

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci



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

Duminica Sfintei Cruci



*Evanghelia Duminicii -
(Marcu 8:34-38, 9:1) Glas 3 -Vosc.11*

"Zis-a Domnul: Oricine voiește să vină după Mine, să se lepede de sine, să-și ia crucea și să-Mi urmeze Mie. Căci cine va voi să-și scape viața și-o va pierde, iar cine își va pierde viața sa pentru Mine și pentru Evanghelie, acela și-o va câștiga. Căci ce-i folosește omului să câștige lumea întreagă, dacă-și pierde sufletul? Sau ce ar putea să dea omul în schimb pentru sufletul său? Căci de cel ce se va rușina de Mine și de cuvintele Mele în neamul acesta desfrânat și păcătos, și Fiul Omului Se va rușina de el când va veni întru slava Tatălui Său, cu sfinții îngeri. Și le zicea lor: Adevărat grăiesc vouă că sunt unii din cei ce stau aici care nu vor gusta moartea până ce nu vor vedea Împărăția lui Dumnezeu venind întru putere."

The Lord said: "Whoever wants to be my disciple must deny themselves and take up their cross and follow me. For whoever wants to save their life will lose it, but whoever loses their life for me and for the gospel will

"Eu sunt pâinea vieții, cel ce vine la Mine nu va flamanzi și cel ce crede în Mine nu va înseta niciodată."(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 și cel care uda sunt una și fiecare își va lua plata după 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



"Spuneau fratii, despre avă Ilie, ca, din pruncie, cu ostenelile se nevoia. Ca, de multe ori foc în san purta și învăța pe frati spre smerenie, aratându-le lor chip de nevointa și zicând: "Dacă, cu adevărat, va ostentiti, aratati-o cu fapte!" Iar, odinioara, fiind el în

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci

save it. What good is it for someone to gain the whole world, yet forfeit their soul? Or what can anyone give in exchange for their soul? If anyone is ashamed of me and my words in this adulterous and sinful generation, the Son of Man will be ashamed of them when he comes in his Father's glory with the holy angels. And he said to them, "Truly I tell you, some who are standing here will not taste death before they see that the kingdom of God has come with power."

Vineri 8 aprilie vom savarsi Sfantul Maslu de la ora 6:45 PM

Asa cum invata Sfanta Biserica, este bine ca si inainte de a primi Taina Sfantului Maslu, credinciosii sa fie spovediti si impacati cu Dumnezeu. Cei care doresc sa se spovedeasca sunt rugati sa ajunga la Sfanta Biserica la ora 5:45 PM



Cuvinte de la Sfantii 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 clevetesc, 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

pustie, a pofcit miere. Si indata a aflat sub o piatra miere, dar a zis: "Departeza-te de mine, pofta rea, ca scris este: De traiti cu Duhul, pofta trupului sa nu o faceti". Si lasand mierea, s-a dus. Dupa aceea, iarasi, trei saptamani postind, a aflat niste poame, aruncate in pustie, si a zis: "Nu voi manca, nici nu ma voi atinge de ele, ca sa nu smintesc pe fratele meu." Caci scris este: "Ca, nu numai, cu paine, va fi viu omul".

Deci il ruga pe el un oarecare frate, ca sa petreaca impreuna cu dansul in pustie, iar el zicea: "Nu vei putea suferi ispitei satanei in pustie". Iar acela, mai mult il ruga, zicand: "Toate le voi rabda". Si l-a primit pe el si intr-o alta peatera i-a poruncit lui sa petreaca. Iar, dupa ce a venit noaptea, au inceput dracii a-l supara cu ganduri spurcate, tulburandu-l pe el. Deci, acela, alergand, a spus lui avă Ilie ceea ce i se intamplase. Iar Sfantul, mergand acolo, a insemnat locul acela si i-a poruncit lui, ca, de acum, fara de frica, sa petreaca acolo.”

PROGRAMUL LITURGIC
AL ZILELOR URMATOARE

Vineri 1 aprilie

5:30 PM Liturghia Darurilor mai inainte sfintite

Sambata 2 aprilie

5:00 PM Slujba Vecerniei

Duminica 3 aprilie

+Duminica a treia din Post (A Sfintei Cruci)

8:30 AM Slujba Utreniei

9:30 AM Sfanta Liturghie

Vineri 8 aprilie

6:45 PM Sfantul Maslu

Sambata 9 aprilie

5:00 PM Slujba Vecerniei

Duminica 10 aprilie

+Duminica a patra din Post

(A Sfantului Ioan Scararul)

8:30 AM Slujba Utreniei

9:30 AM Sfanta Liturghie

ANUNTURI

Masa Lunara va avea loc duminica 10 aprilie dupa Sfanta Liturghie

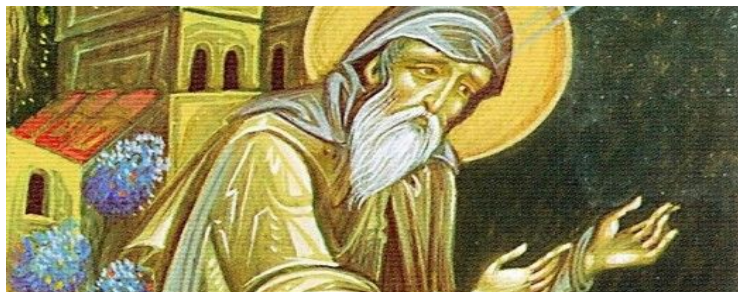
CELE 10 PORUNCI DUMNEZEIESTI

- 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.**

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO

4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838

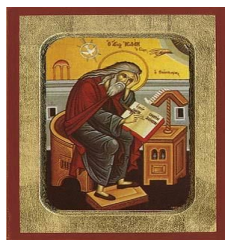
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci



Sfantul Simeon Noul Teolog - Cuvinte folositoare

“Prima porunca este sa iubim pe Dumnezeu din tot sufletul, si unii pe altii asa cum Dumnezeu a iubit lumea, iar adevarata dragoste din acestea se arata: a nu ne îngâmfă, a nu ne mândri, a nu cârți, a nu fura, a nu râde, a nu judeca pe altii deloc, nici pentru lucrul mic, nici pentru mare, a nu ne satura de bucate si de mâncari si daca se poate nici de apa, mai ales în aceste zile ale Paresimilor, în care cel ce se pocaieste cu sânguinta si cu osteneala primește iertare de Sus a pacatelor sale de peste tot anul, dupa Dumnezeiasca Scriptura. Fiindca fierbinteala pocaintei si lacrimilor care izbucnesc dintru adâncurile inimii mistuie ca focul si ard desavârsit, întinaciunea pacatului si curata sufletul cel pângărit. Si nu numai atât, ci îi daruieste si revarsarea de lumina cu îndestulare, prin venirea Duhului, încât se face plin de mila si de roade bune. [...]”

Câti dintre fratii nostri cei întru Hristos, zacând într-un ungher, adesea nici apa cea rece n-o au si multumesc lui Dumnezeu si daca se mânie nu zic vreun cuvânt hulitor. Pe când noi, prin harul lui Dumnezeu si bogata Lui daruire, avem toate cele de trebuinta si înca le avem cu îndestulare. Deci daca cineva, neavând nimic, cârteste, acela va fi osândit pentru ca n-are rabdare; iar daca are de toate si pentru putina lipsa face tulburare si sfada, ba graieste si cuvinte hulitoare, unul ca acesta de ce iertare mai poate fi vrednic? Dar zicând acestea, pe mine însumi ma osândesc si cuvintele mele îmi vor fi spre osânda si muștrare; totusi le zic si numai spre a voastra aducere aminte.”



Speak well of those who speak evil of you.

Pay good for evil.

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

- 3. Sa nu iei numele Domnului Dumnezeului 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.*



Din lumea fiilor pierduti

*Ca să fie înțeleasă
Versuirea care scriu,
Dau o mică deslușire
Despre „Rătăcitul fiu”.*

*În călătoria vieții
Două drumuri s-au deschis,
Unul duce spre Gheenă
Altul, către „Paradis”.*

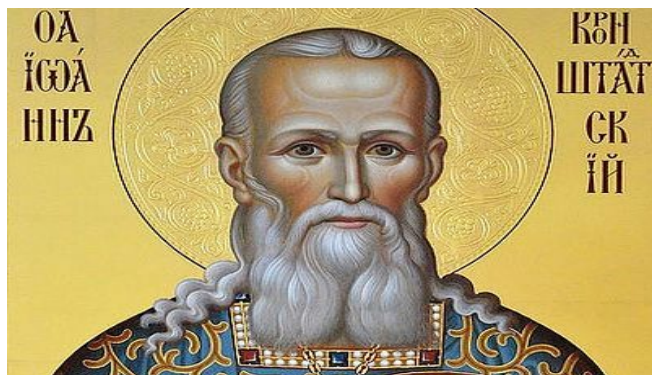
*Primul este lat și neted
Și prea lesne de umblat,
Cel de-al doilea, cu piedici*

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci

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)

Saint John of Kronstadt on fasting



Man is dear to the Lord, the whole world is obedient to him. The Son of God Himself came down from heaven on earth to save him from everlasting torments, to reconcile him with God. All fruits, the various flesh of animals, were given to him for food, and various drinks were given to him to please his taste — but not to excite his passions, not for his only enjoyment, for the Christian has great, spiritual, Divine enjoyments. Carnal delights must be always made subject to these higher ones; they must be restrained or completely suppressed when they hinder spiritual delights. This signifies that it is not to afflict man that food and drink are temporarily forbidden him by the Church, not to limit his freedom, as worldly people say, but it is done in order to afford him true, lasting, and eternal delights; therefore meat or flesh food, and wine and spirits, are forbidden (during Lent), especially by reason of the fact that man is very dear to God, and in order that his heart should cling to God alone, and not to anything perishable, unworthy of him. But man, perverted by sins, easily attaches himself to earthly pleasures, forgetting that his true enjoyment, his true life, is the eternal God, and not the pleasant excitation of the flesh.

The incorporeal enemy enters the heart of man through satiety and drunkenness — this can be felt by anyone who is observant. This is the reason why, with the growth of drunkenness, the inclination to drunkenness increases so terribly (because the power of the enemy over the man increases) — this is why you notice in drunkards a power involuntarily drawing them to satisfy their passion or their inward craving for wine. The enemy is in the hearts of these unhappy people. How can the demon of drunkenness be driven out? By prayer and fasting. The enemy enters the hearts of men because they have given themselves up to a carnal mode of life — to gluttony, and because they do not pray. It is, therefore, natural that he can be driven out from them by opposite means — that is, by prayer and fasting.

Și cu totul strâmtorat.

*De asemenea la oameni
Două cete se vădesc:
Unii înmulțesc „Talanții”,
Alții „rău îi cheltuiesc”.*

*Sunt – adică – credincioșii
Cei cu trai neprihănit,
Și pe urmă sunt „pierduții”,
Cei cu duhul răzvrătit.*

*Cei dintâi urmează drumul
Cel plăcut lui Dumnezeu,
Cei din urmă sunt „mezinii”,
Cari se abat mereu.*

*Deci prin „sita cunoștinții”,
Oamenii fiind cernuți,
Unii se gădesc „acasă”,
Alții însă sunt „pierduți”.*

FAPTELE MILOSTENIEI TRUPEȘTI

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 SUFLETEȘTI

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

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci



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 mulți care tradează forma trupului, etc îi pot ispiti 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 necuviințioasă.

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 pacătuieste ci și pe cea care ispiteste: *”vai omului aceluia prin care vine sminteala”*.

Sfinții părinți consideră păcat orice purtare 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 vătămă sufletul nevinovat al pruncilor. Pe stradă și la servicii trebuie avut grijă să nu fie ispitiți în nici un fel cei din jur.

La biserică portul indecent înseamnă blestem și afurisenie.

În îndreptarul de rugăciune al părintelui Cleopa, se întreabă:

”57. Nu cumva când vii la biserică, te împodobești cu bluze și fuste transparente, cu capul descoperit, în pantaloni și faci sminteala barbatilor, trufindu-te cu acestea?

Să știi că rugăciunea nu-ți este primită dacă vii așa. În loc să te folosești, pleci cu blestem și afurisenie înapoi.”

Să luăm aminte asadar cum ne îmbrăcăm, iar purtarea noastră să fie marturie a credinței puternice și a dragostei pentru Hristos.

Despre Rugăciune

”Rugăciunea este una dintre puterile cele mai însemnate și principale, care îl fac pe cel care se roagă, să renască, dându-i bună dispoziție trupestă și duhovnicească.” *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. Gândurile, 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 jertfeste Hristos pe Jertfelnic pentru mântuirea noastră!” *Protosinghel Ioil Gheorghiu*

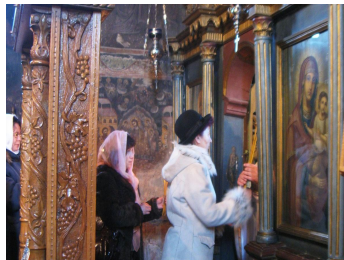
”Umblă în sfânta biserică cu multă frică și evlavie, știind că Hristos este de față cu adevărat și vede tot ce faci.” *Protosinghel Ambrozie Dogaru.*

”Când lipsește rugăciunea, nevointa, paza minții, pocăința, privegherea, Spovedania, Dumnezeiasca Impartășanie, cercetarea cuvintelor dumnezeiești, toate acestea, atunci raul va veni din destul înlauntrul nostru. Lipsa

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci

acestora se face pricina intrarii relexor in sufletul nostru."Avva Efrem Filotheitul

Cum scriem un pomelnic?



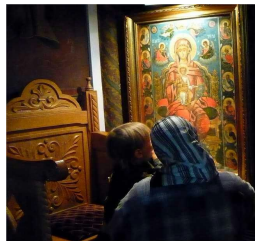
- Pe pomelnic se trec doar numele de botez pentru care cerem sprijinul lui Dumnezeu;
- Pe pomelnic se trec **numai ortodocșii**, pentru că harul lui Dumnezeu nu lucrează împotriva voinței libere a necredinciosului; dacă se trec și cei de alte credințe trebuie să se menționeze în paranteză (neortodox),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

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci

- 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 fapturilor, 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. Învednicește-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)

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838
3 aprilie 2016, Duminica a treia din Post, a Sfintei Cruci

*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.*