

clasificate ca mâncăruri de post. Totdeauna recomanda cumpătarea, indiferent dacă era post sau nu, și monahilor și mirenilor. Adeseori dădea drept pildă, spre îndreptarea acestei patimi, chinuitoarea limitare a mâncării, căreia se supun adesea oamenii lumești ca să-și păstreze silueta, și nu, desigur, din motive de sănătate, ci pentru paradă.

S-a pus adesea întrebarea dacă se îngăduie să se servească mâncare de dulce în cazurile sărbătorilor onomastice, evenimentelor excepționale, întrunirilor cu prietenii

etc, din perioada posturilor. Starețul spunea că atenția față de oameni este o mare virtute, faptă care nu se poate suspenda în perioadele de post. Însă pe masă să se pună în mod obligatoriu mâncăruri de post. În cadrul unor limite, ele pot fi mai dresate sau mai gustoase dacă vrem să cinstim pe cineva, însă absolut obligatoriu de post.

Sursa: *Crâmpeie de viață. Din viața și învățăturile părintelui Epifanie Teodoropulos*, Editura Evanghelismos.

PROGRAMUL LITURGIC

- **Luni:** 9 martie
09:00 – **Ceasul IX și Liturghia Darurilor mai înainte sfințite**
→ *Sfinții 40 de Mucenici din Sevastia*
- **Marti:** 10 martie
18:00 – **Sfântul Maslu**
- **Vineri:** 13 martie
18:00 – **Paraclisul Maicii Domnului**
- **Sâmbătă:** 14 martie
08:00 – **Sfânta Liturghie și Parastas**
18:00 – **Vecernia și Litia**
- **Duminică:** 15 martie
08:00 – **Utrenia și Sfânta Liturghie**
→ *Duminica a III-a din Post (a Sfintei Cruci)*
→ *Sf. Mc. Agapie, Plisie și Timolau*



Str. Doamnei, Nr. 18, Sector 3, București

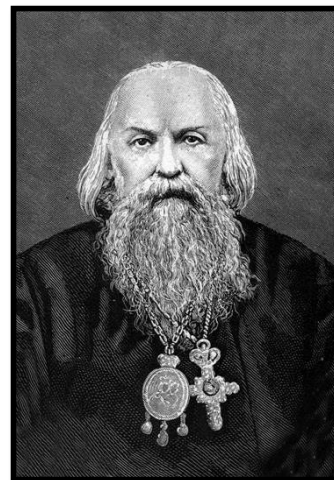
www.sfantul-ilie.ro



BULETINUL PAROHIEI SFÂNTUL ILIE HANUL COLȚEI

Cel care va răbda până în sfârșit, acela se va mântui.
(Matei 10, 22)

♦ Nr. 110 / 08 martie 2015 ♦



SFÂNTUL IGNATIE
BRIANCIANINOV

SCURTE ÎNVĂȚĂTURI

Domnul arată că gândurile și simțămintele omului căzut se află sub

stăpânirea satanei, chiar dacă par bune; lucrările pe care le face omul din pornirea inimii sale se amestecă, se unesc cu lucrările satanei. Atât de vătămată este firea noastră prin căderea cea amarnică. *Atunci*, istorisește Evanghelia, *Iisus a zis ucenicilor Săi: „Dacă vrea cineva să vină după Mine, să se lepede de sine, să-și ia crucea și să-Mi urmeze Mie, că cine va voi să-și scape sufletul îl va pierde; iar cine își va pierde sufletul pentru Mine îl va afla (Matei 16, 24-25). [...] Cine nu se leapădă de sine, cine nu-și pierde sufletul, cine lucrează din imboldul simțămintelor inimii, din mișcările sângelui, acela negreșit își înfăptuiește „eul”, își socoate bune mișcările, lucrările, își învie omul căzut, agonisește, puțin câte puțin, o părere înaltă despre sine însuși. Unul*

ca acesta, crezând că sporește duhovnicește, sporește doar în cădere cruntă. Înșelarea întunecată pune stăpânire pe sufletul lui; străin de viață și de înțelegere duhovnicească, el se cufundă tot mai adânc în rațiunea cu nume mincinos și în înșelarea întunecată. Înșelarea este dreapta răsplătă a celui care a îndrăgit și a cinstit firea sa căzută, care n-a voit starea despre care spune Sfântul Apostol: *nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine* (Gal. 2,20).

Statorniciți-vă rânduiala de a-l mulțumi zilnic Domnului pentru paharul dumneavoastră, adică pentru boli, pentru toate necazurile. [...] Mulțumind lui Dumnezeu, alungăm gândurile mahnicioase; când vin asemenea gânduri mulțumirea trebuie rostită în cuvinte simple, cu luare-aminte și des, până când inima va dobândi liniște. Gândurile mahnicioase n-au nici un rost: de necaz nu izbăvesc, nu aduc nici un ajutor, ci doar tulbură sufletul și trupul. Așadar, ele sunt de la draci și trebuie izgonite – și le izgonim dând mulțumită lui Dumnezeu. La început, mulțumita liniștește inima, după aceea îi aduce mângâiere, în cele din urmă îi aduce și bucurie cerească – zălogul, pregustarea veșnicei bucurii. [...] Mulțumita este alcătuită din cuvinte simple și puține, dar făptuiește mai mult decât mii de cărți dintre cele mai sofisticate.

Când se arată gândul de întristare în inimă, începeți să roștiți din tot sufletul, din toată puterea dumneavoastră una dintre spusele:

1) Spusa: „*Slavă lui Dumnezeu pentru toate!*”

2) Spusa: „*Doamne, mă încredințez sfintei Tale voi! Facă-se cu mine voia Ta!*”

3) Spusa: „*Doamne, Îți mulțumesc pentru tot ce a plăcut înaintea Ta să trimiți asupra mea!*”

4) Spusa: „*Cele cuvenite după faptele mele primesc: pomeniște-mă, Doamne, când vei veni întru Împărăția Ta!*”

Rostiți-o lin, fără grabă, fără înfierbântare, cu luare-aminte, în așa fel încât să auziți numai dumneavoastră, roștiți-o până când cel de alt neam se va depărta cu desăvârșire.

Aceste spuse scurte, luate, precum vedeți, din Scriptură, erau întrebuințate de cuvioșii monahi cu foarte multă izbândă împotriva gândurilor de întristare. Părinții nu începeau câtuși de puțin să filosofeze cu gândurile ce apăreau, ci îndată ce li se înfățișa cel de alt neam apucau arma cea minunată și-i trăgeau drept în față, în fălci!

Oriunde aș fi, în însingurare sau în societatea omenească, luminează și mângâiere se revărsă în sufletul meu de la crucea lui Hristos. Păcatul, care stăpânește toată ființa mea, nu încetează să-mi spună: coboară-te de pe cruce. Vai! Mă cobor de pe ea,

crezând că pot afla dreptatea în afara crucii, și cad într-o nenorocire a sufletului: valurile tulburării mă înghit. Coborându-mă de pe cruce, mă trezesc lipsit de Hristos. Ce este de făcut? Mă rog lui Hristos să mă ridice iarăși pe cruce. Rugându-mă, mă străduiesc și eu să mă răstignesc, ca unul ce am învățat din experiență că cel ce nu este răstignit nu e al lui Hristos. Pe cruce ne ridică credința; ne coboară de pe ea rațiunea cea cu nume mincinos, plină de necredință.

Sursa: Sfântul Ignatie Briancianinov, *Armele războiului nevăzut*, Editura Sophia, București, 2012.



PĂRINTELE EPIFANIE TEODOROPULOS

DESPRE POST

Starețul avea de răspuns adesea la provocările legate de post. Odată l-au întrebat:

- Părinte, cine postește mai bine în perioada postului: cel ce mănâncă două farfurii de fasole fără untdelemn, halva etc, sau cel ce mănâncă un ou fiert?

Starețul a răspuns fără ocolișuri:

- Primul! Al doilea ține o simplă dietă.

Și le-a motivat:

- Postul are două scopuri: asceza înfrânării trupului în limitarea prisosințelor substanțelor hrănitoare din mâncăruri, și conformarea la poruncile Bisericii, care se consideră asceză pentru suflet. Cel ce mănâncă un ou în perioada postului, fără să existe motive de sănătate, cu siguranță calcă porunca Bisericii. Ca aceia care, urmărind să aibă o dietă felurită pe motivul unei alimentații bune, mănâncă marți și joi zarzavaturi și legume, în timp ce miercurea și vinerea mănâncă de fruct. Acest dispreț față de Biserică este provocator, pentru motivul că a se conforma față de cele statornicite de ea este ceva fără cheltuială și ușor. Adică să mâncăm marțea și joia de fruct și miercurea și vinerea de post. Astfel și rezultatul din punctul de vedere al alimentației va fi la fel, și nu se va face încălcarea postului. Este evident că există o grosolană neștiință și nepăsare față de ceea ce decretează Biserica, asta ca să nu zic ceva și mai rău, o îngâmfare luciferică.

Se înțelege că Starețul nu era de acord, în timpul posturilor, cu mâncarea multă obișnuită sau cu cea de lux și cu gust făcută, deși acestea erau