunță la televizor și calculator pentru a fi pace și liniște în familie.

*Ana Maria Juravle, cl. a V-a C*



Este bine să fii blând pentru că așa a fost și Mântuitorul care a zis: „Învătați de la Mine că sunt blând și smerit cu inima”. Dacă ești violent și te comporti cu ceilalți urât atunci și ei se vor comporta cu tine la fel.

*Iuliana Tarnovetchi, cl. a V-a*



Blândețea este puterea binelui ce izvorăște dintr-un suflet curat și bun. Unii consideră că e o slăbiciune, dar nu e. Nu este greu să fii blând. Blândețea este un dar de la Dumnezeu sau se poate dobândi cu ajutorul Lui pe parcursul vieții.

*Mihail Ciprian Cîrciu, cl. a V-a*



Sentimentul care ne face să fim buni și luminoși la chip, să fim iertători și plăcuți lui Dumnezeu este blândețea. Ea este un mărgăritar șlefuit de răbdare și care duce spre iubirea nemărginită către ceilalți oameni și către Dumnezeu.

*Diana Andreea Buraciuc, cl. a VI-a*

Elevi ai Școlii de Arte și Meserii „Dimitrie Onciu”, Straja, îndrumăți de profesor Daniela Morar

# Bucuriile



Dacă citim viața Domnului nostru Iisus Hristos, putem să împărtășim bucurile Duhului Sfânt în trei grupe:

**Bucuriile Betleemului**, pe care le simte creștinul ce merge la biserică, care se închină cu evlavie, ascultă Sfânta Liturghie, postește, face milostenie, se spovedește curat și primește cu multă credință Preacuratele Taine. Acestea sunt cele mai obișnuite bucurii duhovnicești, care se dobândesc destul de ușor, fără multă osteneală și sunt pentru toți creștini drept credincioși. Se întâlnesc în casa săracului, în coliba văduvei, în inima străinului, în orice familie de creștin. Le-am putea numi și bucurii liturgice, euharistice, pentru că se nasc în Biserică, trăiesc prin Biserică și ajung la desăvârșire în Biserică prin unirea cu Sfânta Împărtășanie. Acestea sunt, deci, bucurile tinereții duhovnicești, comune și mirenilor și preoților și călugărilor.

**Bucuriile Taborului** sunt mult mai înalte decât cele dintâi și le simte numai cel lipsit de grijile lumii, care trăiesc în liniște, care a dobândit cea mai curată rugăciune, care are izvoare de lacrimi pentru păcatele sale și iubește pe toți oamenii deopotrivă. Aceste bucurii se câștigă cu multă osteneală, smerenie și în timp îndelungat. Iar cine a ajuns acolo sus pe Tabor, cine și-a înălțat mintea și inima la Dumnezeu, acela este ca o făclie mereu aprinsă, care de-a pururi vede pe Dumnezeu înaintea feței sale (Psalm 15,8) și poate striga cu Sfântul Petru: „Doamne, bine este nouă să fim aici...” (Ev. Marcu 9,5). Acestea sunt numite și bucuriile desăvârșirii, pe care foarte puțini le pot dobândi, căci se nasc numai din liniște și rugăciune.

**Bucuriile Golgoței** sunt și mai înalte ca cele de până acum și le pot simți cei ce urcă muntele Golgota, cei ce duc cu multă răbdare crucea vieții, a bolilor îndelungate, a necazurilor pentru Hristos, a muceniciei, a jertfuirii pentru aproapele, pentru dreptate, care mor și înviază cu Domnul. Acestea sunt numite și bucuriile sângei, ale jertfei, pentru că se nasc din sânge, din lacrimi și suferință. Mari sunt aceste bucurii și puțini sunt cei ce sunt vredni să le poarte, pentru că fără multe sacrificii și jertfă nu se pot câștiga de către nimeni. (...)

Să primim ca pe un dar bucuriile cele duhovnicești și să le ascundem cu osârdie în inimile noastre. Cu osteneală se câștigă, cu multe ispite se păstrează, dar fără ele nu avem nădejdea mântuirii. Căci cine face o faptă bună, cine se roagă sau face milostenie și nu simte mângâiere duhovnicească, acela fără folos s-a ostenit și este lipsit de nădejde.

Fiecare dintre noi să se analizeze pe ce treaptă a faptelor bune se află și fiecare să râvnească spre bunățile duhovnicești cele mai alese, ca să fie mângâiat de Duhul Sfânt cu bucurile cele mai înalte. Căci bucuriile cele duhovnicești se nasc unele pe altele, se cheamă unele pe altele și se atrag unele spre altele, pentru ca bucuria noastră în Hristos să fie deplină.

Arhimandrit Ioanichie Bălan

# MĂNĂSTIREA PUTNA



În anul 1466, pe locul unde este astăzi Mănăstirea Putna, era pădure. O pădure bătrână, cu copaci falnici, în care trăiau sihaștrii. Rugăciunile lor au sfîntit locul și atunci când Voievodul Țării Moldovei, Ștefan cel Mare, s-a întrebat unde să zidească prima lui mănăstire, Dumnezeu l-a călăuzit aici. Construcția a început după ce voievodul a reușit să recucerească Cetatea Chilie de la străinii care o luaseră în stăpânire de curând.

După trei ani, în 1469, Sfântul Ștefan biruiește pe tătari și, pe 3 septembrie, se află la Putna. Biserica era gata și Mitropolitul Teoctist al Moldovei, împreună cu 64 de episcopi, stareți de mănăstiri, preoți și diaconi au sfîntit-o. Domnul țării a adus aici călugări de la Mănăstirea Neamț în frunte cu starețul acesteia, Arhimandritul Ioasaf. Hramul mănăstirii a fost ales Adormirea Maicii Domnului, căci Sfântul Ștefan și întreaga lui familie o iubeau mult pe Maica Domnului și o aveau ca apărătoare împotriva dușmanilor văzuți și nevăzuți.

Dumnezeu a îngăduit că în 1484 mănăstirea să treacă printr-o mare încercare. A izbucnit un incendiu și a ars. Sfântul Ștefan cel Mare a refăcut-o din nou și a construit și un turn foarte puternic, unde în vremuri de primejdie se adăpostea tezaurul mănăstirii. Tot acum biserică a fost pictată, folosindu-se mult aur în pictură, încât cronicile spun că era „mai mult aur decât culoare, și pe dinăuntru și pe dinafară”. Ștefan cel Mare a făcut aici o Școală de broderie, iar o parte din ce s-a lucrat atunci se află astăzi în Muzeul mănăstirii și reprezintă cele mai frumoase broderii medievale din Estul Europei.

A venit însă vremea ca marele domn să treacă la Părintele Ceresc. Pe 2 iulie 1504, după o viață în care a câștigat 34 de victorii și a pierdut 2 bătălii, în care a zidit în jur de 40 de biserici și mănăstiri, sufletul Sfântului Ștefan s-a ridicat la cer. Întreaga țară plângea, căci poporul știa că a pierdut un conducător cum nu va mai fi. A fost înmormântat la Putna și, de atunci, orice om care a dorit să-l roage ceva ori să-i mulțumească Sfântului Ștefan Vodă, cum i-a spus poporul, a venit la Putna știind că găsește aici pe Părintele Moldovei.

Fiul său, Bogdan al III-lea, și nepotul Ștefăniță Vodă, care i-au urmat la tron, s-au îngrijit și ei de mănăstire. Când au trecut la Domnul, au fost înmormântați alături de Sfântul Ștefan.

Au urmat însă vremuri grele pentru țară, căci turci au devenit din ce în ce mai puternici și au cerut biruri din ce în ce mai mari. Tătarii năvăleau și jefuiau chiar și bisericile. Țara a sărăcit, iar mănăstirile au trecut prin mari greutăți. De aceea, în 1650 voievodul Vasile Lupu, văzând că Putna este avariată, a dărâmat-o și a început să o construiască din nou. Construcția s-a terminat în 1662.

Greutățile au continuat și, peste o sută de ani, un fiu al mănăstirii va trebui să o refacă din nou. Mitropolitul Moldovei Iacob Putneanul a fost nevoie să își dea demisia din scaunul mitropolitan pentru că a apărăt drepturile celor săraci. A venit la Putna și, în câțiva zeci de ani, o restaurează încât va fi numit „al doilea ctitor”, după Sfântul Ștefan cel Mare. Când vorbea despre Putna, o numea „maica mea”, atât de mare dragoste avea față de locul unde s-a călugărit din copilarie. În anul 1778 a plecat și el pe drumul veșniciei și a fost înmormântat în biserică.

În 1775 o grea încercare a venit peste nordul Moldovei, Imperiul Austriac ocupând acest ținut pe care l-a numit Bucovina. Astfel, Moldovița, Putna, Voronet, Sucevița, Humor, Dragomirna și celelalte mănăstiri bucovinene vor trece prin cea mai grea perioadă a existenței lor. Multe au fost închise. Putna a rămas deschisă, dar nu avea voie să aibă mai mult de 25 de călugări.

În anul 1871 la Putna s-a desfășurat prima Serbare a românilor de pretutindeni. Frații care trăiau în Imperiul Otoman, Imperiul Rus, Imperiul Austro-Ungar s-au întâlnit cu cei din Regatul României. Au simțit că duhul marelui apărător al țării, Ștefan cel Mare, îi va ajuta să-și împlinească dorința de a fi cu toții în aceeași țară. Mihai Eminescu, care numea Putna „Ierusalimul neamului românesc”, s-a zbătut mult să organizeze această serbare. Cu acest prilej, Ciprian Porumbescu, îmbrățișându-l pe tatăl său, preotul Iracleie, i-a zis: „Tată, la Putna am cântat Daciei întregi!”.

Putna a fost în continuare gazda unor Serbări mari, cum a fost cea din 2004 când s-au împlinit 500 de ani de la moartea Sfântului Ștefan. Dar nu numai atunci, ci în fiecare zi la Putna vin copii și bătrâni, studenți, familiii, cu toții căutând aici nădejde și ajutor de la Domnul Iisus Hristos, de la Maica Domnului și de la voievodul a căruia viață a fost dedicată lui Dumnezeu și poporului său, Sfântul Ștefan cel Mare.

Părintele Dosoftei, Mănăstirea Putna



# Vorbești de rău sau de bine?

Atunci când a creat primul om, Dumnezeu i-a dăruit vorbirea. Așa a putut Adam să dea nume tuturor lucrurilor, găsindu-le un rost pe această lume. După plecarea din Rai a lui Adam, vorbirea, ca și toate lucrurile care l-au însoțit pe om în căderea lui, a dobândit și o parte întunecată. Cu vorba putem face și cel mai mare bine, dar și cel mai mare rău. Răspunzând la întrebările de mai jos vei putea afla dacă modul în care folosești vorbirea te apropie sau te îndepărtează de Dumnezeu. Alege cu sinceritate o singură variantă de răspuns pentru fiecare întrebare.

**1** Trebuia să te întâlnești cu un coleg pentru a rezolva o problemă, dar el nu a venit, așa că, supărat, ai rezolvat-o singur. După această întâmplare:

- (a) îi spui răspicat tot ce-ți trece prin minte legat de acest lucru;
- (b) îi spui cu grija ce te-a deranjat și cum te așteptai tu să se comporte, dar nu le povestești celorlalți despre întâmplare;
- (c) Nu-i spui nimic, dar ai grija să-ai avertizezi pe alții cu privire la el.

**2** Te întâlnești cu un coleg care îți povestește lucruri rele despre un alt coleg:

- (a) îl ascultăi cu interes și apoi povestești și tu aceste lucruri altor prietenii;
- (b) îl ascultăi și găsești și tu întâmplări asemănătoare despre acel coleg;
- (c) îl rogi pe prietenul tău să nu-ți mai spună astfel de lucruri, după care încerci să nu te mai gândești la ceea ce îți-a spus.

**3** Venind spre școală ai văzut o colegă ce era certată de părinți pentru o greșeală. Când te întâlnești cu ea la școală:

- (a) Nu spui nimic, treci mai departe, ca și cum nimic nu s-ar fi întâmplat;
- (b) Nu îi spui nimic, dar le povestești prietenilor ce s-a întâmplat;
- (c) O oprești și îi spui că și tie îți s-a întâmplat la fel și că cel mai bine este să încerce să repară greșeala.

**4** Vii din pauză și observi că toți colegii tăi povestesc despre lucrurile rele pe care le-a făcut un coleg care lipsește:

- (a) îi oprești și le spui că nu este corect să vorbească despre cineva care lipsește și propui să se vorbească despre altceva;
- (b) Știi că spun adevărul și povestești și tu ceea ce mai știi despre acel coleg;
- (c) îl ascultăi cu interes dar tu nu spui nimic.

**5** Un coleg te oprește pentru a-ți spune lucruri rele pe care le-a auzit de la alții colegi despre tine.

- (a) îl ascultăi și apoi îi spui lucrurile rele pe care le știi tu despre ei;
- (b) îi mulțumești pentru informații. Apoi, dacă lucrurile sunt adevărate încerci să schimbi ceva în felul în care te portă, iar dacă nu sunt adevărate nu te mai gândești, rugându-te să te poți împăca bine și cu ceilalți;
- (c) îi spui că ești supărat fiindcă nu te-a apărat în fața celor care te vorbesc de rău.

**6** Deschizi televizorul și vezi o emisiune în care se critică viața unor oameni:

- (a) Schimbi canalul și cauți o altă emisiune;
- (b) Te uiți la emisiune fiindcă știi că a doua zi prietenii tăi vor discuta despre asta și nu vrei să fii neinformat;
- (c) Te uiți la emisiune, dar a doua zi nu participi la discuțiile despre acei oameni.

**7** Un coleg ia o notă mai bună la test decât tine și îți arată victorios nota lui:

- (a) îi spui că nota asta nu e importantă fiindcă a fost favorizat de profesor;
- (b) îi spui că te bucuri și că data viitoare veți lua amândoi o notă bună;
- (c) Nu-i spui nimic, dar le povestești prietenilor tăi că de răutăcișos este și că nu crezi că a obținut nota în mod cinstit.

**8** Ești în pauză și un coleg răstoarnă suportul cu hărți. În acel moment:

- (a) îi spui că nu e normal să facă asta și îi arăți că de neatent și irresponsabil este;



intrebare răspuns	1	2	3	4	5	6	7	8	9
a	2	1	2	3	1	3	2	2	3
b	3	2	1	1	3	1	3	1	2
c	1	3	3	2	2	2	1	3	1
<b>total</b>									



**9-14:** Încă sunt multe lucruri pe care trebuie să le corectezi în felul în care folosești vorbirea în relațiile cu ceilalți. Așa cum alegi să procedezi acum, vorbele tale fac rău atât celor despre care vorbești, cât și celor cu care vorbești, dar mai ales tje, care te îndepărtează de Dumnezeu. Ca să te îndrepți poți începe prin a te opri înainte de a vorbi cu ceilalți sau despre ceilalți și să te întrebi dacă ceea ce vrei să spui este plăcut lui Dumnezeu. Discuția cu părinții, frații mai mari, doamna învățătoare sau preotul duhovnic despre întrebările de mai sus poate fi tot un început bun.



**15-20:** Ești pe calea de a folosi vorbirea aşa cum a dăruit-o Dumnezeu, dar încă mai sunt câteva lucruri de schimbăt pentru a te îndepărta de urmările rele ale vorbirii. Pentru aceasta reia fiecare întrebare și observă diferența dintre răspunsul pe care îl-ai dat tu și răspunsul marcat cu 3 puncte în tabel. Spre acest răspuns este bine să te străduiești să ajungi și astfel vei descoperi roadele vorbirii cu bună rânduială.



**21-27:** Felicitări! Răspunsurile tale arată că știi să te ferești de vorbirea de rău. Felul în care întelegi tu să folosești vorbirea te aduce și pe tine și pe cei din jurul tău mai aproape de Dumnezeu. De aceea este important să rămâi atent la efectul vorbelor asupra ta și asupra celor din jur, încercând să le arăți și celorlalți acest lucru. Mult succes!



## De ce se aprinde candela înaintea icoanelor?

În primul rând, aprindem candela înaintea icoanelor deoarece credința noastră este lumină. Iisus Hristos a zis: "Eu sunt lumina lumii". Lumina candelei ne aduce aminte de lumina cu care Hristos luminează sufletele noastre.

În al doilea rând, ca să ne aducă aminte de caracterul luminos al Sfântului în fața căruia aprindem candela - fiindcă Sfinții sunt numiți "fii ai luminii".

În al treilea rând, ca să ne slujească drept muștrare pentru faptele noastre întunecate și pentru gândurile și dorințele noastre rele și să ne chemă la calea sfînteniei evanghelice, ca astfel să ne ostenim cu râvnă pentru a împlini porunca Mântuitorului: "Așa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor, ca ei să vadă lucrurile voastre cele bune".

În al patrulea rând, ca să aducem o mică jertfă lui Dumnezeu, Care a jertfit totul pentru noi. Un mic semn al marii noastre recunoștințe și dragostei noastre luminoase pentru Cel de la Care cerem în rugăciune și viață și sănătate și mântuire și tot ce ne poate da numai nemărginita dragoste cerească.

În al cincilea rând, ca să fie o pavăză împotriva duhurilor rele, care năvălesc uneori asupra noastră și la rugăciune și ne abat gândurile de la Făcătorul nostru - fiindcă puterile cele rele trăiesc în întuneric și fug de orice lumină, mai ales de cea care este închinată lui Dumnezeu și Sfinților Lui.

În al șaselea rând, ca să ne dea imbold la ardere de sine. Precum undelemul și fitilul ard în candelă, supuse voii noastre, așa să ardă și sufletele noastre cu flacără dragostei în toate încercările, supuse totdeauna voii lui Dumnezeu.

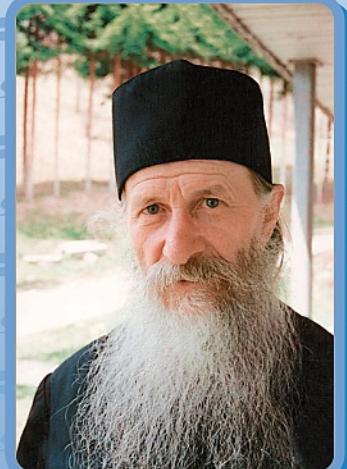
În al șaptelea rând, ca să ne învețe că, așa cum candela nu poate să se aprindă fără mâna noastră, nici inima, această candelă lăuntrică a noastră, nu poate să se aprindă fără sfântul foc al harului Dumnezeiesc, chiar dacă ar fi plină cu toate virtuțile - fiindcă toate virtutile noastre sunt ca undelemul din candelă, iar de la Dumnezeu este focul ce îl aprinde.

*Sfântul Nicolae Velimirovici, din "Răspunsuri la întrebări ale lumii de astăzi", vol. I*

## Părintele Ioanichie Bălan

- cronicarul sfintilor -

*"Mi-e dor de cer"*



Noi, oamenii, suntem zidiți de Dumnezeu după chipul și asemănarea Sa. Adică buni, credincioși, smeriți, iubitori de Dumnezeu, iubitori de aproapele și de tot ce este frumos. De aceea, ne rugăm Lui, vorbim cu El seara și dimineața și oricând rostим TATĂL NOSTRU; ne rugăm și facem Sfânta Cruce.

S trăduiește-te să dobândești blândețea în tot ceea ce faci. Vorbește calm, fără nervozitate, fără iuțime, fără a dojeni sau mustă pe cineva cu răutate. Fii blând cu toți. Vorbește-le tuturor numai cuvinte sănătoase, chibzuite, smerite, drese cu sareă înțelepciunii, încălzite cu căldura dragostei divine.

Iubește-l pe Hristos care S-a răstignit pentru tine. Să îl păzești toate poruncile cu dragoste și așa vei arăta că îl iubești. Silește-te spre toate poruncile Sale și așa îl vei putea iubi cu adevărat. Caută să îl mulțumești pentru tot ce-ți dă bun sau mai puțin bun.

R oagă-te dimineața pentru ajutorul tău de peste zi. Roagă-te seara pentru iertarea păcatelor tale. Roagă-te stăruitor pentru a dobânde iertare, ajutor și milă. Cere în rugăciune numai ce ți-e mai de folos. Nu cere semne, nu căuta să vezi minuni, nu crede în vise.

N u uită că mai ales la biserică trebuie să alergi cu fierbinți rugăciuni. Nu uită mai ales de Sfânta Liturghie și de Sfânta Împărtășanie ca ceea ce este dar peste dar. Aleargă ca cerbul la izvoarele apelor atunci când ești chemat la biserică la Sfânta Liturghie.



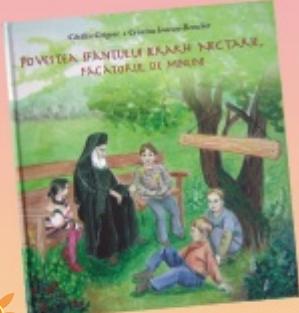
# Ştiati că cireșele?



- cireșele au proprietăți remineralizante și tonifiante, fiind o sursă bună de vitamine (B1, B2, B3, B6, B9, C, E), minerale (calciu, potasiu, fosfor) și au un conținut bogat în provitamina A și vitamina C;
- cireșele galbene sau de o culoare mai deschisă au un efect diuretic mai puternic, favorizând eliminarea toxinelor din organism, fiind de ajutor și pentru stimularea digestiei;
- cireșele roșii sau cele negre sunt mai des folosite, având efecte antioxidantă foarte puternice, fiind un tratament eficient și contra bolilor degenerative, a afecțiunilor cardiaice și vasculare, contra anumitor forme de cancer;
- cireșele amare sunt cele mai prețuite de terapeuți, fiind excelente pentru tratarea durerilor musculare, a îmbătrânerii premature, a afecțiunilor inflamatorii, a bolilor hepatice, a tumorilor;
- se consumă cireșe coapte bine și proaspete, foarte bine spălate, la temperatura camerei (nu reci de la frigider), de preferință pe stomacul gol, cu minim 15 minute înainte de a mânca;
- din codițele de cireșe se poate face ceai pentru bolile de rinichi;
- sucurile acidulate, siropurile sau cireșele conservate (compot, dulceață) nu au nici 10% din efectele terapeutice ale fructelor proaspete și ale derivatelor lor naturale.



Căutând Înțelepciunea ...



În cartea "Povestea Sfântului Ierarh Nectarie" este descrisă într-un mod atractiv povestea micului Anastasie, un copil cuminte și însetat de înțelepciune. Ca Tânăr, s-a hotărât să slujească lui Dumnezeu într-o mănăstire, aşa că a devenit călugăr. Pentru dragostea și ascultarea lui a primit din cer o mulțime de daruri dumnezeieschi, printre care și pe cel al facerii de minuni. Viața lui curată l-a



## Două spice

Pe-un răzor de luncă verde,  
Sub căldurile de vară,  
Răsăriseră vecine,  
Două spice de secară:  
Unul cu grăunte grele,  
Aplecându-și a lui frunte,  
Celălalt cu fruntea-n slavă,  
Neavând nici un grăunte.

"Vai de tine, mă vecine,  
Zise mândru spicul sec,  
Eu, pământului ca tine  
Nu pot frunta să mi-o plec,  
Când ștui bine cine sunt  
Între cer și-n tre pământ."  
Spicul plin, la toate-acesteia,  
N-a răspuns nici un cuvânt.

Dar o vrabie bătrână,  
Auzind pe-acel nerod  
Îngânat peste măsură,  
Deși n-avea pic de rod,  
Zise puiului ei mic,  
Arătându-i-l pe spic:

"Puiul mamei, ține minte,  
Să nu zici că nu ți-am spus,  
Nici un spic cu rod nu ține  
Îngânată fruntea sus,  
Decât spicul ce pe lume  
Nimic cu el n-a adus."



arătat oamenilor ca un mare Sfânt al Bisericii, ocrotitor al copiilor și tămăduitor al bolilor de tot felul.

Textul simplu și grăitor și ilustrațiile luminoase în acuarelă poartă sufletul pe alt tărâm, ca un îndemn de a descoperi mireasca sfînteniei de care se poate împărtăși orice copil.





# Urme pe nisip

Odată, un om mergea printr-un deșert. Nu mai putea de oboseală; nu mâncase nimic de mai multe zile, apă nu mai avea, iar soarele puternic îl topea cu razele sale de foc. În afară de întinderea nesfârșită de nisip dogoritor, nu se vedea decât urmele omului, urmele pașilor săi.

Deodată, însă, omul a observat că alături de el au apărut și alte urme, ca și când mai era cineva, o persoană ce mergea odată cu el și ale cărei urme le putea vedea alături de ale sale. Speriat, a strigat:

- De ce sunt două rânduri de urme, când eu sunt singur? Cine ești și de ce nu te văd?

Dar o voce i-a răspuns:

- Sunt Dumnezeu! Nu ești singur, fiindcă Eu merg alături de tine. Astfel, vei fi ocrotit de orice rău și vei ajunge cu bine la capăt!

Omul a căzut în genunchi și i-a mulțumit Domnului că S-a îndurat de el, după care și-a continuat drumul, convins acum că va reuși. Și a mers..., a mers..., până când într-un final a simțit că nu mai poate face un pas măcar. Căzut în genunchi, a privit în spate și... ce i-a fost dat să vadă? Pe nisip se vedea doar un singur rând de urme.

- Doamne, a spus omul îndurerat, de ce m-ai părăsit?

Dar, aceeași voce i-a răspuns cu blândețe:

- Nu te-am părăsit! Până acum, Eu te-am dus în brațe!

Deodată, omul nostru a simțit ceva rece, rece, și a deschis ochii. Visase. Toropit de oboseală, încins de lumina soarelui, căzuse în nisip, ajuns la capătul puterilor. Dar, în timpul somnului, fusese găsit de o caravană. Cățiva călători îl ridicară și îl stropiră cu apă.

- Binecuvântat să fie Domnul! a strigat omul. Cum de m-ăți găsit?

- Am văzut niște urme în nisip și ne-am dat seama că cineva s-a rătăcit. Erau, într-adevăr, urmele tale.

- Voi credeți că urmele mele v-au adus aici? Nu! Dumnezeu, Care S-a îndurat de suferința mea, El v-a călăuzit pașii spre mine, altfel aş fi murit.



# Firul de ceapă

Când s-a născut o fetiță, Dumnezeu a trimis îngerul ei păzitor să o păzească în toate zilele vieții ei, până la moarte. S-o păzească de păcate, să-i învețe, să-i lase să cadă în ispite grele.

Când fetița a crescut, nu a mai ascultat de îngerul ei păzitor. Zadarnic îngerul îi sufla la urechea inimii cuvinte bune, degeaba o învăță milostenia, rugăciunea și iubirea de semenii. Fata devinea tot mai rea, mai nepăsătoare de suferința aproapelui, mai zgârcită și cu inima prinsă de averea ei. Fata a devenit o femeie foarte bogată care nu dădea nici o firimitură de pâine nimănui. Îngerul ei era mereu întristat și se gândeau ce se va întâmpla cu sufletul ei după moarte.

A venit și ziua morții și a judecății femeiei. Pentru păcatele ei cele multe și pentru nemilostivirea ei față de săraci și bolnavi, Dumnezeu a trimis-o la iad, unde erau aruncați zgârciții și nemilostivii. Îngerul ei păzitor se zbătea să-i amintească dacă în viață ei, această femeie a făcut vreun bine. Și-a adus aminte că odată, mergând cu căruțele pentru a-și vinde recolta la oraș, femeia a dat un fir de ceapă verde unui cerșetor. Atunci a alergat îngerul la tronul lui Dumnezeu și, căzând cu față la pământ, a spus:

- Doamne, femeia aceasta a făcut odată un bine. A dat un fir de ceapă verde unui cerșetor.

- Bine, i-a spus Dumnezeu, uite aici firul de ceapă, ia-l și spune-i femeiei să se prindă de firul de ceapă și trage-o afară din iad.

Îngerul a luat firul de ceapă și s-a dus la marginea iadului. A strigat-o pe femeie și i-a spus:

- Domnul Dumnezeu S-a milostivit de tine și m-a trimis cu acest fir de ceapă pe care tu l-ai dat odată unui cerșetor. Apucă-te cu grijă de el ca să nu se rupă și eu am să te trag încetisoară afară din iad.

Femeia a făcut ce i-a spus îngerul. Când celelalte suflete au văzut că un înger o scoate pe femeie din smoală, s-au agățat de marginea hainei ei gândind că îngerul le va trage și pe ele afară. Atunci femeia a început să-i ocârască și să-i lovească cu picioarele:

- Lăsați-mă în pace, nemernicilor, eu am dat firul de ceapă, nu voi. Duceți-vă în fundul iadului, blestemăților.

În clipa aceea, pentru răutatea ei, s-a rupt firul de ceapă și femeia a căzut înapoi în iazul de smoală. Îngerul a început să plângă cu tristețe.

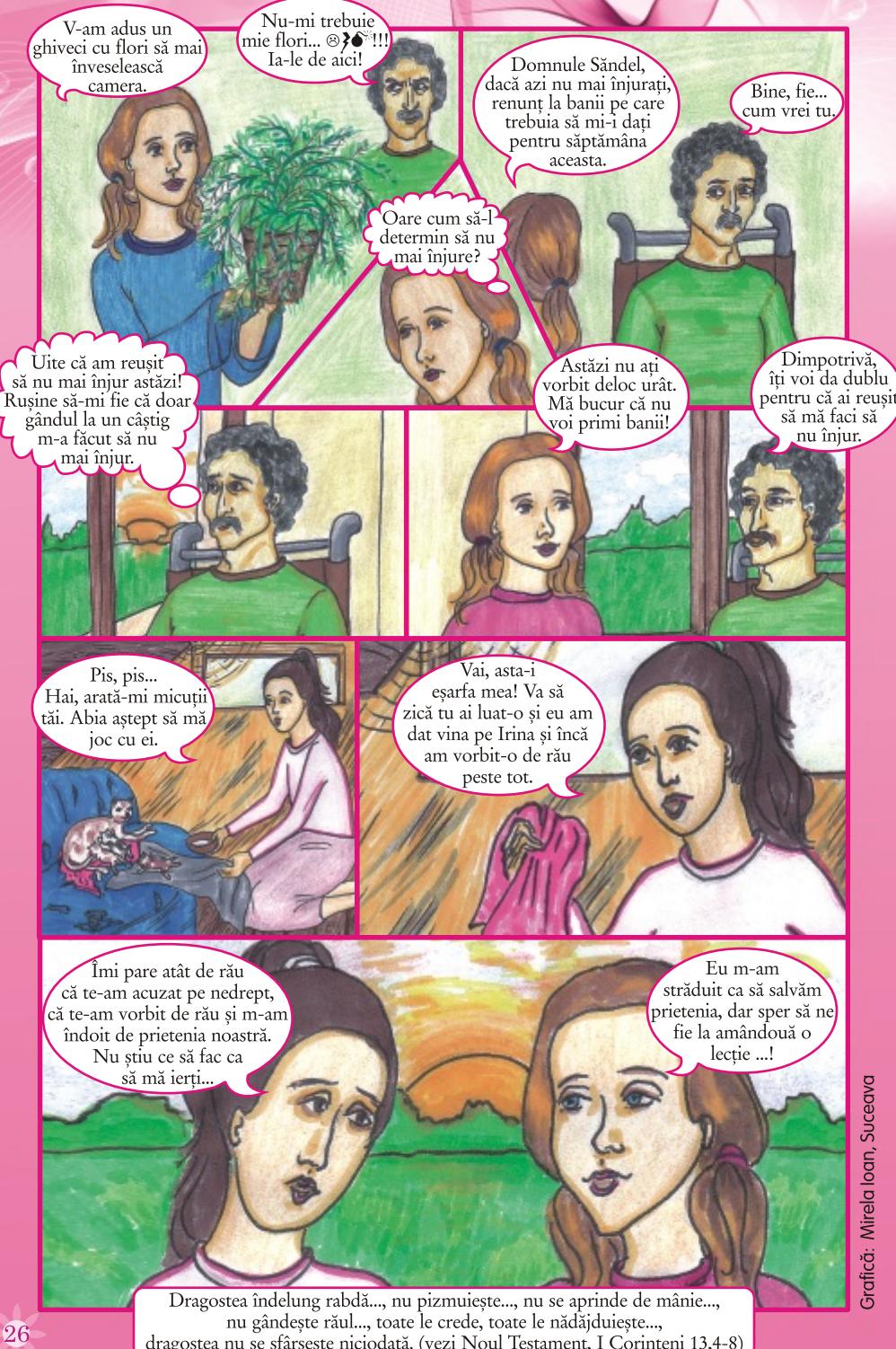
(adaptare după un fragment din romanul  
“Frații Karamazov” de Feodor Dostoievski)



# Esarfa roz



# Igienea sufletului



Orice om își face curat în casa în care locuiește, își spală trupul, își curăță hainele, într-un cuvânt respectă niște reguli elementare de igienă. Acestea îl fac să fie sănătos, bine dispus, o prezență plăcută la prima vedere. Este normal să fie aşa, dar oare este de ajuns?

Ar fi fost de ajuns dacă omul nu și-ar murdări de-a lungul vieții și haina sufletului pe care a primit-o imaculată la Sfântul Botez.

Murdăria sufletului este mai grea și are urmări mai grave decât murdăria trupului. Ea intră în suflet prin neglijență și prin păcate de tot felul și se așterne peste chipul lui Dumnezeu din om, necinstindu-l. Această murdărie, dacă nu este curățită prin spovedanie și prin străduință spre îndreptare, face ca persoana respectivă să nu mai semene a om, ci să se degradeze până la desfigurare spirituală.

Omul rămâne om numai în măsura în care își împlinește menirea, iar menirea sa este de a deveni asemenea cu Dumnezeu. Cum se mai aseamănă cu Dumnezeu un om care trăiește în răutăți și păcate, un om care înjură, care vorbește murdar, un om care bârfește? Din păcate, bârfa și limbajul cu aluzii indecente sunt prezente până și în multe emisiuni TV, co-participând la ele o țară întreagă.

Mulți dintre creștinii de astăzi sunt departe de modelul pe care ar trebui să-l urmeze: Iisus Hristos. Chiar și bunul simț ar fi de ajuns pentru ca o persoană să-și dea seama ce se potrivește și ce nu se potrivește cu o anumită situație. De exemplu, sunt locații care impun ținută la un anumit standard de decentă sau eleganță pentru cei care le trec pragul. Cu atât mai mult trebuie respectat un standard de decentă când intrăm în casa lui Dumnezeu, Biserică. Dar nici strada nu trebuie confundată cu litoralul în ceea ce privește ținuta. Vine vară, este cald, dar se pot purta haine subțiri, răcoroase și decente în același timp.

Orice comportament pornește din suflet, iar puterile sufletului sunt rațiunea, sentimentul și voința. O rațiune sănătoasă, luminată de dreapta credință și bună educație ne va ajuta să distingem binele de rău, valoarea de kitsch, adevarul de fals. Sentimentul, dacă nu este pervertit de păcat, ne leagă inima de Dumnezeu și de toți semenii noștri, iar voința ne ajută să ne îndreptăm spre ceea ce rațiunea și sentimentul ni le-au arătat ca demne de urmat.

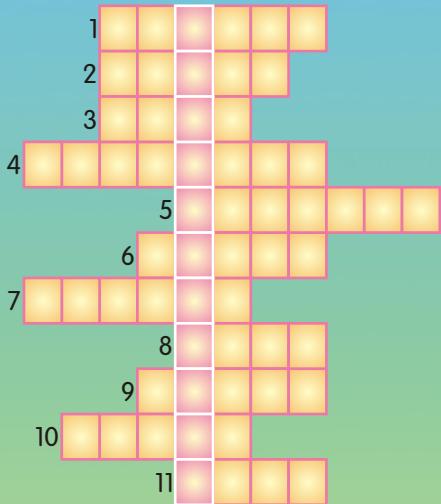
Prin urmare, grija pentru sănătatea și curătenia sufletului nostru trebuie să fie cu atât mai mare cu cât suntem împresurați de mai multe spite și devieri.

Prof. Irina Buta, Suceava



# APOSTOLII, VESTITORI AI ... ... LUI IISUS HRISTOS

Pentru a completa titlul trebuie să rezolvați corect rebusul. Puteți găsi informații în următoarele texte din Noul Testament: Ioan 1,35-51 și Marcu 3,14-19.



1. Valoare morală predicată de Mântuitorul
2. Apostolul neamurilor
3. Apostolul iubit al lui Iisus Hristos
4. Alt nume al Sfântului Apostol Vartolomeu
5. Jînuit în care s-a petrecut minunea de la Cana
6. Alt nume al Sfântului Apostol Petru
7. Apostolul românilor
8. Apostolul care a pictat prima icoană
9. Apostol din aceeași localitate cu Sfântul Petru
10. Apostolul care a scris prima Evanghelie
11. Apostolul care l-a vîndut pe Mântuitorul

## Ceramică de Marginea

Lângă cuporul unui pricoput olar din Marginea se aflau odată 40 de oale de lut. 28 dintre ele aveau gata chenarul de jos, 36 aveau gata chenarul de sus, iar unele aveau terminate ambele chenare. Oricare dintre oale avea făcut cel puțin un chenar. Știi care era numărul oalelor de lut complet încrustate?



Folosind toate literelor din fiecare piramidă de cuburi puteți găsi cuvinte care vă pot ajuta în urcușul duhovnicesc.



## În excursie

Pe malul unui râu cinci familii prietene vor să-și monteze corturile. Familia Matei are o pisică și nu ar vrea să aibă un vecin care are un câine. Familia Luca are o veveriță îmblânzită. Familia Constantin are un câine ciobănesc. Familia Marcu nu e mai prejos: are un canar drăgălaș într-o colivie și se teme să aibă un vecin care are o pisică. În sfârșit, familia Ioan are un copil mic și nu vrea ca micuțul să ducă la gură vreun fir de păr de animal. Ajută cele cinci familii să-și monteze corturile!



Din câte triunghiuri este formată pisica?

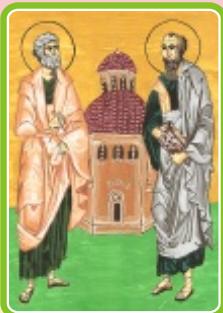
# Premiere - ediția iunie 2011

## CONCURS DE ICOANE

Sfintii Apostoli Petru și Pavel

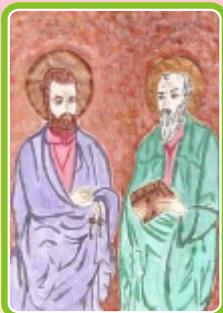
Clasele I-IV

Premiu I



Loredana Buliga  
Horodnicu de Sus

Premiu II



Emanuel Lăzărescu  
Rădăuți

Premiu III

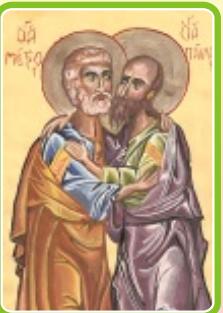


Sandu Tudor  
Fălticeni

**Mențiuni:** Simon Sfichi, Gălănești; Iulian Cornea, Fălticeni; Carmen Irimescu, Putna; Gabriela Tunea, Moara; Raluca Vatavu, Fălticeni; Bianca Scutaru, Fălticeni

Clasele V-VIII

Premiu I



Oana Bejinari  
Rădăuți

Premiu II



Mihnea Bucătaru  
Buhuși, jud. Bacău

Premiu III



Oana-Theodora Ștefan  
Rădăuți

**Mențiuni:** Eliza Curcă, Boroaia; Iustina Diacon, Botoșani Mare; Daniela Pintilei, Rădășeni; Iulia Căprioara, Buhuși, jud. Bacău; Ariana Lazurca, Rădăuți

## CONCURS DE ESEURI, POEZII

### Copil - om onest și modest



Premiu I: Andreia Macovei, Fălticeni

Premiu II: Cipriana Diacon, Botoșani Mare

Premiu III: Ana Trifan, Marginea

**Mențiuni:** Florin Strugut, Dolhești Mici; Miruna Horodincă, Rădăuți; Ana-Maria Găitan, Bosanci; Andreea Ignat, Suceava; Roxana Gavrilut, Drăgușeni; Delia Iordache, Câmpulung-Moldovenesc

## Concurs de eseuri, poezii

Tema concursului

### Viața ca un dar

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

### Concurs de icoane

Tema concursului

### Sfântul Prooroc Ilie

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 august 2011** prin poștă sau e-mail (doar la eseuri) 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 septembrie 2011.

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.revista.micutiicrestini.ro](http://www.revista.micutiicrestini.ro)