



Preot paroh - Parish priest: Rares Onofrei | Tel. 909-480-9139 | Website: [www.saints-archangels.org](http://www.saints-archangels.org)  
Email: [romanianorthodoxchurch@gmail.com](mailto:romanianorthodoxchurch@gmail.com)

2 august 2015 Duminica a 9-a dupa Rusalii  
Umblarea pe mare



*Evanghelia Duminicii- Sunday's Gospel*  
(Matei 14: 22-34) Glas 8- Vosc.9

*"In vremea aceea Iisus a silit pe ucenicii Sai ca sa intre in corabie si sa treaca inaintea Lui pe tarmul celalalt, pana ce va da drumul multimilor. Iar El, dand drumul multimilor, S-a suit in munte, ca sa Se roage deosebi. Si facandu-Se seara, era singur acolo. Iar corabia era acum la multe stadii departe de tarm, fiind invaluita de valuri, caci vantul era impotriva. Iar la a patra straja din noapte, a venit la ei Iisus, umbland pe mare. Vazandu-L umbland pe mare, ucenicii s-au spaimantat, zicand ca este o naluca, si de frica au strigat. Dar El le-a vorbit indatata, zicandu-le: Indrazniti, Eu sunt; nu va temeti! Atunci Petru, raspunzand, a zis: Doamne, daca esti Tu, porunceste-mi sa vin la Tine pe apa. El i-a zis: Vino! Iar Petru, coborandu-se din corabie, a mers pe apa si a venit catre Iisus. Dar vazand vantul, s-a temut si incepand sa se scufunde, a strigat, zicand: Doamne, scapa-ma! Iar Iisus, intinzandu-i indatata mana, l-a apucat si i-a zis: Putin credinciosule, pentru ce te-ai indoit? Si suindu-se ei in corabie, s-a potolit vantul. Iar cei din corabie I*

*"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

**+JOI 6 AUGUST, PRAZNICUL**

**IMPARATESC AL SCHIMBARI LA FATA A DOMNULUI**



*s-au inchinat, zicand: Cu adevarat Tu esti Fiul lui Dumnezeu. Si, trecand marea, au venit in pamantul Ghenizaretului."*

---

*And straightway Jesus constrained His disciples to get into a boat and to go before Him unto the other side, while He sent the multitudes away. And when He had sent the multitudes away, He went up onto a mountain apart to pray. And when evening had come, He was there alone.*

*But the boat was now in the midst of the sea, tossed by the waves, for the wind was contrary. And in the fourth watch of the night, Jesus went unto them, walking on the sea. And when the disciples saw Him walking on the sea, they were troubled, saying, "It is a spirit"; and they cried out for fear. But straightway Jesus spoke unto them, saying, "Be of good cheer. It is I; be not afraid." And Peter answered Him and said, "Lord, if it be Thou, bid me come unto Thee on the water." And He said, "Come." And when Peter had come down out of the boat, he walked on the water to go to Jesus. But when he saw that the wind was boisterous, he was afraid; and beginning to sink, he cried, saying, "Lord, save me!" And immediately Jesus stretched forth His hand and caught him and said unto him, "O thou of little faith, why didst thou doubt?" And when they had come into the boat, the wind ceased. Then those who were in the boat came and worshiped Him, saying, "In truth Thou art the Son of God." And when they had gone over, they came into the land of Gennesaret.*

---

### **Cuvinte de la Sfintii 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 ți se vor transmite și ție."*

*Domnul a plecat in latura Cezareii lui Filip, in hotarele Galileii, la muntele Taborului, mergand dupa El ucenicii Sai si mult popor. Dar, de vreme ce era obiceiul Domnului Hristos ca rugaciunile cele catre Dumnezeu-Tatal sa le faca singur, despartit de ucenicii Sai, de aceea a lasat sub munte poporul si pe ucenicii Sai si a luat numai pe trei din ei, pe Petru, pe Iacov, si pe Ioan. Si S-a suit cu ei pe munte, ca sa se roage. Acolo, departandu-Se putin de cei trei ucenici, S-a urcat la un loc inalt si se ruga. Iar pe cand se ruga, S-a schimbat la Fata, stralucind cu Slava dumnezeirii Sale. Si au stat inaintea Lui, prin porunca Lui, doi Prooroci, Moise, dintre morti, si Ilie din Rai, si graia cu ei, despre patima Lui si despre ceea ce avea sa se savarseasca la Ierusalim. Din aceasta pricina, Apostolii, au vazut Slava Lui cea negrita, Fata cea luminoasa ca soarele, hainele Lui albe ca zapada si doi barbati stand si graind cu El, intru Slava aceea, si s-au inspaimantat. Si au cunoscut, Duhul Sfânt descoperindu-le lor, ca barbatii aceia erau Moise si Ilie si au inteles vorba Lor despre patima lui Hristos, cea de bunavoie. Deci, Apostolii stateau cutremurati, ascultand cele ce se graiau si indulcindu-se cu vederea Slavei cele dumnezeiesti, pe cat putea sa ingaduie vederea ochilor trupesti, caci atat cat putea suferi firea omeneasca, le-a aratat lor Domnul.*

*Deci, sfarsindu-se vorbirea lui Hristos cu Moise si Ilie, si plecarea lor cunoscandu-se prin Duh, de Apostoli, i-a parut rau lui Petru ca Proorocii vor sa se duca de la vederea lor. Ei doreau neincetat aceea dulce Slava a lui Hristos, ca sa se indulceasca de vederea cinstitorilor Prooroci, si a luat indrazneala si a zis: "Invatatorule, bine este ca noi sa fim aici si sa facem trei colibe: una Tie, una lui Moise si una lui Ilie" (Luca 9,33). Pe cand graia Petru acestea, un nor luminos a umbrit pe Apostoli, inconjurand varful muntelui acelaia. Atunci Apostolii mai mult s-au temut, ca apropiindu-se de Hristos, au intrat si ei in nor si, intr-acei ceas, s-a auzit glas din nor, zicand: "Acesta este Fiul Meu cel iubit, in Care am binevoit; pe acesta ascultati-L" (Matei 17,5). Datorita acestui glas, venind de sus, le-a pierit Apostolilor toata puterea de spaima aceea mare, si, temandu-se mult, au cazut cu fetele la pamant. Deci, cazand ei, Slava Domnului s-a luat de la vederea lor. Iar Domnul,*

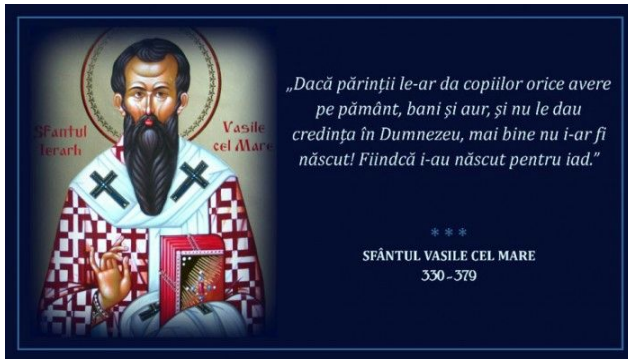


-Staretul Partenie de la Pecerska

*"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

**Cuvant de invatatura al Sfantului Vasile cel Mare**



***Iata, acum, vreme potrivita, a zis Apostolul, iata, acum ziua mantuirii" (II Cor. 6,2). Acesta este veacul pocaintei, acela al rasplatirii. Acesta al lucrarii, acela al dariei de plata. Acesta, al rabdarii, acela, al mangaierii. Acum, Dumnezeu este ajutator celor ce se intorc, din calea cea rea, iar atunci, va fi infricosator si neschimbat, intrebator, nu numai despre fapte si cuvinte, ci si despre ganduri.***

***Acum indelunga-rabdare sa-I primim, iar, atunci, cand vom invia, Ii vom cunoaste dreapta judecata. Unii, in osanda vesnica, iar altii, in viata cea vesnica; si fiecare va lua plata dupa faptele sale.***

***Oare, pentru ce intarziem a asculta pe Hristos, Care ne-a chemat pe noi la cereasca Lui Imparatie? Oare, nu suntem treji? Oare, nu suntem chemati la pazirea Evangheliei, in viata noastra cea obisnuita? Oare, nu vedem cu ochii ziua Domnului cea infricosatoare, intru care, cei ce vor sta de-a dreapta Domnului, pentru faptele lor, vor lua Imparatia Cerului, iar, cei ce vor sta de-a stanga, pentru lipsa faptelor bune, vor fi aruncati in gheena focului si in focul cel vesnic? Acolo va fi plans si scrasnirea dintilor. Insa noi zicem ca dorim Imparatia Cereasca, dar, cu ce s-ar putea sa o castigam pe ea, nu ne ingrijim. Ci, inca, nici o durere nu vrem sa primim si nici o osteneala nu ne dam, pentru poruncile lui Dumnezeu, iar rasplata cereasca, pentru nevointe, o socotim ca o inchipuire a mintii noastre. Pentru ca cine, dormind sau stand, in vremea semanatului, isi va umple sanul sau de spice, in vremea secerisului? Cine culege via cea nesadita si nelucrata de el? Roadele sunt, adica, ale cui sunt ostenele. Cinstirile si cununile sunt ale acelora care au biruit. Cine, oare, va incununa pe cel ce nu s-a luptat cu potrivnicul? Si, inca, nu numai a birui, se cade, ci si a se***

*apropiindu-Se, S-a atins de ucenicii care zaceau la pamant, zicandu-le: "Sculati-va si nu va temeti" (Matei 17,7). Ucenicii, ridicandu-si ochii, n-au vazut pe nimeni, decat numai pe Iisus Hristos, singur. Apoi, pogorandu-se ei din munte, Domnul le-a poruncit lor sa nu spuna nimanui despre intamplarea aceea, pana ce, dupa primirea patimilor si a mortii, El va invia, a treia zi, din mormant. Deci, ei au tacut si, in acele zile, n-au spus nimanui nimic, din cele ce vazusera.*

*Pe scurt, la intrebarea, cu ce scop a savarsit Domnul Schimbarea Lui la Fata de pe Tabor, raspunsul Bisericii este acesta: Mantuitorul, stiindu-se pe drumul spre Ierusalim, drumul spre patima, cruce si moarte si cunoscand omeneasca slabiciune a Apostolilor Sai, n-a vrut sa-Si lase ucenicii doborati sub lovitura. Cu schimbarea Lui la Fata, Domnul a ridicat si a imbarbatat inima lor, fata de sminteala crucii, ce urma sa fie. Umilirile oricat de adanci, ale patimilor si mortii Mantuitorului, nu vor mai fi in stare sa clatine, cu totul, credinta unor oameni, care au cunoscut dumnezeirea ascunsa a Invatatorului lor. Patimile si moartea Mantuitorului nu mai sunt un sfarsit, ci dovezi ca El s-a dat mortii, de buna voie, pentru mantuirea lumii. In cantarile ei Biserica isi marturiseste, fara ocol, aceasta intelegere, zicand: "In munte Te-ai schimbat la Fata si, pe cat au cuprins ucenicii Tai, Slava Ta, Hristoase Dumnezeule, au inteles, ca, daca Te vor vedea rastignit, sa cunoasca patima Ta cea de buna voie si lumii sa propovaduiasca ca Tu esti cu adevarat raza Tatalui"*

**PROGRAMUL LITURGIC  
AL ZILELOR URMATOARE**

**Sambata 1 august  
5:00 PM Slujba Vecerniei**

**+Duminica 2 august  
Duminica a 9-a dupa Rusalii  
9:00 AM Slujba Utreniei  
10:00 AM Sfanta Liturghie**

**Luni 3 august  
5:00 PM Paraclisul Maicii Domnului**

**Marti 4 august  
5:00 PM Paraclisul Maicii Domnului**

**Miercuri 5 august**

## HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO

4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838

2 august 2015, Duminica a 9-a dupa Rusalii

*lupta, dupa lege, precum a zis Pavel, adica sa nu lasam ceva din cele poruncite noua, ci sa le implinim, precum ni s-a poruncit. Ca fericita este sluga aceea, zice Domnul, pe care, venind stapanul sau, o va gasi facand nu precum s-ar intampla, ci, asa, precum i s-a poruncit. Dumnezeuului nostru, slava!*

Human life is but of brief duration. 'All flesh is grass, and all the goodness thereof is as the flower of the field. The grass withers, the flower fades; but the word of our God shall stand forever' (Isa. 40:6). Let us hold fast to the commandment that abides, and despise the unreality that passes" (St Basil the Great)

Do not say, 'This happened by chance, while this came to be of itself.' In all that exists there is nothing disorderly, nothing indefinite, nothing without purpose, nothing by chance ... How many hairs are on your head? God will not forget one of them. Do you see how nothing, even the smallest thing, escapes..(St Basil the Great)

"If you see your neighbor in sin, don't look only at this, but also think about what he has done or does that is good, and infrequently trying this in general, while not partially judging, you will find that he is better than you. (St Basil the Great)

### CANON DE RUGACIUNE IN POSTUL ADORMIRII MAICII DOMNULUI



*Insuflat de vedenia unui staret purtator de Dumnezeu, Sfantul Dimitrie al Rostovului a alcatuit urmatoarea pravila de rugaciune:*

*Slava Tie, Hristoase Dumnezeu nostru, Care nu m-ai pierdut pe mine, pacatosul, cu faradelegile mele, ci pana acum rabzi pacatele mele! (metanie)*

*Invredniceste-ne, Doamne, in ziua aceasta fara de pacat sa ne pazim noi. Daruieste-mi, Doamne, sa nu Te manii pe tine, Ziditorul meu, nici cu cuvantul, nici cu lucrul, nici cu gandul, ci toate faptele, vorbele si gandurile mele sa fie spre slava preasfant numelui Tau. (metanie)*

*Dumnezeule, milostiv fii mie, pacatosului, in toata viata mea; la iesirea mea din aceasta viata si dupa sfarsitul meu nu ma parasi. (metanie).*

Praznuirea Sfantului Ioan Iacob Hozevitul  
8:30 AM Acatistul Sf Ioan Iacob  
9:00 AM Sfanta Liturghie  
10:30 AM Procesiunea cu Sfintele Moaste

Joi 6 august +Praznic Imparatesc  
+Schimbarea la fata a Domnului  
9:00 AM Slujba Utreniei  
10:00 AM Sfanta Liturghie

Vineri 7 august  
+Cuvioasa Teodora de la Sihla  
8:30 AM Acatistul  
9:00 AM Sfanta Liturghie

Sambata 8 august  
5:00 PM Slujba Vecerniei

+Duminica 9 august  
Duminica a 10-a dupa Rusalii  
9:00 AM Slujba Utreniei  
10:00 AM Sfanta Liturghie

### ANUNTURI:

- Multumim tuturor celor care au ajutat sfanta biserica cu prilejul celui de-al doilea hram, sarbatoarea Icoanei Prodromita. Maica Domnului sa va rasplateasca dragostea si evlavia!  
- Duminica 2 august va avea loc o noua sedinta a Consiliului Parohial

+++ 5 august  
SFANTUL IOAN IACOB DE LA NEAMT  
(HOZEVITUL)



*Acest mare sihastru român cu numele de botez Ilie, s-a născut în satul Crăiniceni, comuna Horodiștea, județul Botoșani, la 23 iulie 1913, într-o familie de țărani evlavioși, Maxim și Ecaterina Iacob. Rămas de mic orfan, el a fost crescut de bunica sa care l-a deprins cu rugăciunea și l-a povățuit pe calea slujirii lui Dumnezeu. La vârsta de unsprezece ani bunica sa*

*Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, primește-ma pe mine, cea ce am murit cu sufletul și cu mintea. Primește-ma pe mine, pacatosul, desfranatul, spurcatul cu sufletul și cu trupul. Alunga-l pe nerusinatul diavol și nu întoarce fata Ta de la mine, nu grai, Stăpâne :” Nu știu cine ești!”, ci ia aminte glasul rugăciunii mele; mantuieste-ma ca Cea ce ai multime de îndurări și nu voiești moartea pacatosului. Nu ma voi lăsa, Ziditorul meu, până când nu ma vei asculta și nu-mi vei da iertare de toate pacatele mele. Pentru rugăciunile Preacuratei Maicii Tale, cu mijloacile cinstitelor cerești și netrupești puteri, ale sfântului slăvitului meu inger păzitor, ale Prorocului, Înaintemergătorului și Botezătorului Tau Ioan, ale de Dumnezeu graitorilor Apostoli, ale Sfinților și bunilor biruitori Mucenici, ale cuviosilor și de Dumnezeu purtătorilor Părinților noștri și ale tuturor sfinților Tai, miluieste-ma și mantuieste-ma pe mine, pacatosul. Amin.*

*Împarate Ceresc, Mângâietorule, Duhul adevărului, Care pretutindena ești și toate le împlinesti, Vistierul bunătăților și Dădătorule de viață, vino și Te salasluieste întru noi, și ne curățește pe noi de toată întinaciunea, și mantuieste Bunule, sufetele noastre. Sfinte Dumnezeule, Sfinte Tare, Sfinte fără de moarte, miluieste-ne pe noi ( de trei ori, cu semnul crucii și metanie mica ). Slava Tatălui și Fiului și Sfântului Duh, și acum și pururea și în vecii vecilor . Amin.  
Tatăl nostru ....*

*Născătoare de Dumnezeu, Fecioara bucura-te, ceea ce ești plină de har, Marie, Domnul este cu tine; binecuvântată ești tu între femei și binecuvântat este rodul pântecelui tau, ca ai născut pe Mântuitorul sufletelor noastre.*

#### Rugăciunea întâia

*O, Maica Preamilostivă, Fecioara Marie! Eu, pacatosul și netrebnicul robul tau, pomenind durerea pe care ai răbdat-o când ai auzit de la Simeon Prorocul despre nemilostivă ucidere a Fiului Tau și Domnului nostru Iisus Hristos, aduc tie această rugăciune și arhangheliceasca heterisire: primește-le în cinstea și pomenirea durerilor tale și roaga-L pe Fiul tau, pe Domnul nostru Iisus Hristos, să îmi dea cunoașterea pactelor mele și cainta pentru ele.  
( metanie )  
Tatăl nostru ...*

*Născătoare de Dumnezeu, Fecioara, bucura-te, ceea ce ești plină de har, Marie, Domnul este cu tine; binecuvântată ești tu între femei și binecuvântat este rodul pântecelui tau, ca ai născut pe Mântuitorul sufletelor noastre.*

#### Rugăciunea a doua

*O, de Dumnezeu fericita și prea nevinovată Fecioara Marie, primește de la mine, pacatosul și netrebnicul robul tau, această rugăciune și arhangheliceasca heretisire în cinstea și spre pomenirea durerii pe care ai răbdat-o când L-ai uitat în Templu pe Fiul Tau, Domnul nostru Iisus Hristos și nu L-ai văzut trei zile : roaga-L și cere iertarea și lăsaarea tuturor pacatelor mele, ceea ce ești una binecuvântată. (metanie )  
Tatăl nostru...*

*Născătoare de Dumnezeu, Fecioara, bucura-te, ceea ce ești plină de har, Marie, Domnul este cu tine; binecuvântată ești tu între femei și binecuvântat este rodul pântecelui tau, ca ai născut pe Mântuitorul sufletelor noastre.*

#### Rugăciunea a treia

*O, Maica a Lumini, preabinecuvântată Fecioara de Dumnezeu Născătoare ! Primește de la mine, ticalosul și nevrăditul robul tau, această rugăciune și arhangheliceasca heretisire în cinstea și spre pomenirea durerii care ai răbdat-o când ai auzit ca Fiul Tau, Domnul nostru Iisus Hristos, a fost prins și*

*a murit, iar el a rămas în grija unchiului său. După terminarea școlii din orașul natal a urmat gimnaziul și liceul. Firea sa profund religioasă, precum și educația primită, l-au determinat să îmbrățișeze viața monahală de la mănăstirea Neamț. Aici a făcut ascultare la farmacia și apoi la biblioteca mănăstirii, în care a descoperit comorile scrierilor patristice și teologice.*

*Dorind să cunoască mai amănunțit viața chinovilor românești, a vizitat câteva așezăminte monahale din Oltenia, ajungând în cele din urmă și la Mănăstirea Turnu din Episcopia Argeșului. Aici a rămas pentru scurtă vreme, întrucât a fost chemat înapoi la Neamț. După terminarea stagiului militar în 1936 a fost tuns în monahism primind numele de Ioan. Ca monah a dat dovadă de ascultare deplină și s-a arătat un iubitor al postului, al rugăciunii, al privegerii și singurătății. Doritor de a călca pe urmele Mântuitorului, a plecat în Țara Sfântă. După ce a vizitat cele mai importante localități biblice cuviosul Ioan a pustiicit doi ani în deșertul de lângă Iordan. De aici a intrat în Mănăstirea Sfântul Sava, unde a viețuit mai mulți ani îngrijind pe bolnavi și fiind socotit de preoți „doctorul mănăstirii”. Pentru râvna sa pustnicească în anul 1945 a primit de la patriarhul Ierusalimului investirea cu marea schimă monahală.*

*În anul 1946 episcopul Victorin Ursache l-a propus pe Cuviosul Schimnic Ioan pentru postul de egumen al schitului românesc de lângă Iordan. La această recomandare, Patriarhia Română, l-a numit egumen al așezământului, urmând ca în anul 1947 să fie hirotonit diacon și apoi preot în Biserica Sfântului Mormânt. Numit în această funcție Cuviosul Părinte Ioan a condus schitul românesc până în 1952 realizând frumoase lucruri pe plan pastoral și gospodăresc. În acest loc în care Cuviosul s-a simțit ca acasă. Sufletul său de poet se bucura de frumusețea naturii și cugeta îndelung la evenimente biblice petrecute în preajma Iordanului. Pentru viața sa sfântă el devenise duhovnicul multor călugări din părțile acelea, dar și al multor pelerini care veneau din țară și din toate părțile lumii să se spovedească acestui duhovnic iscusit. Din sufletul său, ca dintr-un izvor curat și îmbelșugat, curgeau blânde cuvinte de mângâiere și întărire duhovnicească. Zi și noapte se ostenea ca să îplinească cu neasămănată osârdie chemarea în slujba lui Hristos. Săvârșea cu multă evlavie sfintele slujbe, sta de vorbă cu frații călugări sau credincioșii care veneau pe acolo, lucra în grădina schitului, iar în puținul timp liber scria poezii sau traducea învățături ziditoare de suflet din cărțile sfinților. Noaptea, sau uneori mai multe zile, se retrăgea în pustiul Iordanului, nevoindu-se singur în post desăvârșit în rugăciuni și multe metanii.*

*Cu toate acestea râvnitorul egumen nu era mulțumit de nevoițele sale și dorea o viață mai aspră, într-un loc mai pustiu asemenea marilor anahoreți din epoca de aur a creștinismului. Socotea că la Iordan este prea mult înconjurat de pelerini și de grijile trecătoare care-l împiedicau uneori de la rugăciunea desăvârșită. Pe de altă parte în același an*



*legat. Pe Acesta roaga-l sa-mi inapoieze virtutile pe care le-am pierdut prin pacat, ca sa te maresc, Preacurata, in veci. ( metanie )*

*Tatal nostru...*

*Nascatoare de dumnezeu, Fecioara, bucura-te ceea ce esti plina de har, Marie, Domnul este cu tine; binecuvantata esti tu intre femei si binecuvantat este rodul panteceleui tau , ca ia nascut pe Mantuitorul sufletelor noastre.*

#### Rugaciunea patra

*O, Izvor al milostivirii, Fecioara de Dumnezeu Nascatoare! Primeste de la mine ticalosul si nevrednicul robul tau, aceasta rugaciune si arhangheliceasca heretisire in cinstea si spre pomenirea durerii pe care ai rabdat-o cand L-ai vazut pe Fiul tau , Domnul nostru Iisus Hristos, pe cruce intre talhari. Pe acesta roaga-L, Stapan, sa imi dea darul milostivirii Sale in ceasul mortii mele si sa ma hraneasca cu Trupul si Sangele Sau cele Dumnezeiesti, ca sa te slavesc, Aparatoare, in veci. ( metanie )*

*Tatal nostru..*

*Nascatoare de Dumnezeu , Fecioara, bucura-te, ceea ce esti plina de har , Mmarie, Domnul este cu tine ; binecuvnatata esti tu intre femei si binecuvantat este rodul panteceleui tau , ca ia nascut pe Mantuitorul sufletelor noastre.*

#### Rugaciunea a cincea

*O, Nadejdea mea, Preacurata Fecioara de Dumnezeu Nascatoare ! Primeste de la mine, ticalosul si nevrednicul robul tau, aceasta rugaciune si arhangheliceasca heretisire in cinstea si spre pomenirea durerii pe care ai rabdat-o cand L-ai vazut pe Fiul tau , Domnul nostru Iisus Hristos, pus in mormant. Pe Acesta roaga-L, Stapan, sa mi se arate mie in ceasul mortii mele si sa primeasca sufletul meu in viata vesnica. Amin*

*O, preamilostiva Fecioara, Doamna de Dumnezeu Nascatoare, turturea iubitoare de fii, a cerului si a pamantului singura stapanitoare Imparateasa, ceea ce ii primesti cu dragoste pe toti cei ce se roaga tie, mangaierea celor necajiti !*

*Primeste de la mine , pacatosul si netrebnicul robul tau, aceasta incincita ruga prin care pomenesc bucuriile tale pamantesti si ceresti, cu umilinta strigand catre tine unele ca acestea : Bucura-te, ca fara de samanta ai zamislit in pantece pe Hristos, Dumnezeul nostru. Bucura-te, ca in pantece L-ai purtat fara de durere. Bucura-te, ca ai nascut prin minunata economie. Bucura-te, ca ai primit de la magii-imparati daruri si inchinare. Bucura-te, ca intre invatatorii Templului L-ai aflat pe Fiul tau. Bucura-te, ca Cel nascut din tine preaslativ S-a sculat din morti. Bucura-te, ca L-ai vazut inaltandu-se pe Ziditorul tau, la Care insati te-ai inaltat cu sufletul si cu trupul. Bucura-te pentru fecioria ta, ceea ce esti mai slavita fara de asemanare decat ingerii si decat toti stintii. Bucura-te, ca in apropierea Preasfintei Treimi stralucesti. Bucura-te , Facatoarea , noastra de pace. Bucura-te, Stapanitoare ce poruncesti tuturor puterilor ceresti. Bucura-te, ca mai mult decat toti ai indraznire catre Fiul si Dumnezeu tau. Bucura-te, milostiva Maica a tuturor celor ce alearga la tine. Bucura-te, ca veselia ta nu se sfarseste in veci ! Si mie, nevrednicului, dupa nemincinoasa fagaduinta a ta, in ziua iesirii mele din trup arata-te milostiva, ca sa ajung, calauzit fiind de tine, in Ierusalimul de Sus, unde cu slava imparatesti cu Fiul Tau si Dumnezeuul nostru, Caruia se cuvine toata slava, cinstea si inchinaciunea, dimpreuna cu Tatal si cu Preasfantul Duh in vecii cei nesfarsiti. Amin.*

*Din buze intinate, din inima pangarita, din limba necurata, din suflet spurcat, primeste, Doamna Imparateasa, aceasta lauda, Bucuria mea. Primeste-o cum au fost primiti cei doi bani ai vaduvei si daruieste-mi sa iti aduc dar vrednic de bunatatea ta.*

*O , Stapan, mea, Preacurata Fecioara, cereasca Imparateasa! Dupa cum voiesti, invata-ma ce se cuvine sa-ti graiesc tie, Maica lui Dumnezeu, singura*

*s-a imbolnavit grav si fost silit sa părăsească această „gură de rai” duhovnicesc pe care o iubea foarte mult. Ieșit din spital Cuviosul Părinte Ioan a renunțat la „crucea” stăreției și s-a retras în mănăstirea Sfântul Gheorghe Hozevitul, loc în care se află și peștera unde a trăit pentru o vreme și Sfântul Proroc Ilie Tesviteanul. Aici, au trăit în vechime mii de călugări mulți dintre ei martirizați în vremea perșilor. Poate tocmai de aceea și Cuviosul român a ales pentru nevoiță această mănăstire la care însă a locuit o vreme scurtă pentru că în anul 1953 se retrage într-o altă peșteră din apropiere unde a rămas până la sfârșitul vieții în cea mai severă schimnicie.*

*În această peșteră săpată în stânca abruptă a muntelui Cuviosul își petrecea zilele în cea mai înaltă rugăciune și post. Se odihnea pe o rogojină așternută pe o scândură și se hrănea cu puține merinde de schimnic. La câteva zile mânca puțină pâine, posmagi, măsline și ceai. În această așezare săracă s-a smerit și s-a rugat Cuviosul Ioan vreme de opt ani răbdând frigul, foamea, setea, arșița, boala și lipsurile și ispitele de tot felul. Cu darul lui Dumnezeu însă a trecut bărbătește peste toate aceste greutăți și încercări pe care și le-a asumat de bună voie. Așa a trăit Cuviosul Ioan în pustiu, asemenea sfinților din Pateric, vorbind adesea cu Dumnezeu, sau compunând versuri și cugetări religioase și rugându-se neîncetat pentru lume și pentru neamul său mai ales prefăcând pustia aspră în rai duhovnicesc.*

*La data de 5 august 1960, Cuviosul Ioan și-a dat sufletul în mâinile Domnului, adormind cu zâmbetul pe buze la doar 47 de ani. Trupul său a fost așezat în peștera „mormintelor”, în locul pe care și-l pregătise el însuși de mai înainte. La moartea lui mulțimi de păsări s-au adunat la mănăstire plângându-l parcă pe cel ce le-a părăsit. Timp de douăzeci de ani cinstitul trup al Cuviosului Părinte s-a odihnit în mormântul din peștera Sfânta Ana. În august 1980, prin pronia dumnezeiască, deschizându-se mormântul său, trupul cuviosului a fost găsit întreg și neputrezit, și răspândind miros de bună mireasmă. Moaștele sale au fost strămutate cu mare procesiune în mănăstirea Sfântul Gheorghe Hozevitul și așezate în paraclisul acesteia unde mulțimi de pelerini se roagă cu evlavie sfântului pentru toate cele de folos și mântuitoare.*

*Marele nevoitor în cele ale desăvârșirii, Cuviosul Ioan s-a dovedit întotdeauna un fiu credincios al Bisericii Ortodoxe și un mărturisitor al credinței celei drepte și adevărate. El însuși se simțea mereu cel mai nevrednic dintre toți, mărturisindu-și puținătatea credinței și a osteneților duhovnicești. De aceea, prin întreaga moștenire pe care ne-a lăsat-o Cuviosul Ioan Iacob se dovedește un mare atlet al credinței, o reală personalitate duhovnicească și un îndrumător plin de înțelepciune sfântă pe calea mântuirii, odrăslit din neamul nostru românesc.*

*Pentru viața sa sfântă, cât și pentru mulțimea credincioșilor care vin și se roagă Cuviosului Părinte Ioan aflând mulți dintre ei grabnică vindecare de*

*scapare si mangaiere a pacatosilor. Bucura-te , Stapana, ca si eu , robul tau , mult am gresit, sa strig cu bucurie catre tine, Prealaudata Maica a lui Hristos Dumnezeuul nostru . Amin.*

*La preasfanta icoana ta cautand, te vad ca si cum ai fi de fata, si cazand cu credinta la tine, ma inchin tie ca unei Nascatoare de Dumnezeu, te cinstesc si ma rog tie cu lacrimi : acopera-ma cu acoperamantul tau, ca tu ai dat intrare neamului omenesc in Imparatia cerurilor. Amin.*

*Cuvine-se cu adevarat sa te fericesc , Nnascatoare de Dumnezeu, cea pururea fericita si preanevinovata si Maica Dumnezeuului nostru; ceea ce esti mai cinstita decat heruvimii si mai slavita fara de asemanare decat serafimii, care fara stricaciune pe Dumnezeu- Cuvantul ai nascut, pe tine , cea cu adevarat de Nascatoare de Dumnezeu te marim !*

### **Sfantul Ioan Iacob Hozevitul**



#### **Slove la mormantul meu**

*Vor trece anii vieții  
Și eu mă voi sfârși  
Iar în pustia asta  
Mai vrednici vor veni.*

*Văzând aici mormântul,  
Mă vor cinsti cumva,  
Necunoscându-mi viața  
Și neputința mea.*

*Deci să cunoască frații  
Că tot veleatul meu,  
A fost lipsit de mirul  
Plăcut lui Dumnezeu.*

*Căci cheltuind zădarnic  
Vigoarea tinereții  
Mi-am îngropat talentul  
În toată vremea vieții.*

*De boale și neazuri  
Fiind înconjurat,  
Spre orizonturi noi  
Mereu am fost mânat.*

*Din plaiul țării mele*

*multe feluri de boli și suferințe, Sfântul Sinod al Bisericii Ortodoxe Române, în ședința sa din 20 iunie 1992, a proclamat canonizarea Cuviosului Ioan și pomenirea lui în rândul sfinților cu numele de „Cuviosul Ioan cel Nou Românul” sau „Hozevitul”.*

### **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 cinsteste pe ea.**
- 5. Cinsteste 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**

- 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 ALTII LA RABDARE CAND SUNT ASUPRITI**
- 7. A IERTA PE CEI CE NE-AU GRESIT.**

### **Despre Rugaciune**

*Ajuns-am la Iordan  
Cu dorul de pustie,  
În sufletul sărman.*

*Dar și acolo duhul  
Era nemulțumit,  
Din cauza aceasta  
Retrasu-m-am la schit.*

*Cu multă trândăvie  
Mereu am petrecut  
Împovărând pe alții  
Cu „sacul meu de lut”.*

*Să nu priviți cu cinste  
La trupul meu potrivit  
Căci nu voia să rabde  
Canonul cel de schimnic.*

*Ci faceți mai degrabă  
O sfântă Rugăciune,  
Ca Domnul Îndurării  
Să-mi deie iertăciune!*



“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 Efrem 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 preface 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*

“Inaintand in rugaciune, vom gasi usurare de patimi. Gandurile, cugetele ascunse vor disparea cu vremea, si inima noastra va deveni o inima de copil, lipsita de rautate.” *Avva Efrem Filotheitul*

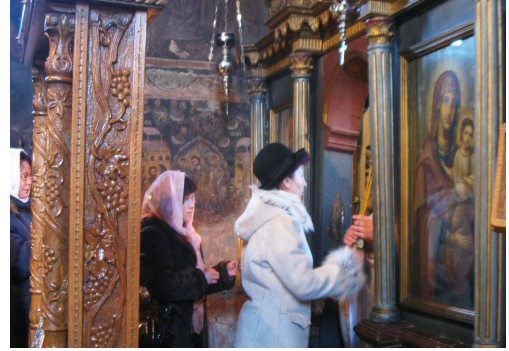
“La Sfanta Liturghie trebuie sa stam ca inaintea tronului Preasfintei Treimi: cu atentie, cu mintea curata de grijiile lumii si cu mare frica de Dumnezeu, pentru ca in timpul Sfintei Liturghii se jertfeste Hristos pe Jertfelnic pentru mantuirea noastra!” *Protosinghel Ioil Gheorghiu*

“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;
- Nu se pomenesc sinucigașii, apostatii, 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 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)

#### 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

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO  
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838  
2 august 2015, Duminica a 9-a dupa Rusalii

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 tradeaza forma trupului, etc ii pot ispiti pe cei care le privesc, punandu-se astfel in slujba diavolului desfranarii, care cauta sa ii impinga pe oameni in pacatele trupesti aducand ganduri si pofta necuviincioase.

In Sfanta Evanghelie de la Matei, Mantuitorul ne invata ca :*"Oricine se uita la femeie poftind-o, a si savarsit adulter cu ea in inima lui"*, iar Dumnezeu nu condamna doar pe cel ce pacatuieste ci si pe cea care ispiteste: *" vai omului aceuia prin care vine sminteala"*.

Sfintii parinti considera pacat orice purtat care deschide usa diavolului desfranarii, de aceea trebuie sa luam aminte ca dezgolirea trupului aduce sminteala, necuviinta, si starneste pofta trupesti.

Acasa, pe strada, la servicii si la biserica buna cuviinta in imbracaminte este esentiala pentru crestini. Parintii nu trebuie sa se poarte indecent in casa in preajma copiilor lor, pentru ca orice imagine indecenta se intipareste usor si vatama sufletul nevinovat al pruncilor. Pe strada si la servicii trebuie avut grija sa nu fie ispititi in nici un fel cei din jur. La biserica portul indecent inseamna blestem si afurisenie.  
In indreptarul de rugaciune al parintelui Cleopa, se intreaba:

***"57. Nu cumva cand vii la biserica, te impodobesti cu bluza si fusta 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 imbraca, iar purtarea noastra sa fie marturie a credintei puternice si a dragostei pentru Hristos.

*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.*



HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO  
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838  
2 august 2015, Duminica a 9-a dupa Rusalii