

CĂLĂUZA REDINȚEI



Publicație lunară

Iunie (Cireșar)
nr. 6 (114) / 2026

Publicație de gândire, atitudine și spiritualitate ortodoxă
editată de Parohia „Sf. Vasile Tăbărași” Iași, ROMÂNIA

Apare cu binecuvântarea Înaltpresfințitului Teofan, Mitropolitul Moldovei și Bucovinei



De ce suntem triști?

Citiți în pagina 1



Revista noastră, o poveste
într-un documentar de suflet

Citiți în pagina 5



Sfânta Cuvioasă Elisabeta
de la Pasărea

Citiți în pagina 14



Suflet de copil

Citiți în pagina 7

Biserica purtând hramul „Sfântul Vasile cel Mare” se află în cartierul Tătărași din municipiul Iași, pe strada Vasile Lupu, nr. 40. Numele acestui cartier, odinioară sat la marginea de răsărit a Iașilor, s-a adăugat la numele bisericii pentru a o deosebi de alte biserici ieșene cu hramul „Sf. Vasile cel Mare”, ca de pildă cea din cartierul Nicolina. Imobilul bisericii este construit pe un teren situat la marginea de sud-vest a colinei Tătărașilor, delimitat la nord și la vest de străzile Vasile Lupu și Delfini, iar la est și la sud de proprietăți particulare.

Biserica a fost construită din piatră de Repedea și din cărămidă, dar, din păcate, nu are obișnuita pisanie, care să-i ateste vechimea și numele ctitorilor. Dintr-o însemnare făcută la anul 7268 (1760), pe Evanghelia Nifon, păstrată în patrimoniul bisericii, aflăm că „Evanghelia a fost donată bisericii Sf. Ierarh Vasile din Iași de către preotul Ioniță”. De aici concludem că biserica este atestată documentar în sec. al 18-lea. Scurta monografie consemnată în Registrul inventar din anul 1967, evocă „o legendă a locului” care vorbește despre breasla pescarilor, care ar fi ctitorit biserica pe la anul 1709, din inițiativa soților Vasile și Elena Șelaru.



Dragi enoriași, vă așteptăm în continuare să ne împărtășiți opiniile, sugestiile, articolele sau chiar micile întâmplări din viața dumneavoastră și în acest an, în scopul menținerii unei legături cât mai strânse între enoriașii parohiei noastre.

*„Când Dumnezeu te are drag
Și te ia în paza milei sfinte
Ca arme de-a lupta înainte
Nu-ți dă nici bătă nici toiaș
Îți dă pricepere și minte.”*

Colectivul de redacție



De ce suntem triști?

Prin voia Domnului, cu inimile deschise către lumina primelor raze ale anotimpului împlinirii, ne regăsim din nou împreună pe undele credinței. Cu nădejdea că fiecare cuvânt așezat cu grijă în paginile revistei noastre va deveni o piatră de temelie pentru sufletele cititorilor, pornim la drum cu dorința de a aduce mângâiere, înțelegere și întărire. Într-o lume tot mai grăbită și mai împovărată de încercări, cred că fiecare articol poate fi o mică făclie care să ne ajute să trecem peste ispitele și frământările acestei vieți trecătoare.



Astfel, în acest număr, am decis să zăbovim asupra unei întrebări care atinge inima fiecărui om: Când lumea modernă ne oferă o gamă diversificată de atracție și divertisment, de ce suntem triști? Am decis să ating un punct sensibil, pentru că tristețea (în general vorbind) este una dintre cele mai tainice stări ale sufletului omenesc. Ea apare uneori ca o umbră neașteptată, alteori ca o însoțitoare veche, care ne amintește că viața nu este doar lumină, ci și drum prin valea încercărilor. Omul trăiește între bucurie și durere, între speranță și neputință, între vis și realitate. Așa cum spune Scriptura „totul este precum visul celui care se trezește”, nu pentru a ne arunca în deznădejde, ci pentru a ne învăța să nu absolutizăm nimic din cele trecătoare. Nu de puține ori am (re)întâlnit oameni (pe care îi cunosc de multă vreme) la care nu am văzut niciodată un zâmbet sau o sclipire de bucurie. Chiar dacă mesajul „Temeți-vă!” a ajuns să fie ascuns în tot felul de știri sau de informații (mai ales în mediul online), omul cu înclinație spre Dumnezeu va putea „scana” informațiile vehiculate, eliminând tot ceea ce aduce tulburare în suflet.

Știu că nori negri ne învăluie atunci când ne lovim de limitele noastre: neputința de a schimba ceva, pierderea unei persoane dragi, o boală, nedreptatea la locul de muncă sau neîmplinirile. Dar acestea nu ar trebui să producă doar o rană în inimă, ci și o chemare. În adâncul suferinței se ascunde dorul după bine, dorul după Dumnezeu. De aceea, tristețea nu este doar o slăbiciune, ci și o mărturie că sufletul nostru nu se mulțumește doar cu lumea aceasta, ci vrea mai mult!

Sfinții Părinți ne spun că încercările și durerile au un rol curățitor. Ele scot la lumină ceea ce este ascuns în noi, ne smeresc, ne înțeleptesc și ne apropie de

adevăr. Tristețea poate deveni un loc al întâlnirii cu Dumnezeu, dacă nu fugim de ea, ci o purtăm cu răbdare și cu nădejde. Așa cum aurul este trecut prin foc pentru a deveni mai curat, tot așa sufletul este trecut prin lacrimi pentru a deveni mai luminos.

Uneori suntem triști pentru că nu înțelegem de ce ni se întâmplă anumite lucruri. Alteori pentru că ne simțim singuri. Dar, credința ne arată că nimic nu este întâmplător și că Dumnezeu nu îngăduie niciodată o povară peste puterile noastre. Chiar și atunci când nu simțim prezența Lui, El merge cu noi, tainic, în fiecare pas.

Privind la Iov, la sfinți, la oamenii care au trecut prin suferințe grele și totuși au rămas statornici, învățăm că tristețea nu este sfârșitul, ci începutul unei maturizări duhovnicești. Suferința (în general) ne învață să prețuim bucuriile curate, să fim mai buni, mai răbdători, mai aproape de ceilalți.

Adevărata biruință nu este să nu fim niciodată triști, ci să nu lăsăm ca valul acestei lumi zbuciumate să ne despartă de Dumnezeu. Când ne purtăm crucea (suferința, necazul etc.) cu smerenie, ea se transformă: devine prilej de rugăciune, de întărire, de luminare. Și, încet, în locul ei răsare pacea - acea pace pe care lumea nu o poate da.

Tristețea, oricât de apăsătoare ar fi uneori, nu este un capăt de drum. Ea este, mai degrabă, un liman între două maluri: între ceea ce suntem și ceea ce am putea deveni. În tăcerea ei, Dumnezeu ne vorbește altfel decât în clipele de bucurie. Ne arată cât de fragili suntem, dar și cât de mult putem crește atunci când ne sprijinim pe El.

Fără a ieși din obiceiul meu, vă aduc și acum o frumoasă povestioară care ne arată că doar cu o inimă curată, cu o inimă de copil, vom putea zâmbi din nou, vom putea vedea adevărul din noi.

„Într-o după-amiază liniștită de primăvară, un cuplu stătea pe o bancă într-un parc. Vorbeau aprins, ridicând uneori tonul, căutând o soluție la o problemă care îi apăsa de multă vreme. Lângă ei, băiețelul lor de șapte anișori se juca în iarbă, adunând flori și urmărind găzele. Deodată, un cățel mic, cu ochi blânzi, a apărut dintre tufișuri și s-a apropiat de bancă. S-a gudurat prietenos pe lângă picioarele celor doi, ca și cum ar fi vrut să le aducă un strop de bucurie.

- Pleacă! a strigat bărbatul, lovindu-l cu piciorul. Cățelul a schelălăit și s-a retras speriat.

- Tati! De ce l-ai lovit? a întrebat copilul mirat.

Mama, rușinată și tulburată, i-a răspuns repezit:

- Lasă, mami, cățelul e rău. Nu te apropia de el.

Copilul a tăcut, dar privirea lui spunea totul: nu înțelegea cum un animal blând

putea fi numit rău doar pentru că a venit cu dragoste. După câteva clipe, băiatul s-a apropiat de părinți și, cu vocea lui curată, a spus:

- Mami... Tati... Voi nu sunteți supărați pe cățel. Sunteți supărați înăuntru. Și el a venit să vă facă să zâmbiți.

Cei doi adulți au rămas fără cuvinte. În liniștea care a urmat, au simțit cum adevărul spus de copil le pătrunde în inimă. Nu cățelul era vinovat, ci tristețea lor, neputința lor, frustrarea lor. Și, fără să-și dea seama, își revărsaseră durerea asupra unei făpturi nevinovate.

Bărbatul a oftat adânc.

- Ai dreptate, puiule... Nu cățelul era rău. Noi suntem cei care am greșit.

Copilul i-a privit cu dragoste.

- Poate că Dumnezeu l-a trimis să vă amintească să nu mai fiți triști.

Atunci, cei doi s-au ridicat și au mers încet spre locul unde se ascunsese cățelul. Bărbatul s-a aplecat și l-a chemat cu o voce schimbată, caldă:

- Iartă-mă, micuțule... Am greșit.

Cățelul, ca și cum ar fi înțeles, s-a apropiat din nou, dând din coadă. Iar în acel moment, parcă și norii din sufletele lor au început să se risipească.”

Dragi prieteni, fiecare poveste este și va rămâne doar la stadiul de poveste dacă inima nu o poate pătrunde. În fiecare articol am inserat câte o povestioară, nu doar pentru a umple spațiul revistei, ci pentru că o poveste este mai ușor de „digerat”, chiar și pentru o inimă împietrită. Așa cum cățelul lovit a scos la iveală nu răutatea lui, ci rănilor ascunse ale celor doi părinți, tot așa și în viața noastră Dumnezeu îngăduie uneori mici întâmplări care să ne arate cât ne-am îndepărtat de blândețea și pacea Lui. Tristețea, neliniștea, izbucnirile de mânie nu sunt altceva decât semne că sufletul s-a depărtat de izvorul iubirii. Oare de câte ori nu am răspuns (inconștient, poate) cu o privire tăioasă celui care voia să ne aducă o rază de lumină? Oare de câte ori nu am privit cu suspiciune pe cel care ne-a zâmbit, fără un motiv anume? Când omul nu-și mai pune nădejdea în Dumnezeu, când nu mai primește voia Lui, inima se tulbură și vede rău acolo unde este bine.

Norocul nostru este că Domnul Hristos nu ne lasă în întuneric. El trimite în calea noastră oameni, copii, animale, gesturi mărunte, prin care ne cheamă înapoi la lumină. Ne amintește că adevărata vindecare începe atunci când ne deschidem inima, când ne recunoaștem greșeala sau neputința și ne întoarcem la El cu smerenie.

Uneori, o vorbă bună spusă la timp poate ridica un suflet mai mult decât o predică. O îmbrățișare poate alina o rană pe care cuvintele nu o pot atinge. O simplă



prezență tăcută, discretă și sinceră poate aduce pace acolo unde frământarea părea de neclintit. Sfântul Apostol Pavel spunea că iubirea adevărată nu face zgomot, nu se laudă, nu cere nimic în schimb. Ea doar este. Și, fiind, vindecă.

Când ne apropiem unii de alții cu inimă curată, umbra gândurilor întunecate se risipește. Se topește în căldura comuniunii, se îmblânzește în lumina bunătații. În iubirea dintre oameni se ascunde chipul iubirii lui Dumnezeu: o iubire care nu judecă, nu respinge, nu obosește. O iubire care ridică, care iartă, care dă sens fiecărei lacrimi.

În cele din urmă, tristețea ne învață ceva ce adesea uităm: cât de mult avem nevoie unii de alții. Niciun om nu este o insulă, iar nicio inimă nu poate duce singură toate poverile vieții. Dumnezeu ne-a așezat în lume nu ca să rătăcim izolați, ci ca să ne fim sprijin, mângâiere și lumină. Iubirea dintre oameni este una dintre cele mai puternice lucrări prin care Dumnezeu vindecă tristețea.

Poate că de aceea tristețea nu trebuie privită ca un dușman, ci ca o chemare: chemarea de a ne deschide inimile, de a ne apropia unii de alții, de a ne redescoperi ca frați. Într-o lume tot mai grăbită și mai fragmentată, tristețea ne amintește că adevărata putere nu stă în autosuficiență, ci în comuniune.

Dragii mei, în fața tristeții, omul nu este chemat să lupte singur, nici să-și poarte poverile doar cu puterile sale. Domnul Hristos nu ne cere să fim neclintiiți, ci să fim încrezători. Nu ne cere să înțelegem totul, ci să ne lăsăm în voia Lui, asemenea unui copil care se odihnește în brațele părintelui său. Tristețea se naște adesea acolo unde voia lui Dumnezeu nu mai este primită, unde inima se închide și încearcă să se descurce singură. Dar, în clipa în care ne întoarcem spre El, chiar și cu pași mici, lumina începe să pătrundă în întuneric.

Închei aceste rânduri cu îndemnul de a-I încredința lui Dumnezeu grijile noastre, temerile noastre, neputințele noastre. Să-I spunem, cu sinceritate: „Doamne, am nevoie de Tine”. Și atunci, încet, norii cei negri se vor risipi, iar sufletul va simți din nou pacea care vine doar din încrederea în voia Lui. Căci, atunci când ne vom pune nădejdea în Dumnezeu, întristarea nu va mai avea ultimul cuvânt, iar viața va căpăta din nou sens, lumină și bucurie.

Să învățăm, așadar, să privim cu atenție aceste semne. Să nu lăsăm tristețea să ne împietrească inimile, ci să o transformăm în prilej de apropiere de Dumnezeu. Căci, acolo unde omul își pune nădejdea în voia Domnului, chiar și cele mai grele poveri se ușurează, iar sufletul redescoperă pacea, bunătața și bucuria de a iubi.

Har și bucurie!

Eugen Antohi, Parohia „Sf. Vasile” Tătărași



Revistuța noastră, o poveste într-un documentar de suflet



*I*n duminica zilei de 1 februarie, după Sfânta Liturghie, am primit un mesaj de la domnul Eugen, în care mi-a transmis în câteva cuvinte ideea de a realiza un documentar despre revistuța noastră. M-a întrebat ce părere am și dacă îl ajut. Neînțelegând clar despre ce este vorba, am acceptat și abia apoi am început să adresez întrebări, pentru a ști exact cu ce anume voi putea contribui.

Am primit, în câteva zile, toate detaliile de care aveam nevoie pentru a-mi forma o imagine de ansamblu și am realizat că planul este unul mareț, nu doar o dorință de a obține un scurt și simplu filmuleț, cum îmi imaginasem inițial.

Proiectul – documentarul – urma să fie, de fapt, o poveste. Povestea noastră, a celor care ne ostenim – cu responsabilitate și cu dragoste – ca lună de lună să oferim texte cât mai atent alese, cu un mesaj călăuzitor în ale credinței, așa cum transmite și însuși titlul publicației noastre. Dar, cei mai importanți membri ai acestei povești minunate nu suntem noi, ci cititorii, cei care așteaptă cu nerăbdare să apară noul număr, cei care cumpără și răsfoiesc fiecare exemplar, căutând răspunsuri, căutând sprijin, căutând o fărâma de speranță de care să se agațe, devenind astfel mai optimiști, mai puternici, mai credincioși și mai apropiați de

Suflet de copil



S dragi prieteni, iată că, după ce am trecut cu bine și peste perioada pascală, dar și peste anotimpul primăvărat, bunul Dumnezeu ne-a învrednicit să pășim într-o nouă lună, cea a lui Cireșar, dar și într-un nou anotimp, cel de vară, în care vom prăznuir sărbători importante, precum Sfânta Treime, dar și începutul Postului Sfinților Petru și Pavel. Însă, în acest articol nu am să fac referire la aceste sărbători, ci la cei mai puri, mai curați și mai gingași omuleți, care, la început de lună, își serbează ziua. Ați ghicit: copiii!

Ce este mai frumos și mai bun pe lumea aceasta decât să vezi surâsul și bucuria din ochii copiilor? Mai cu seamă că ei, prin puritatea și prin sufletelul lor neîntinat și nepervertit, transmit bucurie părinților și celor din jur și ne aduc aminte că și noi, oamenii mari, ar trebui să redobândim acea stare de curăție pe care am pierdut-o demult.

Vă mărturisesc sincer că îmi plac foarte mult copiii și, atunci când văd vreunul la biserica noastră sau pe stradă, parcă îmi face ziua mai frumoasă. Însă, din păcate, dragilor, nu toți copiii sunt fericiți și constat cu mâhnire că încă mai există pe

chipul unora tristețe, dor și, uneori, chiar griji sau responsabilități.

Sunt, în țara noastră, copii ai căror părinți sunt plecați la muncă în străinătate și care sunt privați de mângâierea, povățuirea și îndrumarea celor care le-au dat viață; copii care sunt abuzați, bătuți și puși la munci dintre cele mai grele și mai umilitoare, cărora, pe scurt, li s-a furat copilăria; și copii care devin, peste noapte, adulți, abandonând școala și joaca, preluând sarcinile unui om matur, pentru care jucăriile și această perioadă frumoasă a vieții lor reprezintă doar un vis.

Conform datelor organizației „Salvați Copiii”, 1,25 milioane de copii din România se află în sărăcie sau excluziune socială, iar peste 100.000 de copii din țară se culcă flămânzi - date care, din păcate, ne plasează pe locuri fruntașe în Europa.

Analizând aceste statistici îngrijorătoare, stau și mă întreb: oare acești copii vor mai avea vreodată o bucurie? Oare îi va mai face cineva să zâmbească? Oare vor ști și ei ce înseamnă o masă caldă și căldura părintească? Sunt întrebări retorice, la care ne este tot mai greu să oferim un răspuns dătător de speranță.

Haideți să nu mai fim indiferenți în fața acestor realități cutremurătoare. Să facem ziua mai bună unui copil necăjit sau orfan, pentru că ei sunt viitorul țării și pilonul societății de mâine, iar felul în care vom ști să ne îngrijim de ei va defini ceea ce vom deveni.

Mântuitorul nostru, Iisus Hristos, spune: „De nu vă veți întoarce și nu veți fi precum pruncii, nu veți moșteni Împărăția Cerurilor”.

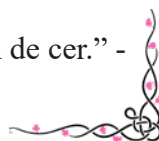
În încheiere, să ne rugăm bunului Dumnezeu să reînvie în noi sufletul de copil, să recăpătăm bunătatea aceea pe care am avut-o și noi când eram ca ei și să înălțăm un gând de rugăciune pentru copilașii din țară și din întreaga lume, pentru ca astfel, prin ei, să atingem și noi mântuirea cea gătită nouă, oamenilor.

Gânduri de bucurie și de pace!

Gabriel Luca, Parohia „Sf. Vasile” Tătărași



„Copiii sunt mâinile prin care ne prindem de cer.” -
Henry Ward Beecher



Ce arată creierul atunci când împlinim fapte bune pentru semenii noștri?

Suprimând activitatea din zonele asociate resimțirii stresului, „creierul liniștit” experimentează stări lăuntrice pozitive. Astfel, pe cortexul celor care oferă bunuri materiale sau sprijin emoțional se activează aceiași centri care răspund la plăcerea indusă de dopamină și de oxitocină. Cea dintâi este un neurotransmițător al stării de motivație, satisfacție și răsplată, iar oxitocina, numită și „hormonul îmbrățișării”, creează și întărește legăturile de atașament.



Și mai precis, cu ajutorul aparaturii performante de rezonanță magnetică, specialiștii au observat că nucleul caudat și nucleul accumbens s-au activat atunci când participanții au fost simpli martori ai donării sumei lor de bani către persoane nevoiașе, însă atunci când i-au dăruit ei înșiși, aceste zone au devenit extrem de active, creând starea de satisfacție.

Și mai interesant este faptul că atunci când persoanele generoase au decis să facă milostenie, s-a activat în mod specific sistemul de recompensă a creierului, legat de dopamină, mai mult decât în situația în care au primit ei înșiși bani [1]. Ba chiar „simpla amintire a faptelor de bunătate are efecte aproape echivalente cu înfăptuirea acestora”, după cum a constatat un grup de cercetători din Japonia și din America de Nord, în sensul că dăruitorii erau mult mai fericiți chiar și prin numărarea, în gând, a faptelor bune, împlinite cu o săptămână înainte. Sau cum au concluzionat cercetătorii: „Atunci când îi faci cuiva o favoare, îți vei primi răsplata de mai multe ori, când te gândești la ea, în viitor”.

Atitudinea binevoitoare, altruistă și milostivă, pe lângă activarea sistemului de recompensă al creierului, stimulează producerea și infuzia de oxitocină în emisferile cerebrale, ceea ce se traduce în sentimente pozitive, precum dragostea, recunoștința, încrederea în sine [2].

Oamenii de știință, pe baza scanărilor creierului în momentele de generozitate, au identificat și vorbesc despre o „strălucire caldă”, difuză în întreg cortexul, ca urmare a sentimentelor pozitive resimțite în momentele de bunătate și dărnicie.

Aceasta este, pe de o parte, o răsplată a faptei bune săvârșite, dar pe de altă parte, motivează la noi acte de milostenie [3].

Într-un limbaj mai accesibil cititorului obișnuit, Gary Chapman, în lucrarea sa, intitulată „Iubirea ca mod de viață”, descrie astfel efectele benefice ale iubirii față de aproapele nostru, manifestată în fapte de milostenie sau bunătate: când facem fapte bune, în organism se elimină endorfinele, niște substanțe naturale cu potențial calmant; după săvârșirea unei fapte bune, avem un sentiment de euforie, urmat de o senzație de relaxare; faptul de a-i ocroti pe ceilalți poate reduce efectele negative ale bolilor și ale dezechilibrelor psihice de la nivelul organismului; s-a dovedit că, după ce săvârșim fapte bune, scăpăm de stările depresive, precum și de sentimentele de agresivitate și de izolare; din acest motiv, după ce-i facem cuiva un bine, problemele de sănătate cauzate de stres tind să dispară; după ce săvârșim o faptă bună, efectele benefice asupra sănătății organismului și starea de relaxare care ne învăluie persistă ore sau chiar zile întregi, prin rememorarea acțiunii respective; s-a dovedit că faptul de a ne gândi la binele unei persoane cu care avem o relație bună întărește sistemul imunitar; actele de altruism influențează pozitiv respectul de sine, optimismul de care dăm dovadă și sentimentul de satisfacție față de propria persoană [4].

Așadar, și în mod paradoxal, dacă simpla gândire la o bancnotă alterează starea de bine psihic, inclusiv la persoanele extrem de bogate și care nu ar trebui să simtă anxietate din cauza sărăciei, amintirea unei fapte bune, de generozitate și dărnicie, dă sentimentul de solidaritate și comuniune, de iubire și jertfelnicie, motivând și îndemnând la alte gesturi de același fel, dar tot mai înalte și tot mai bogate. Sau, precum au măsurat oamenii de știință, atunci când facem o faptă bună în favoarea aproapelui, starea noastră de împlinire sporește cu 44%!

[1] Caroline Webb – „Cum să ai o zi bună”, Editura Publica, București, 2016;

[2] Dr. Med. Julia Fischer – „Medicina sentimentelor. Ce se află cu adevărat în spatele emoțiilor noastre”, Editura Publica, București, 2021;

[3] Dr. Paul Dolan – „Rețeta fericirii. Schimbă ceea ce faci, nu felul în care gândești”, Editura Litera, București, 2016;

[4] Gary Chapman – „Iubirea ca mod de viață. Șapte trăsături de caracter ce vă vor îmbogăți relațiile cu cei din jur”, Editura Curtea Veche, București, 2010.

Autor: Pr. Prof. Univ. Dr. Ioan C. Teșu

Sursa: www.doxologia.ro

Strofe pentru suflet

Treime Sfântă-Ți Mulțumesc!

Treime Sfântă-Ți mulțumesc
 Pentru iubirea Ta divină,
 Că ochi mi-ai dat când m-ai făcut
 Și-n ochi mi-ai picurat lumină.
 Și ziua eu mă uit la cer,
 Privind înlăcrimat la soare,
 Iar noaptea luna o admir
 Și stelele pâlpâitoare.
 Mi-ai dat urechi și pot s-aud
 A păsărilor melodie
 Și-un val ce geme zbuciumat,
 Și-o mare plină de mânie.
 Și-un trăsnet înspăimântător,
 Și-o briză caldă liniștită,
 Și-un foșnet dulce de mohor,
 Și-o doină tristă domolită.
 Treime Sfântă-Ți mulțumesc
 Că iată, Tu mi-ai dat picioare
 Să pot să merg în casa Ta
 Ca să aprind o lumânare,
 Să pot îngenunchea smerit
 De mii de ori în rugăciune
 Și să Ți mulțumesc mereu
 Pentru atâtea daruri bune,
 Să pot fugi după un zmeu
 Sau să alerg după o minge,
 Să pot ieși pe un balcon
 Și să mă uit pe străzi cum ninge.
 Treime Sfântă-Ți mulțumesc
 Că mâini mi-ai dat spre folosință
 Ca eu cu ele să câștig
 Cinstit o pâine spre ființă,

Pe care-n fiecare zi
 Din mila Ta s-o pun pe masă
 Spre bucuria tuturor
 Din cei ce-mi locuiesc în casă.
 Ce dar îmi sunt aceste mâini
 Și câte pot să fac cu ele..
 Le-împreuniez în rugăciuni,
 Când sunt în toiul râvnei mele,
 Cu ele binecuvântează
 Și mă-ngrijesc de cele sfinte,
 Cu ele eu îmbrățișez,
 Alint și mângâi, scriu cuvinte,
 Deschid o carte și citesc,
 Apuc și răsfoiesc ziarul,
 Mă spăl, mă pieptăn, mă gătesc,
 Mănânc și beau, ciocnesc paharul..
 Eu cred că e un dar imens
 Să pot prin vorbe să comunic
 Cu Cerul și cu cei din jur,
 Deci darul de-a vorbi e unic..
 Treime Sfântă-Ți mulțumesc
 Că mi-ai dat inimă și minte
 De am putut să Te slăvesc
 Scriind smeritele-mi cuvinte.
 Mai dă-mi, Te rog, și-n viitor
 Știința vorbei potrivite,
 Să pot să-Ți mulțumesc din nou
 În versuri simple și smerite,
 Iar din aceste poezii
 Să înțeleagă fiecare
 Că orice om de pe pământ
 Motiv să Te slăvească are!

Autor: Preot Sorin Croitoru



Credința pentru copiii de toate vârstele

Bogații și săracii

Cu mult, cu sute de ani în urmă, a trăit un rege puternic și înțelept. Într-o zi, plimbându-se prin curtea palatului său, a auzit, dincolo de ziduri, pe cineva care plângea. A dat imediat poruncă să fie deschise porțile și a ieșit să vadă ce se întâmplase.

Nu-și putea crede ochilor... Dacă în palatul său toți oamenii erau mulțumiți și aveau de toate, acum vedea însă că la porți erau adunați nevoiași, ce întindeau mâna pentru o bucată de pâine. Chiar lângă zid era un copil ce plângea.

Când regele l-a întrebat ce i s-a întâmplat, copilul i-a răspuns că părinții săi sunt bolnavi și el nu are bani nici de hrană și nici de doctorii. În timpul acesta, în jurul regelui s-a strâns o mulțime de oameni nevoiași, unul mai amărât decât celălalt, fiecare încercând să-și spună păsul.

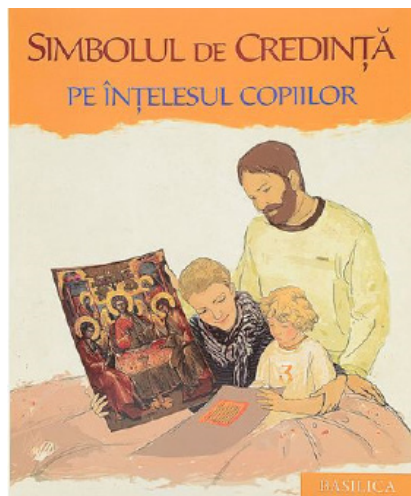
Mâniat de această situație pe care sfinții i-o ascuseseră, regele s-a întors în palat și i-a chemat pe toți bogații la el. Când aceștia s-au adunat în sala tronului, le-a spus:

- Voi sunteți cei mai bogați oameni din regatul meu. Aveți atâta avere încât ați putea să vă construiți fiecare câte o casă numai din aur. Dar dacă v-ați uita și în jurul vostru, ați vedea că sunt oameni care mor de foame, care o duc rău, fiindcă voi nu vă îngrijiți de treburile cetății. Afară este plin de oameni ce vor să muncească pentru o pâine, dar voi îi refuzați. Doar de voi înșivă depinde ca acești oameni să o ducă mai bine. Puteți să îi ajutați și vă poruncesc să o faceți!

După câteva zile, regele a văzut că nimic nu se schimbă. Chemându-i iarăși la el pe cei mai bogați dintre supușii săi, le-a spus:

- Văd că nu aveți suflet! Cum de nu vă e milă de cei ce se luptă cu greutatea, zi de zi?! Dacă nu o faceți voi, atunci o s-o fac eu! Iată ce poruncesc: de azi înainte, pentru fiecare sărac mort de foame, în regatul meu, va fi omorât și un bogătaş! De mâine, ne vom întâlni în fiecare seară și, dacă aflu că, peste zi, un om a murit de foame la mine-n cetate, atunci soții vor decide care dintre voi va fi executat.

Pentru că voi înșivă vă faceți vinovați de moartea celui om, căci l-ați fi putut



ajuta, dar n-ați făcut-o. Ne vedem mâine seară!

Se spune că, de a doua zi, nimeni nu a mai murit de foame în regatul acela!

„Nu invidia gloria celui păcătos, căci nu știi care va fi sfârșitul lui.”

„Judecata este fără milă pentru cel care n-a făcut milă.” (Sfânta Scriptură)

Sursa: Leon Magdan – „Cele mai frumoase pilde și povestiri Creștin-Ortodoxe”



Cum s-a făcut lumea?

Pe un drum de munte, s-au întâlnit doi țărani. Unul dintre ei, mai răutăcios, l-a întrebat pe celălalt:

- Am auzit că mergi des la Biserică și că te rogi mult. Dar de unde știi tu că există Dumnezeu?

Ca și când nu l-ar fi auzit, celălalt țăran l-a întrebat la rândul său:

- Spune-mi, crezi că vitele noastre au fost astăzi la pășune?

- Da, cu siguranță, privește pământul moale, este plin de urmele lor!

- E, acum privește și tu soarele ce tocmai a răsărit peste dealuri, privește pădurea înverzită din fața noastră, privește-te pe tine și pe oamenii din jurul tău! Toate acestea sunt urmele mâinilor lui Dumnezeu Atotputernicul și Atotțiitorul. Cum să fi fost făcute toate acestea, dacă nu din iubirea lui Dumnezeu și pentru ce să le fi făcut El așa cum sunt dacă nu tot pentru iubire? Mai începe îndoială?

„Unicul adevăr este iubirea. Iubirea este aceea care dă viață și căldură, care inspiră și călăuzește. Iubirea este sigiliul pus creației, semnătura Creatorului. Iubirea explică lucrul mâinilor Sale.” (părintele Theoklitos)

Sursa: Leon Magdan – „Cele mai frumoase pilde și povestiri Creștin-Ortodoxe”



Sfânta Cuvioasă Elisabeta de la Pasărea (5 Iunie)

In ziua de marți, 1 iulie 2025, în Aula Magna „Teoctist Patriarhul” din Palatul Patriarhiei, sub președinția Preafericitului Părinte Patriarh Daniel, Sfântul Sinod al Bisericii Ortodoxe Române a aprobat canonizarea a 16 sfinți, printre care și schimonahia Elisabeta Lazăr de la Mănăstirea Pasărea, cu titulatura de Sfânta Cuvioasă Elisabeta de la Pasărea și cu cinstire în data de 5 iunie.

Mulțumesc lui Dumnezeu pentru binecuvântarea de a o cunoaște personal pe schimonahia Elisabeta, om al lui Dumnezeu, care împărțea cu multă dragoste pace, lumină, căldură și bucurie duhovnicească tuturor oamenilor pe care îi întâlnea. Atâta timp cât mai avem sfinți printre noi, lumea nu e pierdută.



Slavă, mulțumire și recunoștință lui Dumnezeu!

Schimonahia Elisabeta Lazăr de la Mănăstirea Pasărea (1970–2014) a fost o mare pustnică și nevoitoare, cunoscută pentru viața sa de rugăciune și pentru darurile duhovnicești primite de la Dumnezeu, fiind considerată făcătoare de minuni.

Născută pe 29 iulie 1970, în satul Benia, comuna Moldova Sulița, județul Suceava, purta în viața civilă numele Rodica Lazăr. La data de 9 septembrie 1986, fata Rodica Lazăr, la numai 16 ani, a intrat în obștea Mănăstirii Pasărea, de lângă București.

În anul 1988, de praznicul Sfintei Treimi, a primit binecuvântarea să poarte culion și rasă. Pe data de 12 decembrie 1990, de Sfântul Ierarh Spiridon, a primit rangul de rasoforă, cu numele de Elisabeta. În anul 1991 a primit ascultarea de lucrătoare la atelierele Mănăstirii Pasărea, unde se produceau obiecte de cult și bisericești. În același an a frecventat Școala de muzică psaltică din București, la Părintele profesor Victor Frangulea.

La 22 mai 1996, din mila lui Dumnezeu, maica Timoteia i-a făcut chemare să meargă în Țara Sfântă, unde a făcut ascultare de paracliser și cântăreț bisericesc

la strănă, la Biserica Românească de la Ierusalim. În anul 1997 se îmbolnăvește și este vindecată, prin mila lui Dumnezeu, de către Sfântul Ioan-Iacob, a cărui centură o purta la brâu permanent. Pe patul de spital, maica Elisabeta pleacă în viața de dincolo, vizitând iadul. Pe 14 mai 1997, de Sfântul Mucenic Isidor, maica Elisabeta, din mila lui Dumnezeu și la recomandarea duhovnicului, se întoarce în țară la Mănăstirea Pasărea și intră în viața de obște.

La 6 august 1998, de praznicul Schimbării la Față a Domnului, la 11 ani de la intrarea în monahism, prin mila lui Dumnezeu, prin mângâierea Sfântului Ioan-Iacob Hozevitul și prin osârdia părintelui duhovnic Ieronim, maica Elisabeta primește călugăria deplină, primind numele de Teodora.

În anul 2003, simțind chemarea unei vieți mai retrase, la îndemnul Părintelui Arsenie Papacioc de la Techirghiol, maica Teodora s-a retras în singurătate pe Muntele Giumalău, unde a trăit ca pustnică, în aspră nevoie, rugăciune și meditație. În 2007 a primit schima cea mare, luând numele Elisabeta.

Pe 5 iunie 2014, schimonahia Elisabeta, cunoscută anterior ca monahia Teodora, a trecut la Domnul, rămânând în amintirea celor care au cunoscut-o drept o nevoitoare smerită și luminată, pustnică a Vârfului Giumalău.

Pustnica Elisabeta a fost înmormântată pe data de 6 iunie la mănăstirea ei de metanie, Mănăstirea Pasărea, de lângă București, unde mai are o soră de trup monahie, pe maica Nectaria (fostă Lazăr Ana). Prin plecarea schimonahiei Elisabeta la Domnul Iisus Hristos, la numai 44 de ani, din care 28 de ani de călugărie, am pierdut o maică, o soră, un prieten și un sfătuitor bun în cele duhovnicești, dar am câștigat un rugător puternic în Cer!

Să credem cu adevărat și deplin în prezența Domnului Iisus Hristos, în purtarea de grijă a Maicii Domnului! Dar, să credem că sunt gata să ne ajute și Sfânta Cuvioasă Elisabeta, și Sfântul Nectarie, care sunt sfinți contemporani, Sfinții Arhangheli, sfântul pe care îl avem în inima noastră, ocrotitorul casei noastre, dar și Apostolii lui Hristos, ale căror veșminte sau umbre făceau vindecări și minuni, izbăveau de gânduri, de demoni și de ispite, dar și în toți sfinții cunoscuți și necunoscuți. Amin.

Slavă lui Dumnezeu!

Doamne, ajută!

Autor: Ștefan Popa

Sursa: www.crestinortodox.ro



Calendar creștin ortodox - Iunie 2026

- 1 L (†) **Sfânta Treime**; Sf. Mc. Justin Martirul și Filosoful; Sf. Mc. Hariton, Firm și Valerian
- 2 M †) **Sf. M. Mc. Ioan cel Nou de la Suceava**;
- 3 M Sf. Mc. Luchilian, Ipatie, Pavel, Dionisie și Claudie; Sf. Mc. Paula;
- 4 J †) **Sf. Mc. Zotic, Atal, Camasie și Filip de la Niculițel**; Sf. Mitrofan, patr. Constantinopolului
- 5 V † **Sf. Cuv. Elisabeta de la Pasărea**; Sf. Mc. Dorotei, episcopul Tirului; Sf. Mc. Apolo și Leonid
- 6 S Cuv. Visarion și Ilarion cel Nou, episcopul Mănăstirii Dalmat
- 7 D Sf. Sfințit Mc. Teodot, episcopul Ancirei; Sf. Mc. Zenaida;

Duminica I după Rusalii (a Tuturor Sfinților); Ap. Evrei XI, 33-40; XII, 1-2; Ev. Matei X, 32-33; 37-38; XIX, 27-30; glas 8, voscr. 1

- 8 L † **Sf. Mucenici Nicandru și Marcian**; (*Începutul postului Sfinților Apostoli*)
- 9 M Sf. Chiril, arhiepiscopul Alexandriei
- 10 M Sf. Sfințit Mc. Timotei, Ep. Prusiei; Sf. Mc. Alexandru și Antonina;
- 11 J Sf. Ap. Bartolomeu și Barnaba; Sf. Ier. Luca, arhiepiscopul Crimei
- 12 V Sf. Cuv. Onufrie cel Mare și Petru Athonitul;
- 13 S Sf. Mc. Achilina; Sf. Ier. Trifilie, episcopul Lefcosiei din Cipru
- 14 D Sf. Prooroc Elisei; Sf. Metodie Mărturisitorul, patriarhul Constantinopolului;

Duminica a II-a după Rusalii (a Sf. Români; Chemarea primilor Apostoli); Ap. Romani II, 10-16; II Corinteni V, 17,20; Ev. Matei IV, 18-23; V, 14-16; X, 32-33, 17-18, 22; glas 1, voscr. 2

- 15 L Sf. Prooroc Amos; † **Sf. Mc. Isihie**; Fericiții Ieronim și Augustin
- 16 M Sf. Tihon, episcopul Amatundei; Sf. Sfințit Mc. Marcu, episcopul Apoloniadei;
- 17 M Sf. Mc. Manuil, Savel, Ismail și Felix
- 18 J Sf. Mc. Leontie, Ipatie și Teodul; Cuv. Erasm
- 19 V Sf. Ap. Iuda, ruda Domnului; Cuv. Paisie cel Mare
- 20 S Sf. Mc. Metodie, Ep. Patarelor; Sf. Calist, Patr. Constantinopolului
- 21 D Sf. Mc. Iulian din Tars și Afrodisie

Duminica a III-a după Rusalii (Despre grijile vieții); Ap. Romani V, 1-10; Ev. Matei VI, 22-23; glas 2, voscr. 3

- 22 L †) **Sf. Ier. Grigorie Dascălul, mitropolitul Țării Românești**; Sf. Sfințit Mc. Eusebiu, Ep. Samosatei
- 23 M Sf. Mc. Agripina; Sf. Sfințit Mc. Aristocle preotul
- 24 M (†) **Nașterea Sf. Ioan Botezătorul (Sânzienele); Aducerea moaștelor Sf. Mare Mc. Ioan cel Nou de la Suceava; † Sf. Niceta de Remesiana**
- 25 J Sf. Cuv. Mc. Fevronia; Sf. Mc. Orentie și frații săi; Sf. Mc. Livia
- 26 V Sf. Cuv. David din Tesalonic; Sf. Ier. Ioan, episcopul Goției
- 27 S Cuv. Samson, primitorul de străini; Sf. Mc. Anect; Sf. Ioana Mironosița
- 28 D Aducerea moaștelor Sf. Mc., doctori fără de arginți, Chir și Ioan; Sf. Mc. Papias

Duminica a IV-a după Rusalii (Vindecarea slugii sutașului); Ap. Romani VI, 18-23; Ev. Matei VIII, 5-13; glas 3, voscr. 4

- 29 L (†) **Sf. Ap. Petru și Pavel**
- 30 M † **Soborul Sfinților 12 Apostoli; †) Sf. Ier. Ghelasie de la Râmneț**



Program liturgic

Luni

08:00 - 16:00

Program administrativ (Birou)

Acatist și Cateheză terapeutică

18:30 - 19:30

Grup suport AA

Marți

11:00 – 15:00

Vizită / Consiliere pastorală

16:30 - 18:30

Cateheză terapeutică

18:30 - 19:30

Grup suport AA

Vineri

09:00 - 10:30 - Sf. Maslu

10:30 - Sf. Spovedanie

18:00 - 19:00

Grup de sprijin AL-ANON

Miercuri

11:00 - 17:00

Vizită / Consiliere pastorală

18:00 - 19:00

ACA (Adulții Copii ai Alcoolicilor)

Sâmbătă

08:00 - 12:00

În perioada 1 Noiembrie - 30 Aprilie

16:00 - 16:45 - Vecernia

16:45 - Sf. Spovedanie

În perioada 1 Mai - 31 Octombrie

18:00 - 18:45 - Vecernia

18:45 - Sf. Spovedanie

Joi

11:00 – 15:00

Vizită / Consiliere pastorală

16:30 - 18:30

Duminică

08:00 - 12:00

Utrenia, Sfânta Liturghie



Cuprins:

	Pag.
De ce suntem triști?	1
Revista noastră, o poveste într-un documentar de suflet	5
Suflet de copil	7
Ce arată creierul atunci când împlinim fapte bune pentru semenii noștri?	9
Strofe pentru suflet	11
Credința pentru copiii de toate vârstele	12
Sfânta Cuvioasă Elisabeta de la Pasărea	14

Colectivul de redacție:

Președinte:

Pr. Iulian Negru

Coordonator:

Eugen Antohi

Corectare text:

Ioana Sanciuc

Colaboratori:

Xenia Cliucinicov

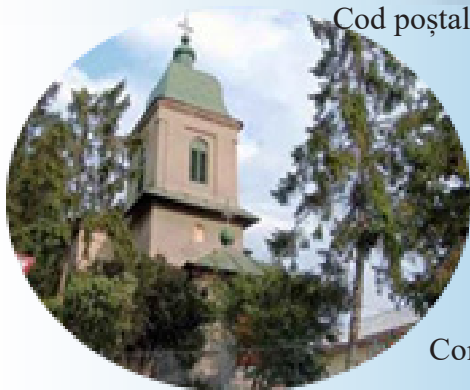
Gabriel Luca

Irina Ștefania Vaida

Adresa redacției:

Parohia Sf. Ierarh Vasile, str. Vasile Lupu nr. 40, Iași

Cod poștal 700309 - ROMÂNIA



Pr. paroh Iulian Negru

Tel: 0744 / 267661; 0746 / 649218

Email: parohiasfvasiletatarasi@gmail.com

Http: [//sfvasiletatarasi.iasi.mmb.ro/](http://sfvasiletatarasi.iasi.mmb.ro/)

Cont CEC - RO58CECEIS0136RON0122424