

PAROHIA  
„SF. GHEORGHE” LOZONTSCHI

ADRESA  
Iași, str. Cloșca 18,  
Protopopiatul Iași 1

HARAM  
Sf. M. Mc. Gheorghe (23 aprilie)  
Sf. M. Mc. Ecaterina (25 noiembrie)

PAROH  
Pr. Bogdan Racu | 0731 460050  
COSLUJITOR  
Pr. Paul Rusu | 0787 891968

*Să mărturisească toată limba că Domn este Iisus Hristos, întru slava lui Dumnezeu-Tatăl.*

(Filipeni 2, 11)



# MĂRTURISIREA CREDINȚEI

Publicație lunară editată și distribuită gratuit de Parohia „Sfântul Gheorghe” Lozonschi - Iași

Anul III (2022), Nr. 1 (25), ianuarie

*Să ne cunoaștem credința!*

## Cateheza „Tămăduirea fricii. Frica de Dumnezeu”

O dezbatere actuală

**D**efinită de poeți, filozofi, medici, teologi etc., frica rămâne o experiență care depășește orice definiție, o constantă a oamenilor din toate timpurile. Fiecare are fricile lui și neliniștile cărora le caută răspuns, alinare și dezlegare pe parcursul întregii vieți.

Subiectul catehezei parohiale din luna ianuarie este legat de **frică**, în încercarea de a ne tămădui toate fricile care ne apasă și de a dobândi frica cea bună, având conștiința că cel ce se teme de Dumnezeu nu se teme de nimic.

Pagina 3



Scurt istoric

**G**ândul redactării unei publicații parohiale a existat încă din 2015 la venirea în parohie a noului paroh, însă primul număr a apărut în ianuarie 2020, după aproape cinci ani de împreună lucrare. Cu o apariție lunară și cu un format accesibil, publicația și-a propus să țină enoriașii în legătură cu viața liturgică și duhovnicească pe enoriași, să-i implice în activitățile de catehizare, în cele culturale și social - filantropice, administrative și gospodărești. Din martie 2020, a devenit un important mijloc de a ține legătura unii cu alții, în contextul restricționării accesului credincioșilor în lăcașurile de cult datorită pandemiei. Numerele din primul an de apariție au început cu un gând privind sensul teologic și duhovnicesc al praznicelor împărătești și al sărbătorilor de peste an. Articolele au oferit informații despre posturi, structura anului bisericesc și perioadele acestuia. Rubrica *Dictionar* a explicat cuvinte mai puțin cunoscute din calendarul creștin ortodox. Publicația apare la sfârșitul fiecărei luni, cuprinzând *Programul liturgic* al lunii următoare. În rubrica *Din viața parohiei* au fost prezentate pe scurt activitățile din viața parohiei și anunțate proiectele lunii următoare.

*Viața parohiei*

## Foaia parohială, un instrument pastoral, de informare și de formare

Preot Bogdan Racu

*Îndemnul pastoral* au fost adresate credincioșilor pentru crearea unor deprinderi în biserică și în viața duhovnicească a fiecăruia. Noutatea pe care a adus-o cel de-al doilea an de apariție, pe lângă o nouă formă grafică, a fost implicarea mai multor enoriași ai parohiei în redactarea unor articole și formarea unui grup de corectori ai foii.

### Un nou format

La începutul lunii ianuarie 2022 am realizat un chestionar cu 10 întrebări, pe care enoriașii l-au completat, ajutându-ne să vedem cum este recepțată foaia parohială. Au completat chestionarul în varianta online (google docs) 20 de persoane. Toți respondenții cunoșteau foaia parohială „Mărturisirea Credinței” editată lunar de parohia „Sf. Gheorghe” Lozonschi din Iași. Cei mai mulți dintre ei (57,9%) o citează lunar, 21,1 % o citează ocazional și tot atâția săptămânal. La întrebarea *Cât de*

*mulțumiți sunteți de formatul publicației?* 70 % au răspuns că sunt foarte mulțumiți, iar 30% că sunt mulțumiți. Din răspunsurile posibile la întrebarea *Ce ați schimba la formatul foii parohiale?* majoritatea a optat pentru mai multe pagini (52,9%), apoi pentru scrisul mai mare (29,4%), mai multe imagini (10%), sau au semnalat doar nevoia unei schimbări, fără a detalia. Punctul 5 al chestionarului, care solicita să se precizeze în ce măsură se apelează la conținut pentru informare, a arătat că jumătate din cei care au răspuns apelează ocazional, iar ceilalți tot timpul. 95% dintre respondenți găsesc necesare informațiile cuprinse în foaia parohială, în timp ce o persoană (5%) le găsește parțial necesare. Pe o scală de la 1 la 5, 85 % apreciază ca maximă (cu 5) necesitatea apariției unei publicații parohiale, iar ceilalți 15% o apreciază aproape de maxim (cu 4).

*(continuare în pag. 3)*

*Sfânta Scriptură, izvor al vieții veșnice*

## Să înțelegem Vechiul Testament!

*Cărțile Înțelepciunea lui Isus Sirah, Istoria Susanei și Istoria omorării balaurului și a sfărâmării lui Bel*

### Înțelepciunea lui Isus Sirah

Cele 51 de capitole ale cărții pot fi împărțite astfel: Introducerea (cap. 1), care vorbește despre natura și folosul înțelepciunii, Partea I (cap. 2-43), care cuprinde o colecție de învățături prezentate sub forma unor maxime și sentințe privitoare la toate domeniile vieții, îndemnuri la virtute și la ferirea de păcate și vicii. Ideea principală în jurul căreia se grupează toate este aceasta: Înțelepciunea, care în miezul ei este frica de Dumnezeu, formează temelia moralei. Seria sentințelor este întreruptă de rugăciuni (23, 16), de reguli cu privire la ospete, la păstrarea sănătății și altele (31, 1-32, 13), de instrucțiuni despre înțelepciune. Un imn închinat suveranității lui Dumnezeu asupra naturii încheie partea întâi (42,15-43,33). Partea a II-a (cap. 44-50) cuprinde reflecții istorice elogioase aduse marilor personalități ale poporului Israel, prin care s-a preamărit înțelepciunea lui Dumnezeu (Enoh, Noe, Avraam, Moise, Aaron, Fineas, Iosua, Caleb, Iosia, Isaia, Ieremia, Iezechieel, cei 12 Profeți mici, Zorobabel, Iosua arhiereul, Neemia, arhiereul Simon, fiul lui Onia). Concluzia cărții o formează o rugăciune pentru scăparea dintr-o mare primejdie (51). În carte este schițată toată viața omenească în diferitele ei situații: se arată raporturile între superiori și inferiori, între bogați și săraci, raporturile membrilor singulari față de comunitate, față de stăpânire. Autorul vorbește despre datoriile fiecărui om în parte și față de sine însuși.

” A sta neclintit în împrejurări aspre și a răbda relele; a aștepta sfârșitul încercării și a nu da drumul iuțimii la întâmplare; a nu vorbi cuvânt neînțelept, nici a gândi ceva din cele ce nu se cuvin unui închinător al lui Dumnezeu, sunt semnele îndelungatei răbdări (...). Multe din cele ce ni se întâmplă, ni se întâmplă spre îndrumarea noastră sau spre stingerea păcatelor trecute, sau spre îndreptarea neatentei prezente, sau spre ocolirea păcatelor viitoare. Cel ce socotește că pentru una din acestea i-a venit încercarea, nu se răzvrătește când e lovit, nici nu învinovățește pe acela prin care i-a

venit încercarea, căci fie prin acela, fie prin altul, el a avut să bea paharul judecăților dumnezeiești. Ci el privește spre Dumnezeu și-I mulțumește Lui, Care a îngăduit încercarea, și se învinovățește pe sine și primește certarea cu inimă bună” (Sf. Maxim Mărturisitorul, *Capete teologice* - interpretare la Sir 1, 22-23).



” Dacă se roagă cineva numai cu gura, iar mintea îi rătăcește, ce a folosit? Dacă unul zidește și altul dărâmă, nu rămâne nimic, fără numai osteneala. Ci, precum lucrează cu trupul, așa e dator să lucreze și cu mintea, ca să nu afle în ce privește trupul, drept, iar cu inima, plin de toată trândăvia și necurăția” (Sf. Grigorie Sinaitul, *Împotrivirea lui Grigorie Sinaitul* - interpretare la Sir 24, 23).

” Din roade poți cunoaște lumina ce luminează în sufletul tău dacă e a lui Dumnezeu sau a satanei. Salata este asemenea măcrișului la vedere și oțetul asemenea vinului, dar gătjelul le cunoaște din gustare și deosebește pe fiecare. Așa și sufletul, dacă are putere de a deosebi, cunoaște din simțirea minții darurile Duhului Sfânt și nălucirile satanei” (Sf. Grigorie Sinaitul, *Despre amăgire* - Interpretare la Sir 25, 18-19).

### Istoria Susanei

Este un adaos la cartea profetului Daniel care povestește despre Susana, tână soție a unui iudeu bogat numit Ioachim, care trăia printre exilații din Babilon, care este ademenită spre păcate trupești de doi bătrâni judecători ai comunității din anul acela. Nereușind în tentativa lor, o acuză pe nedrept de adulter, dorind să o ucidă cu pietre, conform legii mozaice. După o scurtă și formală judecată, la rugăciunea nevinovatei Susana, Dumnezeu trimite un duh de înțelepciune tânărului Daniel, care îi determină pe bătrânii poporului să redeschidă procesul ca să ia apărarea inculpatei. Poporul admite această cerere și îi oferă conducerea pentru aflarea adevărului. Daniel deci-

de ca cei doi bătrâni să fie chemați separat la interogatoriu, fiind astfel demascată acuza lor minciunoasă și condamnați la moarte.

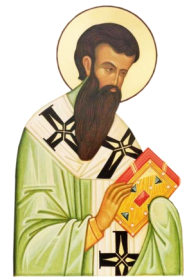


” Cuvântul *rai*, în grecește paradis, în latinește însemnează grădină. Astfel, despre Susana se spune că era în grădină. Și despre Adam citim că era în grădină. De aceea să nu te miri că în unele

scrieri raiul este numit paradis, în altele grădină. Acolo este deci soția nepătată, unde este și fecioara. Chiar dacă fecioara își are semnul neprihănirii sale, totuși locul amândurora este în rai, pentru ca, împotriva arșiței trupului și a căldurii cărnii, să se răcorească sub umbrarul virtuților. Așadar, raiul este în centrul sufletului nostru, împădurit cu plantațiile celor mai multe și mai felurite păneri, între care crește în primul rând pomul vieții. Dumnezeu, rădăcina evlaviei, este ființa vieții noastre, dacă ne încredințăm cu toată inima” (Sf. Ambrozie al Mediolanumului, *Scrisori* - interpretare la Susana)

### Istoria omorării balaurului și a sfărâmării lui Bel

Este un adaos la Cartea lui Daniel, compus din două episoade care îl pun în evidență pe Daniel ca tânăr înțelept și credincios. În primul episod se relatează distrugerea idolului Bel și uciderea preoților care îi slujeau, iar în cel de-al doilea este expusă uciderea unui balaur înfricoșător. Ambii erau adorați de păgânii babilonieni și, prin distrugerea lor, se arată efemeritatea idolatriei. Chiar dacă este aruncat într-o groapă cu lei pentru aceste fapte, datorită statorniciei sale în dreapta credință, tânărul proroc este salvat de Dumnezeu.



” Groapa din Babilon avea în ea un tânăr israelit; era rob prin necazul venit asupra lui, dar liber cu sufletul și cu cugetul. Ce s-a întâmplat? Lei, împotriva firii lor, posteau, iar Avacum, cel ce-l hrănea pe tânărul israelit, era purtat prin văzduh, adus fiind de inger, atât el, cât și merindele. Și ca să nu moară de foame tânărul cel drept, profetul Avacum străbătea în scurt timp drumul care se întindea peste atât pământ și mare din Iudeea până în Babilon” (Sf. Vasile cel Mare, *Omilii și cuvântări* - interpretare la Bel 40-46).

*Să ne cunoaștem credința!*

## Cateheza „Tămăduirea fricii. Frica de Dumnezeu”

### Ce este frica?

Sfinții Părinți pun între patimi frica și toate stările de suflet asemănătoare teama, spaima, panica, anxietatea, angoasa, disperarea. În general, frica este provocată de pericolul unei pierderi sau de o suferință, de ideea sau sentimentul că am putea pierde lucrul pe care-l dorim sau pe cel de care ne-am legat. Trebuie să facem distincția între două feluri de frică:

1, a) Frica după fire (instinctul de conservare) care se manifestă ca frică de moarte.

b) Frica de Dumnezeu, care începe ca frica de pedeapsa dumnezeiască și se desăvârșește ca frica de a nu fi despărțit de Dumnezeu.

Frica după fire și frica de Dumnezeu au fost date omului prin creație pentru a păzi porunca.

2) Frica ce este urmare a păcatului strămoșesc vine din alipirea de lume, bunurile ei, desfătarea simțurilor și iubirea vieții de aici.

### Cauzele fricii ca patimă:

\* Relația patologică cu Dumnezeu (des-părțire de izvorul vieții, absolutizarea realității sensibile).

\* Negarea lui Dumnezeu ca proniator (omul se bazează pe propriile puteri, lipsa de credință în purtarea de grijă a lui Dumnezeu).

\* Lipsa de credință în bunurile duhovnicești

\* Încrederea în chip zadarnic în bunurile materiale

\* Caracterul patologic dat de imaginație. „Spaima care duce la încremenire este frica rezultată dintr-o mare închipuire”, arată Sfântul Ioan Damaschin.

\* Frica iscată și prilejuită de alte patimi, mai ales mândria și trândăvia

\* Frica legată direct de lucrarea diavolilor care contribuie la apariție și se folosesc de ea ca de un teren prielnic.

### Cum se poate tămădui frica și dobândi frica de Dumnezeu?

\* Dezlipirea de cele lumești;

\* Aducerea aminte de moarte;

\* Cercetarea deasă a conștiinței;

\* Recunoașterea propriei păcătoșenii;

\* Stând în preajma unui om duhovnicesc care are această virtute;

\* Frica de Dumnezeu este rodul credinței;

\* Convingerea că ea este un dar care trebuie cerut prin rugăciune.

\* Este legată de lucrarea poruncilor (se supune voii lui Dumnezeu cuprinsă în poruncile Sale);

### Roadele fricii de Dumnezeu:

\* îl întoarce pe om de la rău;

\* îl curăță pe om de tot păcatul și de toată patima (mai ales akedia, uitarea și negrija, lipsa de curaj a sufletului și moleșeala, învârtoșarea inimii și nesimțirea sufletească);

\* curăță sufletul de poftele trupești, de gândurile rele și nălucirile necurate;

\* de folos pentru paza inimii, fără de care nu se poate ajunge la rugăciunea curată, la iubirea desăvârșită și la iubirea lui Dumnezeu;

\* aduce virtuțile în suflet conducând la făptuirea binelui;

\* îl face pe om să-și pună nădejdea în Dumnezeu;

\* izvor al stărilor de căință ale sufletului, pe care le sporește și le întărește; face rugăciunea curată pentru că aduce trezvia sufletului;

\* este izvorul smereniei; duce la cunoașterea duhovnicească

### Frica de Dumnezeu – condiție a mântuirii

Cele 2 forme (frica de judecata lui Dumnezeu și frica de a nu fi despărțit sau înstrăinat de Dumnezeu) sunt trepte ale acestei virtuți. Frica contribuie la curățirea omului de păcate și la atingerea nepătimirii.

### RECAPITULARE:

Să descoperim cum ne vorbesc despre frică rugăciunile dimineții și cele de seară, urmărind care sunt semnificațiile fricii despre care ne vorbește slujba Sfintei Liturghii.

### ASOCIERE

Sf. Isaac asociază frica de Dumnezeu cu un văslaș, arătând că ea este cea care-l mișcă și-l îndrumă pe om spre pocăință și îndeosebi prin ea se ajunge la curăția inimii.

### GENERALIZARE

Omul capătă statornicie și bărbăție sufletească, atât în fața necazurilor și tulburărilor din această viață, cât și în fața vrăjmașilor cu care are a se război pe calea nevoiței; în vreme ce, dacă a părăsit frica, dimpotrivă, se arată nevolnic, supus împrăstierii și schimbării lucrurilor din lume și înstrăinat de bine. (Sf. Isaac Sirul)

### APLICARE

◆ Dezlipirea de bunurile materiale.

◆ Lăsarea în grija lui Dumnezeu.

◆ Credința în ajutorul lui Dumnezeu. Cel ce crede cu tărie în Dumnezeu și în purtarea Sa de grijă are siguranța că va primi de la El în orice împrejurare ajutor și apărare, și deci n-are a se teme de nimic, nici de întâmplările vieții, nici de dușmânia oamenilor, nici chiar de moarte.

◆ Leacul cel mai puternic împotriva fricii este „rugăciunea lui Iisus”. „Semnul că s-a ajuns la ea (rugăciunea adevărată) este că omul nu se mai tulbură chiar dacă lumea întreagă s-ar porni împotriva lui” (Sf. Varsanufie).

◆ Rugăciunea ca Dumnezeu să alunge frica. „Dacă cerem de la Domnul, El ne dă putere și ne ajută să scăpăm de frică” (Ava Ioan din Singurătate).

◆ Lepădarea voii proprii și o stare de smerenie. „Taie voia ta în toate și păstrează smerita cugetare (...) și vei fi izbăvit prin harul lui Dumnezeu. Și oriunde vei fi, neliniștea nu va avea putere asupra ta.” (Sf. Varsanufie).

◆ Prin iubire: „În iubire nu este frică, ci iubirea desăvârșită alungă frica (...)” (I In 4,18). Sf. Simeon Noul Teolog „cel ce se teme de Domnul nu are frică de asaltul dracilor, nici de neputințioasele lor atacuri, dar nici de amenințările oamenilor răi”.

### *Viața parohiei*

## Foaia parohială, un instrument pastoral, de informare și de formare

Preot Bogdan Racu

*(continuare din pag. 1)*

În topul preferințelor celor mai apreciate rubrici ale foii parohiale editate până acum se află prezentarea cărților Vechiului Testament pe care le citim în biserică însoțite de tâlcuiri ale Sfinților Părinți.

Raportându-se la realitatea pastorală din parohia noastră, având posibilitatea bifării mai multor opțiuni de răspuns, enoriașii care citec foaia parohială consideră că este potrivit pentru o foaie parohială următorul tip de conținut: conținut teologic (liturgic, patristic, dogmatic) - 85% dintre răspunsuri; aspecte practice - 70%; activități din parohie - 85%; program liturgic - 70%; știri regionale - 25%; aghiografie - 40%; puncte de vedere - 25%; articole din mass-media bisericească - 35%. Ultima întrebare a chestionarului a arătat cât de importantă este prezența prin materiale publicate ale credincioșilor în cadrul foii parohiale.

Dintre cei care au răspuns, mai mult de jumătate au dat mărturie cât de mult pot folosi experiențele personale pentru întărirea în credință.

## Rânduielei liturgice

# Moșii de iarnă și motivul pomenirii celor adormiți în Sâmbăta dinaintea Duminicii lăsatului sec de carne (a Infricoșătoarei Judecăți)

**E**ste una din zilele pentru pomenirea generală a morților din cursul anului bisericesc ortodox, care se serbează anul acesta în ziua de 26 februarie.

### Explicații

Biserica Ortodoxă a consacrat pentru pomenirea generală a morților o zi liturgică pe săptămână, și anume sâmbăta. De aceea, în slujba Miezonopticii de sâmbătă, din Ceaslov, figurează cântări și rugăciuni speciale, în care ne rugăm și mijlocim pentru morți, iar în Octoih, cântările pentru sâmbătă, de la toate cele opt glasuri, care se combină cu cele ale sfinților din Mineie, sunt în marea lor majoritate consacrate pomenirii morților și mijlocirii pentru ei.

Dar îndeosebi două dintre sâmbetele din cursul anului bisericesc sunt consacrate în chip special, în toate Bisericile Ortodoxe, pomenirii generale a morților, prin cântări și rugăciuni înscrise în rânduiala de slujbă din cărțile liturgice respective (Triod și Penticostar), și anume:

- Sîmbăta dinaintea Duminicii lăsatului sec de carne** (a Infricoșătoarei Judecăți)
- Sîmbăta dinaintea Duminicii Pogorării Duhului Sfânt** (Sâmbăta Rusaliilor).

Amîndouă aceste zile poartă în popor și denumirea de **Moși** (cea dintii : *Moșii de iarnă*, cealaltă *Moșii de vară*), pentru că în ele facem pomenire despre părinții, moșii și strămoșii noștri cei din veac adormiți.

În Sâmbăta dinaintea Duminicii lăsatului sec de carne facem pomenirea morților, pentru că în duminica următoare Biserica a rânduit să se facă pomenire de a doua venire a Domnului și de Infricoșătoarea Judecată, care îi va urma și la care ne vom înfățișa cu toții. De aceea, întrucât mulți dintre dreptii Vechiului Testament au închis ochii fără să vadă pe Mântuitorul făgăduit și așteptat, iar mulți dintre creștini au murit pe neașteptate și fără pregătirea sau fără pocăința necesară, Biserica face mijlocire pentru toți aceștia, ca Dumnezeu să-i învrednicească de milostivirea Sa, să-i judece cu blindețe și să-i așeze în ceata dreptilor.

Sinaxarul zilei atribuie rânduielelor pentru morți din slujba acestei sâmbete o adâncă vechime, considerându-le din vremea Sfinților Apostoli. Ele sînt însă, probabil, mult mai noi, și anume posterioare secolului VI, cînd s-a făcut fixarea definitivă a pericopelor biblice citite în duminicile din cursul anului bisericesc. Frumoasele cîntări din slujba zilei, în care se exprimă și rostul sau motivele instituirii acestei sîmbete, sînt alcătuite de imnografi din secolele VIII-IX: Sf. Ioan Damaschinul, Sf. Teodor Studitul și Sf. Teofan Mărturisorul (Ene Braniște, *Liturgica generală*, Editura IBMBOR, București, 1993, p. 271-272).

### Din cântările slujbei

”Astăzi, credincioșii săvârșind pomenirea tuturor morților celor din veac, anume: a celor ce în credință au viețuit creștinește, să laudăm pe Mîntuitorul și Domnul și să cerem cu deadinsul, ca să dea ei răspuns bun, în ceasul judecății, la Însuși Dumnezeu nostru, Cel ce va să judece tot pămîntul, dobîndind cu bucurie starea cea de-a dreapta Lui, în partea dreptilor și în moștenirea cea luminată a sfinților; ca să se facă vrednici împărăției Lui celei cerești”.

”Pe părinți, pe bunici, pe moși, pe strămoși, de la cei dintâi până la cei din urmă, care au murit în bună lege și în dreaptă credință, pe toți pomenește-i, Mîntuitorul nostru.”

”Făcînd astăzi pomenirea tuturor celor ce au murit în dreapta credință din veac, Doamne, stăruitor strigăm Tie: Pe toți odihnește-i cu sfinții Tăi.”

”Pentru ce se înșeală omul, lăudându-se ? De ce se tulbură în deșert lutul, cel ce peste puțin iarăși aceeași se face? Căci nu socotește țărâna, că praf este frămîntătura, lepădare putrejunii și stricăciunii! Deci de vreme ce lut suntem noi oamenii, pentru ce ne lipim de pămînt? Și deoarece suntem de un neam cu Hristos, de ce nu alergăm la Dînsul? Deci toată viața cea muritoare și curgătoare lăsînd, să urmăm vieții celei nestricăcioase, care

## Program liturgic februarie 2022

### MARȚI, 2 februarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie

### DUMINICĂ, 6 februarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie

### VINERI, 11 februarie

17:00 Sf. Maslu, Spovedanie

### DUMINICĂ, 13 februarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie  
11:00 Slujba Aghiasmei mici

### DUMINICĂ, 20 februarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie

### VINERI, 25 februarie

06:30 Ceasurile  
07:00 Sf. Liturghie  
17:00 Sf. Maslu, Spovedanie

### SÂMBĂTĂ, 26 februarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie  
11:00 Pomenirea celor adormiți (Moșii de iarnă)

### DUMINICĂ, 27 ianuarie

07:30 Utrenia  
09:00 Sf. Liturghie  
11:30 Cateheza „Tămăduirea slavei deșarte”

este Hristos, luminarea sufletelor noastre.”

### Îndemnuri practice

- Aprindeți o lumânare la mormîntul celor adormiți!
- Pregătiți și oferiți jertfă pentru sufletele lor, implicînd și pe ceilalți din familie în această lucrare!
- Vorbiți celor din familie, mai ales celor tineri, despre felul de a fi al celor adormiți, și despre faptele lor bune!
- Participați la Sfînta Liturghie din 26 februarie și împărtășiți-vă. Acesta este modul cel mai profund prin care putem să-i simțim alături și să ne rugăm pentru odihna sufletului lor!
- Ascultați cu atenție Sinaxarul acestor zile, pe care-l vom citi la momentul înainte împărtășirii credincioșilor (chinonic), care vorbește despre folosul pomenirii celor adormiți!
- Cercetați pliantul „Rugăciunile pentru cei adormiți (argumente biblice)”!