

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**



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



*“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.”*

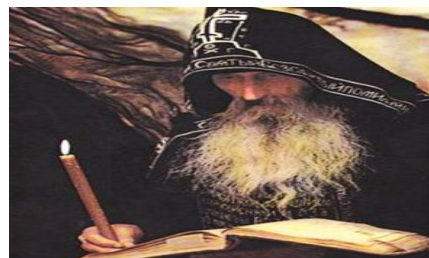
**Ajutati sa creasca Biserica lui Hristos! Cel care ajuta Biserica pe sine se ajuta!**

*“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

**Cuvinte din Pateric**



**Duminica Pogorarii Sfantului Duh**

*Evangelia Duminicii  
(Ioan 7, 37-53; 8,12)*

*In ziua cea de pe urmă - ziua cea mare a praznicului – a șezut Iisus între ei și a grăit cu glas mare, zicând: cui îi este sete, să vină la Mine și să bea. Celui ce crede în Mine, precum a zis Scriptura: râuri de apă vie vor curge din pântecele lui. Iar aceasta a zis despre Duhul pe Care aveau să-l primească cei ce cred într-Însul. Pentru că până atunci Duhul nu fusese dat, căci Iisus încă nu se preamărise.*

*Deci mulțimi din popor, auzind cuvintele acestea, ziceau: cu adevărat Acesta este Proorocul. Alții ziceau: Acesta este Hristos. Iar alții ziceau: oare, din Galilea va să vină Hristos? N-a zis, oare, Scriptura că Hristos are să vină din neamul lui David și din orașul Betleem, de unde a fost David? Și astfel s-a făcut dezbinare în popor pentru El; iar unii dintr-înșii voiau să-L prindă, dar nimeni n-a pus mâna pe Dânsul. Deci servitorii templului au venit la căpeteniile preoților și la farisei. Aceștia i-au întreat: de ce nu L-ați adus? Dar servitorii au răspuns: niciodată nu a grăit vreun om, ca Omul Acesta. Atunci fariseii le-au zis: nu cumva și voi ați fost amăgiți? Nu cumva a crezut în El cineva dintre*

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

*căpetenii sau dintre farisei? Dar gloata aceasta, care nu știe legea, este blestemată! Atunci Nicodim, cel care venise noaptea la Iisus și care era unul dintre ei, le-a zis: oare legea noastră osândește pe om fără să-l asculte mai întâi și fără să știe ce a făcut? Dar ei au răspuns și i-au zis: nu cumva și tu ești din Galileea? Cercetează și vezi că prooroc din Galileea nu s-a ridicat. Și s-a dus fiecare la casa sa. Deci iarăși le-a vorbit lor Iisus, zicând: Eu sunt Lumina lumii; cel care-Mi urmează Mie nu va umbla în întuneric, ci va avea Lumina vieții.*

---

*The Promise of the Holy Spirit*

*On the last day, that great day of the feast, Jesus stood and cried out, saying, "If anyone thirsts, let him come to Me and drink. He who believes in Me, as the Scripture has said, out of his heart will flow rivers of living water." But this He spoke concerning the Spirit, whom those believing in Him would receive; for the Holy Spirit was not yet given, because Jesus was not yet glorified.*

*Therefore many from the crowd, when they heard this saying, said, "Truly this is the Prophet." Others said, "This is the Christ."*

*But some said, "Will the Christ come out of Galilee? Has not the Scripture said that the Christ comes from the seed of David and from the town of Bethlehem, where David was?" So there was a division among the people because of Him. Now some of them wanted to take Him, but no one laid hands on Him. Then the officers came to the chief priests and Pharisees, who said to them, "Why have you not brought Him?" The officers answered, "No man ever spoke like this Man!" Then the Pharisees answered them, "Are you also deceived? Have any of the rulers or the Pharisees believed in Him? But this crowd that does not know the law is accursed." Nicodemus (he who came to Jesus by night, being one of them) said to them, "Does our law judge a man before it hears him and knows what he is doing? They answered and said to him, "Are you also from Galilee? Search and look, for no prophet has arisen out of Galilee." And everyone went to his own house.*

*Intru aceasta zi, cuvânt din Pateric despre ascultare.*

Ava Siloan avea un ucenic în Schit, Marcu cu numele, și acesta avea un mare dar de ascultare și era scriitor bun. Și-l iubea bătrânul pentru ascultarea lui. Și avea, încă, și alți unsprezece ucenici, cuprinși de invidie, ca-l iubea bătrânul mai mult pe acela, decât pe ei. Și, auzind, bătrânul s-a mahnit. Și au venit, într-una din zile, către avă, bătrânii și vorbeau cu dansul. Iar el, luându-i pe ei, a ieșit și a bătut la fiecare chilie, zicând: "Frate, vino ca am trebuința de tine". Și nici unul dintre ei nu au urmat chemarea lui, îndată. Și, venind la chilia lui Marcu, a bătut în ușa lui, zicând: Marcu!" Iar el, auzind glasul bătrânului, îndată a ieșit afară. Și l-a trimis la o ascultare. Și zicea bătrânilor: "Unde sunt ceilalți frați, părinților?" Și, intrând în chilia lui Marcu, și deschizând caietul lui, au găsit ca pusese mâna să facă litera "O". Și, auzind glasul bătrânului, n-a mai întors condeiul, să împlinească litera. Deci, au zis bătrânii: "Cu adevărat, pe care tu îl iubești avă, și noi pe acesta îl iubim, pentru că și Dumnezeu pe acesta îl iubeste". Dumnezeuului nostru slava, acum și pururea și în vecii vecilor! Amin.

**PROGRAMUL LITURGIC**  
**AL ZILELOR URMĂTOARE**

---

**Sambata 18 iunie**  
5:00 PM Slujba Vecerniei

---

**Duminica 19 iunie**  
**Duminica a 8-a după Paști( Rusaliile)**  
**+ Pogorarea Duhului Sfant**  
8:30 AM Slujba Utreniei  
9:30 AM Sfânta Liturghie  
11:30 AM Vecernia plecării genunchilor

---

**Luni 20 iunie**  
**+Sfânta Treime**  
8:30 AM Sfânta Liturghie

---

**Vineri 24 iunie**  
**+Nasterea Sfantului Prooroc Ioan Botezatorul**  
8:30 AM Sfânta Liturghie

---

**Sambata 25 iunie**  
5:00 PM Slujba Vecerniei

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

*Then Jesus spoke to them again, saying, "I am the light of the world. He who follows Me shall not walk in darkness, but have the light of life."*

*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 ți 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*



**Pogorârea Duhului Sfânt – Rusaliile**

*Se mai numește Cincizecime pentru că se sărbătorește la 50 de zile de la Învierea Domnului și pentru că atunci sărbătoreau și evreii praznicul Cincizecimii. Se numește Pogorârea Sf. Duh pentru că în această zi S-a pogorât Duhul Sfânt sub forma*

---

**Duminica 26 iunie**  
**Duminica întâi după Rusalii ( A tuturor Sfinților)**  
8:30 AM Slujba Utreniei  
9:30 AM Sfanta Liturghie

**Anunturi:**

**-Detalii despre taberele de vara pentru juniori si seniori organizate de ROEA -Vatra Romaneasca se gasesc aici:**

<http://www.roea.org/campvatrajuniors.html>  
<http://www.roea.org/campvatraseniors.html>



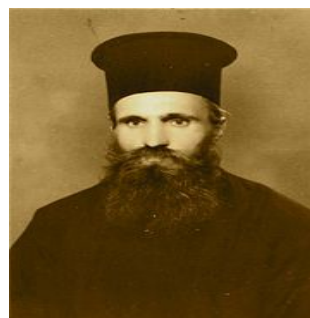
[July 17-30, 2016](#)  
[Ages 11-13](#)  
[Vatra Romaneasca](#)  
[Grass Lake, Michigan](#)



[July 3-16, 2016](#)  
[Ages 14-17](#)  
[\(entering grades 9-12 in Fall\)](#)  
[Vatra Romaneasca](#)  
[Grass Lake, Michigan](#)

---

**Sfantul Ioan Iacob**



**RUGACIUNE**

*Doamne, Dumnezeuul nostru,*

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

limbilor de foc (lumină mare) asupra Sfinților Apostoli, care din acea zi au început propovăduirea Evangheliei în lume, după porunca Mântuitorului: „Mergând, învățați toate neamurile, botezându-le...” (Matei 28, 19). În ziua aceea, în urma predicii Apostolilor, s-au botezat 3000 de oameni, constituind prima comunitate creștină din Ierusalim. De aceea, această zi a Cincizecimii este și sărbătoarea întemeierii Bisericii creștine (Fapte 2, 41). Este după Sf. Paști, cea mai veche sărbătoare creștină, fiind prăznuită încă din vremea Apostolilor. Din vechime, evreii aveau o sărbătoare numită Cincizecime care era închinată primelor roade, fructe și flori. Ca un ecou al acestor tradiții, în biserici se aduc de către creștini și se împart frunze verzi de tei sau nuc, pe care întâi le binecuvăntează preotul; acestea simbolizează limbile de foc ale puterii Sf. Duh care s-au pogorât asupra Apostolilor. De această sărbătoare este legată și pomenirea morților care se face în sâmbăta dinainte, numită „Moșii de vară”. Luni, după Rusalii, “Lunea Rusaliilor” se sărbătorește Sf. Treime, numită și Lunea Sfantului Duh. Informații despre sărbătoarea Rusaliilor avem în Noul Testament (Fapte 20, 16; I Corinten 16, 8), în Constituțiile Apostolice (sec. I-II) și la Sfinții Părinți din primele veacuri creștine (Sf Irineu, Tertulian, Origen), sinodul din Elvira, Sinodul I ecumenic, Ecgria (sec. IV) ș.a.



**Ce trebuie sa faca sotii ca sa creasca copii buni si sanatosi ?**

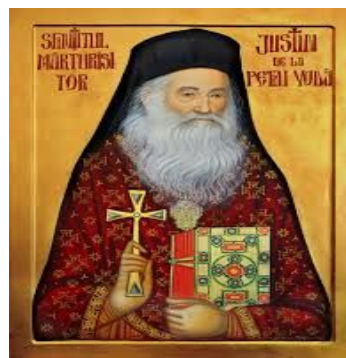
**Parintii, daca doresc sa creasca copii buni, intelepti si sanatosi, trebuie ca ei sa fie mai intai buni, credinciosi, ascultatori de Biserica si plini de frica lui Dumnezeu. Caci copiii sunt de fapt " copii " ale parintilor lor. Ce vad si ce aud in casa de la parinti aceea fac.**

**Dupa nastere, parintii sunt datorii sa se ocupe mai mult decat orice de educarea si buna crestere a copiilor. Mai intai sa caute nasi credinciosi copiilor lor. Apoi sa-si duca regulat copiii la biserica, sa-i impartaseasca cu Sfintele Taine, sa-i invete de mici rugaciuni si lucruri bune, sa nu-i smineasca cu cuvintele si faptele lor, caci sminteala pe care o fac parintii copiilor lor este un pacat greu in fata lui Dumnezeu, cu urmari cumplite in viata copiilor. Cei mai multi copii ajung rai in viata, datorita pacatelor pe care le-au deprins de la parintii lor din copilarie. De asemenea, copiii trebuie sa fie invatati, atat de parinti si nasi, cat mai ales de preotul satului, frica de Dumnezeu, dreapta credinta, omenia, mila, smerenia, ascultarea si cunostinta Sfintei Scripturi. Trebuie sa fie deprinsi de mici cu postul, cu rugaciunea regulata, cu spovedania, cu mila fata de cei lipsti si respect fata de cei**

***Cel bogat în îndurări,  
Luminează-mi totdeauna  
„Pământestile cărări”!***

***Mila Ta cea părintească  
Îndulcește viața mea,  
Dar cutremur mă cuprinde  
Că, nevrednic sunt de ea.***

***Prisosește, Doamne Sfinte,  
Darul Tău dumnezeesc  
Ca să Te cunosc mai bine  
Și mai mult să Te slăvesc!***



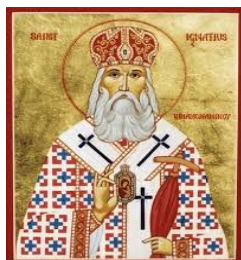
**Parintele Iustin Parvu (1919-2013)**  
**(16 iunie, 2013)**

- ◆ " Raiul este aproape, depinde care îți este natura faptelor. Dacă faci un lucru bun, o faptă generoasă, nu simți că plutești? Ei, atunci intuiești natura Raiului, te simți ca în Rai "  
+++
- ◆ "Omul are atâta sfințenie câtă rugăciune are în el."  
+++
- ◆ "Dacă l-aș iubi pe Dumnezeu m-ar întrista așa de tare păcatul meu, cât de mic ar fi, încât mintea mea nu mai poate fi ațintită către greșelile fratelui."

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO  
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838  
19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)

*lipsiti si respect fata de toti oamenii. Rugaciunea, citirea cartilor bune, ascultarea si respectul fata de parinti, frica de Dumnezeu si exemplul personal dat de tata si de mama sunt cele mai sigure cai si mijloace de educare si crestere crestineasca a copiilor.*

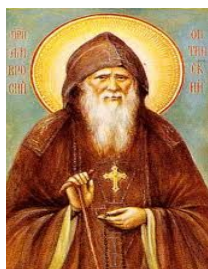
+++



St. Ignatius (Brianchaninov)

- ❖ *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.*

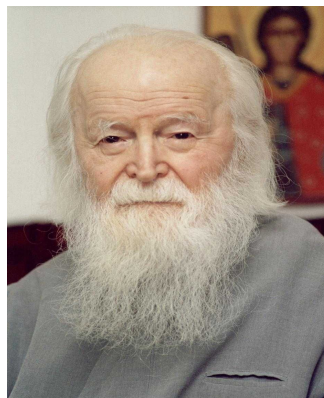


- ❖ *"If you find that there is no love in you, but you want to have it, then do deeds of love, even though you do them without love in the beginning. The Lord will see your desire and striving and will put love in your heart."*

- ❖ *If you do good, you must do it only for God. For this reason you must pay no attention to the ingratitude of people. Expect a reward not here, but from the Lord in heaven. If you expect it here — it will be in vain and you will endure deprivation.*

- ❖ *"If someone offends you, don't tell anyone about it except your elder, and you will be peaceful. Bow to everyone, paying no attention whether they respond to your bow or not. You must humble yourself before everyone and consider yourself the worst of all. If we have not committed the sins that others have, perhaps this is because we did not have the opportunity – the situation and circumstances were different. In each person there is something good and something bad; we usually see only the vices in people and we see nothing that is good." (+ St. Ambrose of Optina)*

Pr.Sofian Boghiu (1912-2002)



- ❖ *"Pentru cel care este creștin, idealul este să se mântuiască, să dorească mântuirea. Adică eliberarea de rău, de întuneric, de ură, de tot ceea ce este rău cu adevărat. Să se elibereze și să intre în lumină, în lumina lui Dumnezeu. Pentru aceasta trăim noi oamenii, pentru această mântuire."*

+++

- ❖ *"Canoanele nu sunt pedepse, ci mijloace de îndreptare. De pildă, pentru păcatele trupești, metaniile sunt tare de folos. Metaniile sunt semn de pocăință. Plecând la pământ cu fruntea, ne umilim și trupul acesta care a greșit înaintea lui Dumnezeu. [...] La spovedanie, repet, aceste canoane sunt mijloace de îndreptare, nu pedepse. Făcând canonul, aduni pace în suflet și credință și dragoste în Dumnezeu."*

+++

- ❖ *"Cel ce nu se căiește din inimă pentru cele ce a făcut, foarte ușor se întoarce și face iarăși aceleași*

HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO  
4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838  
19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)

- ◆ *The devil is afraid of us when we pray and make sacrifices. He is also afraid when we are humble and good. He is especially afraid when we love Jesus very much. He runs away when we make the Sign of the Cross.*

+ St. Anthony the Great

- ◆ *"What is slander? It is every sort of wicked word we would dare not speak in front of the person whom we are complaining about."*

— St. Anthony the Great



După ce poate omul să recunoască o icoană ortodoxă a Maicii Domnului?

Icoanele ortodoxe ale Maicii Domnului se recunosc cel mai degrabă după cele trei stele - una pe frunte, a doua pe umărul drept, a treia pe umărul stâng. Aceste trei stele simbolizează fecioria Fecioarei Maria înainte de naștere, în naștere și după naștere.

După aceea, culorile veșmintelor. Ca regulă, veșmântul Maicii Domnului se zugrăvește în trei culori principale: în auriu, roșu și albastru. Haina de dedesubt este albastră, cea de deasupra roșie, amândouă întrețesute, țesute și împodobite cu aur. Culoarea aurie simbolizează nemuirea, cea roșie - slava și domnia, iar cea albastră - cerurile. Ceea ce înseamnă: înveșmântată în slavă nemuritoare în ceruri este ea, cea oarecând pătimitoare și roabă a Domnului pe pământ.

(Sfântul Nicolae Velimirovici)



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 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 necuviințioase.

*păcate și chiar și mai multe. Spovedania adevărată trebuie să se facă deci cu acest gând serios și cu hotărârea de a nu mai păcătui, adică să urâm atât de mult păcatul, încât mai bine să preferi să mori decât să mai păcătuiești.*

+++

- ◆ *"Ne putem întreba: când împlinește Dumnezeu mai repede rugăciunile noastre? Răspunsul este: când rugăciunea noastră este însoțită de post, de milostenie și de viață fără prihană. Milostenia și postul sunt cele două aripi ale rugăciunii."*

+++

- ◆ *"Când dai, să nu-ți pară rău. Să dai cu bucurie că lângă tine e îngerul care te scrie în cartea cu fapte bune. Iar dacă îți pare rău, nu te poate scrie că te îndoiești în inima ta. Și lui Dumnezeu nu-I plac îndoielile. Dumnezeu e drept și bun și vrea să fim și noi la fel."*

CELE 10 PORUNCI DUMNEZEIESTI

1. Eu sunt Domnul Dumnezeu 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 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.

FAPTELE MILOSTENIEI TRUPESTI

1. A SATURA PE CEL FLAMAND

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

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 acelaia prin care vine sminteala"*.

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



### **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 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*

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.*

***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**

**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

"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 grijile 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*



**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfantului Duh (Rusaliile)**

**HOLY ARCHANGELS MICHAEL AND GABRIEL, ROMANIAN ORTHODOX CHURCH SACRAMENTO**  
**4633 Raley Blvd., Sacramento, CA 95838**  
**19 iunie 2016, Duminica Pogorarii Sfântului Duh (Rusaliile)**