

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai



Preot paroh - Parish priest: Rares Onofrei | Tel. 909-480-9139 | Website: www.saints-archangels.org
Email: fr.onofrei@yahoo.com

Duminica Izgonirii lui Adam din Rai



Evangelia Duminicii

(Matei 6: 14-22) Glas 8 -Vosc.8

'Zis-a Domnul: Daca veti ierta oamenilor greselile lor, va ierta si voua Tatal vostru Cel ceresc; iar daca nu veti ierta oamenilor greselile lor, nici Tatal vostru nu va va ierta greselile voastre. Cand postiti, nu fiti tristi ca fatarnicii; ca ei isi intuneca fetele, ca sa se arate oamenilor ca postesc. Adevarat graiesc voua: si-au luat plata lor. Tu insa, cand postesti, unge capul tau si fata ta o spala. Ca sa nu te arati oamenilor ca postesti, ci Tatalui tau, Care este in ascuns, si Tatal tau, Care vede in ascuns, iti va rasplati tie. Nu va adunati comori pe pamant, unde molia si rugina le strica si unde furii le sapa si le fura, ci adunati-va comori in cer, unde nici molia, nici rugina nu le strica, unde furii nu le sapa si nu le fura. Caci unde este comoara ta, acolo va fi si inima ta.'

"Eu sunt painea vietii, cel ce vine la Mine nu va flamanzi si cel ce crede in Mine nu va inseta niciodata."(Ioan 6, 35)

"Învățătura Domnului și însăși viața Lui înseamnă blândețe și smerenie, exact ceea ce ne-a poruncit să învățăm de la El."

Ajutati sa creasca Biserica lui Hristos! Cel care ajuta Biserica pe sine se ajuta!

"Cel care sadeste si cel care uda sunt una si fiecare isi va lua plata dupa osteneala sa" (1 Corinteni 3:9)

SFANTA BISERICA SE POATE AJUTA PRIN:

- prezenta la Sfintele Slujbe
- devenind membrii ai parohiei
- sustinand dupa putere activitatile liturgice, pastorale si misionare
- rugandu-va pentru parohia noastra
- implicandu-va in activitatile organizate de parohie: ora de cafea, organizarea mesei lunare
- printr-o donatie

FILE DE PATERIC



Zis-a Cuviosul, Parintele nostru Palladie, catre fratii cei ce veneau la dansul: Fiilor, vremea Sfantului

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO

4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838

12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

The Lord said: if you forgive others their trespasses, your heavenly Father will also forgive you, but if you do not forgive others their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses.

"And when you fast, do not look gloomy like the hypocrites, for they disfigure their faces that their fasting may be seen by others. Truly, I say to you, they have received their reward. But when you fast, anoint your head and wash your face, that your fasting may not be seen by others but by your Father who is in secret. And your Father who sees in secret will reward you.

"Do not lay up for yourselves treasures on earth, where moth and rust destroy and where thieves break in and steal, but lay up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust destroys and where thieves do not break in and steal. For where your treasure is, there your heart will be also.

Cuvinte de la Sfinții Parinti

Words of wisdom from the Holy Fathers



"Răul se transmite atât de ușor, precum o boală contagioasă. Dacă te întovărășești cu oameni care vorbesc lucruri deșarte, care clevesc, care iubesc lucrurile lumești, atunci și tu fără să îți dai seama vei cădea în aceleași patimi. Și dimpotrivă, dacă te întovărășești cu oameni duhovnicești și prieteni ai rugăciunii, atunci virtuțile lor îți se vor transmite și ție."

-Staretul Partenie de la Pecerska

"You don't become holy by fighting evil. Let evil be. Look towards Christ and that will save you. What makes a person saintly is love."

— St. Porphyrios

Sfantul Ioan Hrisostom despre post

Mulți creștini, nedând o prea mare importanță postului, îl țin fără tragere de inimă sau nu îl țin deloc. Și totuși, trebuie să primim postul cu bucurie, nu cu frică și părere de rău, căci nu este înfricoșător pentru noi, ci pentru diavoli. În cazul demonizaților, mult poate face postul, mai ales când este însoțit de sora sa bună, care este rugăciunea. De aceea, Hristos a spus: Acest neam de demoni nu iese decât numai cu rugăciune și cu post (Mat. 17, 21).

Așadar, dat fiind faptul că postul îi alungă departe pe vrășmașii mântuirii noastre, trebuie să îl iubim, nu să ne temem de el. Trebuie mai degrabă să ne temem de mâncarea

Post sa o pazim bine si cu rabdare. Sa ne nevoim acum putin, ca in veci de bunatatile cele mari sa ne indulcim. Vedeti pe mucenici, vedeti pe postitori, cum, cu neslabire, au rabdat, cum, barbateste, nevoindu-se, s-au incununat. Ca ne minunam de rabdarea lor totdeauna, cum, mai presus de firea omeneasca, au fost; unii, adica, cu ochi scosi, iar altii taierea mainilor si a picioarelor au suferit, pe unii cu foc i-au ars, iar pe altii in mari si in rauri i-au afundat de vii, si ca pe niste facatori de rele, i-au pierdut, iar pe altii, fiarelor sangeroase i-au dat. Si, acestia toti, laudand pe Dumnezeu, au rabdat. Si pe cat de multe munci asupra Sfinților mucenici si postitori aducea diavolul, pe atat ei, mai vartos, nevoindu-se, neputinta trupezca, prin duhovniceasca barbatie, au biruit-o si bunatatile cele nadajduite, asemenea ca si darurile, de la Dumnezeu le-au luat.

Ca nu fara de minte s-au ostenit, nici uitate sunt chinurile lor inaintea lui Dumnezeu, ci i-a laudat in ceruri si i-a proslavit pe pamant si le-a daruit a savarsi faceri de minuni, a lumina orbii, a curati leprosi, a izgoni dracii, a vindeca bolile. Si, deschizandu-le usile ceresti, la vesnica viata i-a dus pe dansii, in Ierusalimul cel de Sus, unde este vesnica veselie. Drept aceea, rogu-va pe voi, fratilor, sa nu ne lenevim de a noastra mantuire, nici sa deznadajduim pentru pacatele noastre, pentru ca Hristos este Cel ce curateste pacatele noastre; macar, de acum, sa parasim toate lucrurile cele rele: minciuna, clevesc, mania, iutimea, imbuibarea, betia, desfranarea, pomenirea de rau, nemilostivirea, furtisagul, razboaiele si de toate, intru care este pieirea sufletului. Si de faptele cele bune, sa ne apucam cu incetul, ca Insusi Domnul ne va ajuta noua.

Postul curat sa-l pazim, pace si dragoste intre voi sa aveti, de Dumnezeu sa va temeti, pe saraci sa miluiti, de pacate sa va caiti. Ca aici, bine vietuind, sa mosteniti viata ce va sa fie, impreuna cu toti Sfinții, cei ce i-au placut Lui, si partasi sa fiti vesnicilor bunatatii. Amin.

PROGRAMUL LITURGIC AL ZILELOR URMATOARE

Duminica 13 martie
+Duminica Izgonirii lui Adam din Rai
8:30 AM Slujba Utreniei
9:30 AM Sfanta Liturghie

Luni 14 martie
6:00 PM Canonul cel Mare de Pocainta

Marti 15 martie
6:00 PM Canonul cel Mare de Pocainta

Miercuri 16 martie

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO

4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838

12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

multă, mai ales atunci când este însoțită de beție, pentru că ea ne supune patimilor, în vreme ce postul, dimpotrivă, ne scapă de patimi și ne dăruiește libertatea duhovnicească. De ce dovadă a binefacerilor postului mai avem nevoie, atunci când știm că el luptă împotriva diavolului și ne izbăvește de robia păcatului?

Nu numai călugării cu viață îngerească sunt însoțiți de puterea postului, dar și unii mireni, care zboară pe aripile lui până la înălțimile cugetării sfinte.

Vă amintesc că cei doi mari prooroci ai Vechiului Testament, Moise și Ilie, cu toate că aveau mare îndrăzneală la Dumnezeu, prin virtuțile lor, posteau adesea, iar postul îi apropia de Dumnezeu.

Chiar și cu mult înainte de ei, la începuturile creației, atunci când Dumnezeu l-a plăsmuit pe om, i-a dat de îndată porunca să postească. Dacă Adam împlinea această poruncă, avea să se mântuiască. Din toți pomii din rai poți să mănânci, iar din pomul cunoștinței binelui și răului să nu mănânci, căci, în ziua în care vei mânca din el, vei muri negreșit! (Facerea 2, 16-17). Aceasta nu era alta decât porunca de a posti. Dacă și în Paradis era nevoie de post, cu atât mai mult este nevoie în afara sa. Dacă înainte ca omul să fie rănit sufletește, postul era pentru el medicament, cu atât mai mult este medicament acum, când sufletul său este rănit de păcat. Dacă înainte să înceapă războiul poftelor, era absolută nevoie de post, cu atât mai multă nevoie este acum, când suntem în război cu diavolul. Dacă Adam se supunea acestei porunci, nu ar mai fi auzit cuvintele: pământ ești și în pământ te vei întoarce (Facerea 3, 19). Pentru că Adam nu s-a supus, au urmat moartea, grijile, suferințele și o viață mai grea decât orice moarte.

Vedeți cum Dumnezeu Se supără atunci când postul este disprețuit? Și nu puteți să vă închipuiți cât Se bucură El când ținem post. Moartea a intrat în om pentru că a nesocotit postul și este scoasă din el prin post. Astfel s-a întâmplat și cu ninivitenii.

Și a fost cuvântul Domnului către Iona, fiul lui Amitai, zicând: „Scoală-te și du-te în cetatea cea mare a Ninivei și propovăduiește acolo, căci fărădelegile lor au ajuns până în fata Mea!” (Iona 1, 1-2). După mai multe peripeții (Iona 1, 3-2, 11), Iona s-a dus la niniviteni și le-a spus că cetatea lor urma să fie distrusă: Patruzeci de zile mai sunt, și Ninive va fi distrusă! (Iona 3, 4). Când au auzit aceste cuvinte, oamenii din Ninive nu s-au arătat disprețuitori și indiferenți. Cu toții – bărbați, femei, stăpâni, robi, copii și bătrâni – au început să postească. Ba și pe animale le-au pus să postească. Iată de ce am spus mai înainte că de mâncarea multă și de băutura ar trebui să ne temem, nu de post: mâncarea și băutura au fost aproape să distrugă cetatea, pe când postul a izbăvit-o.

Proorocul Daniel a fost aruncat în groapa leilor, dar pentru că postise, a ieșit nevătămat, ca și cum ar fi fost aruncat

6:00 PM Canonul cel Mare de Pocainta

Joi 17 martie

6:00 PM Canonul cel Mare de Pocainta

Vineri 18 martie

8:30 AM Paraclisul Maicii Domnului

Sambata 19 martie

5:00 PM Slujba Vecerniei

Duminica 20 martie

+Duminica Ortodoxiei

8:30 AM Slujba Utreniei

9:30 AM Sfânta Liturghie

11:45 AM Procesiunea cu Sfintele Icoane

12:00 PM Masa lunara

ANUNTURI:

-Duminica 20 martie in Duminica Ortodoxiei, dupa sfintele slujbe si procesiunea cu sfintele icoane, va asteptam la masa lunara

AGHIASMA SI ANAFORA



Cum se ia aghiasma și anafora?

Cuvântul „aghiasmă” provine din grecescul ”to aghiasmo” și înseamnă „sfîntire”.

În popor, prin aghiasmă se înțelege atât apa sfințită, cât și slujba propriu-zisă de sfințire a acesteia.

între oi (Dan. 6, 16-23). Dar și cei trei tineri, care au postit la rândul lor, au fost aruncați în foc și au ieșit de acolo cu trupurile luminoase și neatrinse de flăcări (Dan. 3, 19-27). Dacă focul a fost adevărat, atunci cum de nu i-a ars pe acești oameni? Dacă trupurile lor erau adevărate, cum de nu au fost vătămate? Cum? Întreabă postul să-ți spună. El o să te lămurească în legătură cu această taină, pentru că taină este, cu adevărat, ca trupurile să fie date fiarelor sălbatice sau focului și să nu pățească nimic. Vezi ce luptă peste fire și apoi ce biruință peste fire? Adu-ți aminte mereu de puterea postului și primește-l cu sufletul deschis, pentru că este nebunie curată să ne îndepărtăm de el, atunci când și de colții leilor ferește, și de foc scapă, și pe diavoli îi îndepărtează, potolind văpaia patimilor, liniștindu-ne gândul și aducându-ne alte și alte binefaceri.

„Mi-e frică de post pentru că strică și slăbește trupul”, poate că spui tu. Dar să știi că pe cât se strică materia omului, pe atât se înnoiește sufletul său (vezi 2 Cor. 4, 16). Pe de altă parte, dacă vrei să cercetezi bine lucrurile, vei vedea că postul are grijă de sănătatea trupului. Iar dacă nu crezi cuvintele mele, întreabă-i pe doctori, să-ți zică ei mai bine. Aceștia spun că sănătatea este menținută prin cumpătare la mâncare, pe când lăcomia duce la tot felul de boli, care distrug trupul.

Așadar, să nu ne temem să postim, căci postul ne scoate din multe rele. Mai văd oameni care înainte și după post se îmbuibă cu hrană și cu băutură, pierzând astfel folosul postului. Este ca și cum trupul nostru abia și-ar reveni dintr-o boală și când ar da să se ridice din pat, cineva l-ar lovi tare cu piciorul și l-ar îmbolnăvi și mai tare. Ceva asemănător se întâmplă și cu sufletul nostru atunci când înainte și după post nu suntem cumpătați.

Dar și când postim, nu ajunge să ne abținem de la diferite mâncăruri, ci trebuie să postim și sufletește. Există primejdia ca ținând posturile rânduite de Biserică, să nu avem nici un folos. Din ce cauză? Pentru că ne ținem departe de mâncăruri, dar nu ne ținem departe de păcat; nu mâncăm carne, dar mâncăm sufletele celor săraci; nu ne îmbățăm cu vin, dar ne îmbățăm cu pofte trupesti; petrecem ziua în post, dar ne uităm la lucruri rușinoase. În felul acesta, pierdem folo-sul postului. De aceea, postul de mâncare trebuie însoțit de îndepărtarea de orice păcat, de rugăciune și de luptă duhovnicească. Numai astfel vei aduce jertfă bine-plăcută Domnului și vei avea mult folos.

Binecuvântarea lui Dumnezeu, prin darul și puterea dumnezeiască a Sfântului Duh, se coboară asupra apei, care este apoi dăruită oamenilor pentru vindecarea de boli, tămăduirea de răni, apărarea de rele, de primejdii de la vrăjitori și de la demoni.

Felurile aghiasmei

Aghiasma este de două feluri: mare și mică.

- **Aghiasma cea Mare** se săvârșește de către arhiereu sau preot numai de Bobotează sau în Ajunul ei. **Aghiasma Mare** este tămăduitoare și are putere sfințitoare foarte mare, pentru că este sfințită în chiar ziua în care Mântuitorul a sfințit apele, botezându-Se în Iordan. În cursul rugăciunii de sfințire a Aghiasmei Mari se face o întreită chemare a Sfântului Duh.
- **Aghiasma cea Mică** se săvârșește de către preot în tot cursul anului, și mai ales la începutul fiecărei luni, cu scopul sfințirii oamenilor, caselor, țărilor și a toată zidirea. Slujba de sfințire a Aghiasmei Mici se mai numește Sfeștanie și se poate săvârși și în casele oamenilor.

Întrebuințarea Aghiasmei celei Mari

Aghiasma Mare se ia înaintea Anaforei în perioada 6-14 ianuarie, cu prilejul marelui praznic al Botezului Domnului. În restul anului, cei opriți de la Sfânta Împărtășanie, ca mângâiere și nădejde a mântuirii lor, au voie să ia Aghiasmă Mare după ce se spovedesc. Aghiasma Mare poate fi luată și imediat după Sfânta Împărtășanie.

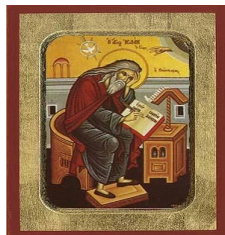
Ea se mai folosește la sfințirea bisericilor, a antimiselor, a Sfântului și Marelui Mir, precum și la casele tulburate de demoni.

În data de 7 ianuarie se stropesc cu Aghiasmă Mare toate casele, ogoarele, viile, livezile și

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO

4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838

12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai



Speak well of those who speak evil of you.

Pay good for evil.

Pray for those who cause you various offenses, wrongs, temptations, persecutions.

Whatever you do, on no account condemn anyone; do not even try to judge whether a person is good or bad, but keep your eyes on that one evil person for whom you must give an account before God – yourself.

+ St. Ignatius (Brianchaninov)

To what end do fasting and penitence lead? For what purpose is this trouble taken? They lead to the cleansing of the soul from sins, to peace of heart, to union with God; they fill us with devotion and sonship, and give us boldness before God. There are, indeed, very important reasons for fasting and for confession from the whole heart. There shall be an inestimable reward given for conscientious labour.

By feeding largely, one becomes a carnal man, having no spirit, or soulless flesh; while by fasting, one attracts the Holy Spirit and becomes spiritual. When cotton is not wetted with water it is light, and if in a small quantity flies up in the air; but if it is wetted, it becomes heavy and at once falls to the ground. It is the same with the soul. O, how important it is to preserve it by fasting!

Fasting is a good teacher: (1) It soon makes everybody who fasts understand that a man requires very little food and drink, and that in general we are greedy and eat a great deal more than is necessary — that is, than our nature requires. (2) Fasting clearly shows or discloses all the infirmities of our soul, all its weaknesses, deficiencies, sins, and passions; just as when muddy, standing water is beginning to be cleaned it shows what reptiles and what sort of dirt it contains. (3) It shows us all the necessity of turning to God with the whole heart, and of seeking His mercy, help, and salvation. (4) Fasting shows all the craftiness, cunning, and malice of the bodiless spirits, whom we have hitherto unwittingly served, and whose cunning, now that we are enlightened by the light of God's grace, becomes clear, and who now maliciously persecute us for having left their ways...

(St John of Kronstadt)

animalele, pentru a le feri de toată reaua întâmplare.

Unii credincioși obișnuiesc să păstreze Aghiasma Mare în vase curate, ca pe o binecuvântare, ani în șir, aceasta rămânând curată și plăcută la gust.

Întrebuintarea Aghiasmei celei Mici

Aghiasma Mică se ia după Sfânta Anaforă, în tot cursul anului. Prin stropirea cu apa sfințită duhurile cele viclene se gonesc din tot locul, oamenii se acoperă și se păzesc de tot lucrul rău, se aduce îndestulare gospodăriilor, se tămăduiesc bolile și se dăruiește iertare de păcatele mici; mintea se curatește de lucrurile cele spurcate și e îndreptată spre rugăciune; aduce dar paza; da sanătate trupezii și sufleteasca. Aghiasma Mică se folosește de către preot la săvârșirea ierurgiilor (slujbe mici): sfințirea fântânilor, a icoanelor, a bisericii care a suferit o reparație de mică anvergură, a veșmintelor și obiectelor de cult. Se mai folosește și la alte slujbe precum: binecuvântarea începerii semănatului, sfințirea vaselor, izbăvirea viilor și grădinilor bântuite de lăcuste și gândaci.

Care sunt roadele și folosul acestei slujbe?

Stiut sa fie ca prea bun obicei este si folositor de suflet sa se faca in biserici, in manastiri si in case, Sfantirea apei la toate zilele dintai ale lunii si a stropi pe oameni in manastiri si in chilii, asisderea si in casele mirenilor si toate ale lor. Aceasta apa sfintita pe care Duhul Sfant prin rugaciunile preotilor o sfinteste, multe feluri de lucrari are, precum insasi ectenia Sfantirii si rugaciunea marturisesc.

Toti cei ce o primesc cu credinta iau sfintenie si binecuvantare. Pentru aceasta dar, datori sunteti si voi, preotilor, sa va invatati enoriasii vostri ca sa o primeasca pe ea cu credinta, spre marele folos al lor" 562 (Molitfelnicul, Povatuirea din fruntea slujbei Aghiazmei mici, ed. 1984, p. 167).

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai



Sfantul Ioan Iacob de la Neamt (Hozevitul)

Indemn fratesc

Fii pribegi ai țării mele
Necăjiți între străini,
Nu uitați menirea voastră
De Români și de Creștini.

Legea noastră creștinească
Și pământul românesc
S-au păstrat cu multe jertfe
Care nu se pomenesc.

În prigoanele păgâne
Și-n vârtejul cel barbar
Sângele curgea șuroaie
Pe al Patriei Altar.

Câți nu mor pentru credință
Apărând acest pământ,
Ori prin aspră nevoie, în
Știe numai Domnul Sfânt.

Că furtuna cea de veacuri
A cumplitului necaz
Nu-i lasă pe vii să șteargă
Lacrima de pe obraz.

Cărturari n-au fost pe-atuncea
Ca să scrie viața lor
Au în schimb în „Cartea Vieții”
Numele nemuritor.

Pe usa bisericii din Manastirea Frasinei, este scris: "

Aghiasma mica se poate bea zilnic, dupa anafora, daca dupa miezul noptii nu s-a mai baut si nu s-a mai mancat nimic. Pentru cei bolnavi este de mare folos sa guste aghiasma si sa-si stropeasca cu ea partile trupesti aflate in suferinta. Elevii si studentii pot lua aghiasma mica si sa-si stropeasca cu ea fruntea si hainele, spre a le lumina Dumnezeu mintea. Femeile nu pot lua aghiasma in perioada de necuratie trupeasca lunara. Cei casatoriti nu pot lua aghiasma daca s-au aflat trupesti in acea zi. Aghiasma mica luata cu rugaciune si cu multa cuviinta alunga duhurile rele, mintea o curateste de gandurile rele si o indrepteaza spre rugaciune."



Anafora

Anafora este piinea ramasa de la prescura din care s-a scos Sf. Agnet, numita "atidoron", pentru ca "da darul harazirii lui Dumnezeu". Dupa ce preotul o binecuvanteaza la Axion, se da spre sfintire- la sfarsitul slujbei. Ea simbolizează trupul Maicii Domnului .

Nu pot lua anafora: cei ce au mincat; cei ce au avut scurgere, femeile în perioada lunară (Lev. 22, 4); cei ce nu sint vrednici sa li se primeasca darurile la biserica din pricina pacatelor publice, (Lev. 7,19-21); cei rataciti de la credinta (Mat. 7,6; Const. Ap.VIII, 31).

Care este ordinea luării celor sfinte?

E bine să știe creștinul că mai întâi decât toate se ia Sfânta Împărtășanie, cu cuvenita

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai



pregătire (spovedanie, post și canon de rugăciune), apoi se ia Agiasma Mare, de asemenea pe nemâncate și cu binecuvântarea preotului.

Anafora și aghiasma mică se pot lua de creștin în fiecare dimineață pe nemâncate după rugăciunile dimineții, pentru folos duhovnicesc și binecuvântare. (<http://www.schituldarvari.ro>)

PĂCATUL PORTULUI INDECENT

Pacatul, obiceiul rău sau viciul pot deveni la un moment dat, în om, ca a doua natură, ca ceva firesc. Un mare păcat, cu o nocivitate morală deosebit de gravă asupra oamenilor, este portul indecent.

Femeile care se îmbracă indecent sau provocator, purtând fuste scurte, decolteuri largi, haine transparente, pantaloni mulati care tradează forma trupului, etc îi pot ispiți pe cei care le privesc, punându-se astfel în slujba diavolului desfrânării, care caută să îi împingă pe oameni în pacatele trupesti aducând gânduri și poftă necuviincioase.

În Sfânta Evanghelie de la Matei, Mantuitorul ne învață ca :”Oricine se uita la femeie poftind-o, a să savarsit adulter cu ea în inima lui”, iar Dumnezeu nu condamnă doar pe cel ce pacatuieste ci și pe cea care ispiteste: “*vai omului aceluia prin care vine sminteala*”.

Sfinții părinți consideră păcat orice purtată care deschide ușa diavolului desfrânării, de aceea trebuie să luăm aminte ca dezgolirea trupului aduce sminteala, necuviința, și stărneste poftele trupesti.

Acasă, pe stradă, la servicii și la biserică buna cuviință în îmbrăcăminte este esențială pentru creștini. Părinții nu trebuie să se poarte indecent în casa în preajma copiilor lor, pentru că orice imagine indecentă se întipărește ușor și vatămă sufletul nevinovat al pruncilor. Pe stradă și la servicii trebuie avut grijă să nu fie ispiți în nici un fel cei din jur. La biserică portul indecent înseamnă blestem și afurisenie.’

În îndreptarul de rugăciune al părintelui Cleopa, se întreaba:

CELE 10 PORUNCI DUMNEZEIESTI

- 1. Eu sunt Domnul Dumnezeuul Tau; sa nu ai alti dumnezei afara de Mine.**
- 2. Sa nu-ti faci chip cioplit, nici alta asemanare, nici sa te inchini lor.**
- 3. Sa nu iei numele Domnului Dumnezeuului tau in desert.**
- 4. Adu-ti aminte de ziua Domnului si o cindeste pe ea.**
- 5. Cindeste pa tatal tau si pe mama ta, ca bine sa-ti fie si multi ani sa traiesti pe pamant.**
- 6. Sa nu ucizi.**
- 7. Sa nu fii desfranat.**
- 8. Sa nu furi.**
- 9. Sa nu ridici marturie mincinoasa impotriva aproapelui tau.**
- 10. Sa nu poftesti nimic din ce este al aproapelui tau.**

FAPTELE MILOSTENIEI TRUPESTI

- 1. A SATURA PE CEL FLAMAND**
- 2. A DA DE BAUT CELUI INSETAT**
- 3. A IMBRACA PE CEL GOL**
- 4. A PRIMI IN CASA PE CEL STRAIN**
- 5. A CERCETA PE CEL BOLNAV**
- 6. A CERCETA PE CEL DIN TEMNITA**
- 7. A INGROPA PE CEL MORT**

FAPTELE MILOSTENIEI SUFLETESTI

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

“57. Nu cumva cand vii la biserica, te impodobesti cu bluze si fuste transparente, cu capul descoperit, in pantaloni si faci sminteala barbatilor, trufindu-te cu acestea? Sa stii ca rugaciunea nu-ti este primita daca vii asa. In loc sa te folosesti, pleci cu blestem si afurisenie inapoi.”

Sa luam aminte asadar cum ne imbracam, iar purtarea noastra sa fie marturie a credintei puternice si a dragostei pentru Hristos.

1. *A INDREPTA PE CEL CE GRESESTE*
2. *A INVATA PE CEL NESTIUTOR*
3. *A DA SFAT BUN CELUI CE STA LA INDOIALA*
4. *A NE RUGA PENTRU APROAPELE*
5. *A MANGAIA PE CEI INTRISTATI*
6. *A SUFERI CU RABDARE ASUPRIREA SI A INTARII PE ALTI LA RABDARE CAND SUNT ASUPRITI*
7. *A IERTA PE CEI CE NE-AU GRESIT.*



Despre Rugaciune

“Rugaciunea este una dintre puterile cele mai insemnate si principale, care il fac pe cel care se roaga, sa renasca, daruindu-i buna dispozitie trupeasca si duhovniceasca.” *Avva Efreim Filotheitul*

“Fraților, să ne rugăm neîncetat cu luare-aminte și cu atenție. Să nu lăsăm mintea să hoinărească în timpul rugăciunii. Că la ce te gândești, la aceea te și închini și rugăciunea se prefăce în păcat, că te închini idolilor din minte, iar nu lui Hristos. Deci să cerem ajutorul lui Dumnezeu ca să ne putem ruga cum trebuie.” *Pr. Nicodim Mandita*

“Înaintând în rugăciune, vom găsi usurare de patimi. Gandurile, cugetele ascunse vor dispărea cu vremea, și inima noastră va deveni o inimă de copil, lipsită de rautate.” *Avva Efreim Filotheitul*

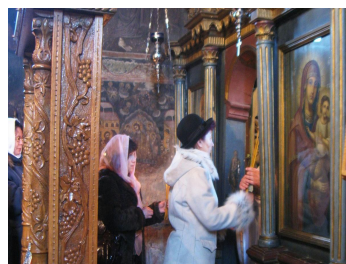
“La Sfânta Liturghie trebuie să stăm ca înaintea tronului Preasfintei Treimi: cu atenție, cu mintea curată de grijile lumii și cu mare frică de Dumnezeu, pentru că în timpul Sfintei Liturghii se jertfește Hristos pe Jertfelnic pentru mântuirea noastră!” *Protosinghel Ioil Gheorghiu*

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

"Umbla in sfanta biserica cu multa frica si evlavie, stiind ca Hristos este de fata cu adevarat si vede tot ce faci." *Protosinghel Ambrozie Dogaru.*

"Cand lipseste rugaciunea, nevointa, paza mintii, pocainta, privegherea, Spovedania, Dumnezeiasca Impartasanie, cercetarea cuvintelor dumnezeiesti, toate acestea, atunci raul va veni din destul inlauntrul nostru. Lipsa acestora se face pricina intrarii relelor in sufletul nostru." *Avva Efrem Filotheitul*

Cum scriem un pomelnic?



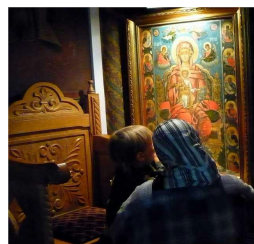
- Pe pomelnic se trec doar numele de botez pentru care cerem sprijinul lui Dumnezeu;
- Pe pomelnic se trec **numai ortodocșii**, pentru că harul lui Dumnezeu nu lucrează împotriva voinței libere a necredinciosului; dacă se trec și cei de alte credințe trebuie să se menționeze în paranteză (neortodox), pentru a fi pomeniți doar în rugăciunile particulare și nu la slujbele bisericii.

Ce nu este permis la scrierea unui pomelnic

- Nu se pomenesc persoanele nebotezate, deci nici copiii avortați;
- Nu se pomenesc vrăjitorii, descântătorii, ghicitorii sau cei ce practică magia albă;

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

- Nu se pomenesc sinucigașii, apostatații, ereticii, schismaticii, ateii sau masonii;
- Nu se pomenesc la răposați dispăruții despre care nu avem certitudinea morții lor;
- Nu se scriu nume de persoane vii pe pomelnicul celor răposați cu părerea că așa s-ar provoca moartea persoanei respective;
- Nu se cere pedepsirea sau răul vreunei persoane considerate dușman;
- Pe pomelnicul de la Sfântul Maslu nu se trec cei răposați



RUGACIUNEA MAMEI PENTRU COPII EI

Doamne, Iisuse Hristoase, milostivește-Te de copiii mei (numele), păzește-i cu acoperământul Tău, ferește-i de uneltirile celui rău, depărtează de la ei dușmanii, deschide urechile și ochii lor, dăruiește-le inimă smerită. Doamne, toți suntem făpturile Tale, ai milă de copiii mei aceștia (numele) și îndreptează-i spre pocăință. Doamne mântuiește pe copiii mei (numele) și luminează-le mintea cu lumina înțelepciunii evanghelice, îndreptează-i pe calea poruncilor Tale și învață-i, Mântuitorule, să facă voia Ta, căci Tu ești Dumnezeuul nostru.

Doamne, Ziditorul tuturor făpturilor, din mare mila Ta m-ai învrednicit să fiu mamă, din bunătatea Ta mi-ai dăruit copii. De aceea îndrăznesc să Te rog, că ei sunt copiii Tăi, Tu le-ai dat viață și suflet nemuritor, iar prin Botez le-ai dat viață veșnică, i-ai înfiat și i-ai primit în Biserica Ta. Doamne, dă-le ca să rămână în această stare binecuvântată până la sfârșitul vieții. Încrednicește-i de Tainele Tale, sfințește-i cu adevărul Tău, ca prin ei să se preamărească numele Tău.

Trimite-mi ajutorul Tău binecuvântat în educarea lor pentru slava numelui Tău și pentru folosul

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
12 martie 2016, Duminica Izgonirii lui Adam din Rai

aproapelui. Dă-mi pentru aceasta răbdare și putere. Învață-mă să sădesc în ei înțelepciunea adevărată și frica Ta, ca să Te iubească din tot sufletul lor și din tot cugetul lor și toată viața să asculte de cuvintele Tale. Amin.

(Pr. Evgheni Șestun, *Familia Ortodoxă*, Ed. Sofia, București, 2005, p. 205)

Calde multumiri tuturor celor care citesc buletinul parohial al bisericii Sfintii Arhangheli Mihail si Gavriil din Sacramento! Speram ca informatiile gasite aici sa fie utile si edificatoare pentru viata dumneavoastra duhovniceasca. De asemenea, va asteptam cu drag sa luati parte impreuna cu noi la sfintele slujbe si la evenimentele organizate de parohia noastra.