

Inima în marele post Sf. Nicolae Velimirovici

CEA DINTÂI SĂPTĂMANĂ (03-09.03.2025)

„Fiule, dă-mi inima ta!, zis-a Domnul” /Pilde 23:26/

*Postul înseamnă slăbirea legăturii inimii cu lumea și întărirea legăturii inimii cu Dumnezeu. Amintește-ți și cugetă la aceasta în cea dintâi săptămână a Marelui Post. Întărirea legăturii cu Dumnezeu aduce bucurie în inimă. De aceea se citește la începutul Postului din cărțile bisericești: „Iată, a venit veselitoarea vremea postului!”**

1. Care este legătura dintre mine și Dumnezeu?
2. Cum să întăresc legătura dintre inima mea și Dumnezeu?
3. Amintește-ți de Sfinții și Sfintele care, prin post și-au umplut inima de dragostea lui Dumnezeu, și-au sfintit trupurile lor, și cu rugăciunea au sfintit țara în care viețuiești.*
4. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămâna aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus? (Identifica lucrurile concrete. De exemplu: „am simțit că Iisus m-a ajutat când am frânat la timp și am oprit milimetric de bara celui din fata, evitând accidentul.”).

A DOUA SAPTAMANA (10-16.03.2025)

„Mai înainte de toate cele ce se păzesc, păzește-ți inima, căci din ea izvorăște viața.” /Pilde 4:23/

*Dacă în cea dintâi săptămână a Postului Mare ți-ai întărit convingerea că inima ta este a Dumnezeului și Tatălui tău; dacă te-ai hotărât cu tărie să i-o dai Lui, atunci în a doua săptămână învață să îți păzești inima. Deprinde-te cu lupta vitejească pentru neîntinarea și curăția inimii tale, pentru a putea întoarce acest dar Celui ce ți-a dăruit toate. Luminează-ți inima cu credința, întărește-o cu nădejdea, încălzește-o cu dragostea, cădește-o cu rugăciunea, curăță-o cu lacrimile, hrănește-o cu Sângele Domnului și o înalță spre cer precum o candelă aprinsă. De aceea, în această a doua săptămână a Postului Mare, înnoiește des sfatul Tatălui: Mai înainte de toate cele ce se păzesc, păzește-ți inima, căci din ea izvorăște viața.**

1. Găsește-ți Timp pentru rugăciune: pot fi 10 minute dimineața, la amiază, sau seara.
2. Care sunt părțile înghețate ale inimii tale? Acele zone pe care simți inerte, fără viață?

3. Participă la taina Sfintei Spovedanii și Împărtășanii. Dacă vrei să știi „la ce folosește” Împărtășania, citește „Trupul omului, potir al trupului Domnului”-Monahia Siluana Vlad, o cărțuie de câteva pagini, dar care îți va oferi multe răspunsuri.
4. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămâna aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus?
Identifica lucrurile concrete. De exemplu: „i-am dat 10 minute doar Lui azi: am meditat la Frumusețea lumii create.” SAU „Am oprit mașina la 1 cm de bara celui din fața mea. Mulțumesc Doamne că ai apăsător frâna!”

A TREIA SĂPTĂMÂNĂ (17-23.03.2025)

„Fie ca inima ta să nu pizmuiească pe cei păcătoși, mai bine fii mereu în frica Domnului.”
/Pilde 23:17/

*În această a treia săptămână a Postului Mare, lărgește-ți inima, ca să iasă toată invidia. Știi cum le grăiește Corinthenilor preînțeleptul Pavel: Gura noastră s'a deschis către voi, Corintheni, inima 15 noastră s'a lărgit. /II Cor. 6:11/ Unde este invidie, gura se strânge și nu vrea să grăiască aproapei, iar inima se strânge, se contractă și se împuținează.**

1. Cum s-ar modifica viața ta dacă nu ar fi contaminată de invidie? Ce ar fi diferit?
2. Identifica ocaziile în care ai simțit invidie în inima ta.
3. Meditează la acest Citat: „Ai grijă să nu te înșeli. Invidia nu se înfățișează sub numele ei adevărat. Curvia se ascunde sub numele dragostei, iubirea de arginți sub numele chiverniselii, jocurile de noroc sub numele divertismentului, beția sub numele iubirii de prieteni, iar invidia sub numele dreptății și egalității. Și în tine însuși invidia se înfățișează ca o revoltă împotriva nedreptății și inegalității. O, dragul meu, ai grijă să nu te înșeli. Tot tâlharul ce vine la ușă strigă: Eu sânt binefăcătorul și prietenul tău. Păzește-te să nu te înșele glăsuirea lui și nu deschide ușa ta.”*
4. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămâna aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus? (Identifica lucrurile concrete).

A PATRA SĂPTĂMÂNĂ (24-30.03.2025)

„Din inimă ies gânduri rele, ucideri, preacurvii, curvii, furtişaguri, mărturii mincinoase, hule. Acestea sânt care spurcă pre om.” /Mat. 15:19/

În această a patra săptămână a Postului Mare, Lasă-te întru totul lui Dumnezeu și spune-i în rugăciune: Tată, în mâinile Tale îmi predau inima. Fă din inima mea ce știi, ca din ea să iasă gândurile bune, și viața, și credințioșia în căsătorie, și sfânta

*dragoste, și cinstirea avuției străine, și mărturisirea cea dreaptă, și slăvirea și lăudarea sfântului Tău nume. Amin.**

1. „Oare nu ai văzut vreun copil căruia maica i-a dat cuțitul să taie pâine, și copilul ține cuțitul, iar mama ține cuțitul copilului? Așa, de fapt, mama e cea care taie cu cuțitul, chiar dacă copilului i se pare altminteri. Dacă copilul împinge mâna mamei, atunci nu va tăia pâinea, ci se va tăia pe sine. Oare nu este aceasta chipul libertății omenești? Oare nu este pildă despre cei slobozi întru bine și cei slobozi întru rău?”*
Libertatea personală – cum alegi să îți trăiești această libertate?
2. Ce înseamnă pentru tine, să îți predai inima Domnului?
3. Cum este să renunți la control, la a controla?
4. Meditează la acest citat „Adâncă e inima omului, zis-a prorocul. O, Doamne, cât de adâncă e inima omului! În inima omului totul se poate cuprinde, dar numai Tu, Dumnezeuul nostru, o poți cuprinde. Și curăția îngerilor și necurăția iadului își poate găsi locul în inima omului. Barometrul inimii omului are însemnate toate gradațiile, de la talpa iadului până în tărâia cerurilor. De aceea s'a zis: Mai înainte de toate cele ce se păzesc, păzește-ți inima, căci din ea izvorăște viața. Izvorăște viață dacă o păzești; iar, de nu o vei păzi, va izvorî toată urâciunea.”*
5. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămâna aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus? (Identifica lucrurile concrete). Dumnezeu lucrează prin oameni. Fii atent/ă la oamenii buni din jurul tău.

A CINCEA SĂPTĂMÂNĂ (31.03-06.04.2025)

„Au trimis Dumnezeu pre Duhul Fiului său în inimile voastre, carele strigă: Avva Părinte.”
/Gal. 4:6/

*În această a cincea săptămână a Postului Mare, tu vei dăruia inima ta lui Dumnezeu. Și când sufletul tău se va liniști, Dumnezeu va trimite Sfântul Duh să primească inima ta, să se sălăsluiască în inima ta și o ia și să o călăuzească. Cum vei simți că adevăratul Duh al lui Dumnezeu a venit în inima ta? E ușor și simplu, spun sfinții purtători de duh: după bucuria și mângâierea ce se va răspândi în întreaga ta ființă. După pacea și liniștea din inima ta. După puterea și tăria și lumina din tine. Și mai ales pentru că nu vei putea vorbi altfel despre Dumnezeu decât zicând: Părinte!**

1. **Meditează** la acest citat: „Știi tu, fiul meu, de ce Maica noastră Biserica Pravoslavnică ne-a rânduit postul? Negreșit, pentru a ne aminti că măcar de sântem făcuți din pământ, nu pământul ne-a făcut, căci și pe el a trebuit cineva să-l zidească. **Ca să ne amintim de cerul care îl purtăm în noi**, în această coajă trupească și pământescă. Și să putem despărți în noi cele cerești de cele pământești, și cele veșnice de cele stricăcioase, și cele netrecătoare de cele trecătoare, și pe călător de mașina călătorului.”*
2. Ce contează de fapt pentru tine, care crezi că este adevărata ta cale?



3. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămana aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus? (Identifica lucrurile concrete)

A ȘASEA SĂPTĂMÂNĂ (7-13.04.2025)

„Fericiți cei curați cu inima că aceia vor vedea pre Dumnezeu.” /Mat. 5:8/

*În această a șasea săptămână a Marelui Post, când vei auzi Evanghelia învierii lui Lazăr din morți, adună-ți gândurile și îndreaptă-le spre inima curată pe care Dumnezeu o vede. Și cearcă curăția inimii tale cu această minune a învierii a celui mort de patru zile. Inima necurată nu îl va vedea pe Dumnezeu în această întâmplare, nici minunea dumnezeiască, și va îndruga povești despre hipnotism, autosugestie și alte magii primite și de știință. Iar tu, dacă aici nu îl vei vedea pe Dumnezeu (în chipul lui Hristos cel Înviat) și nici minunea dumnezeiască în învierea lui Lazăr, înseamnă că încă ai inima necurată. Însă, în nici un caz, nu deznădăjdui. Numai să îți dorești cu adevărat o inimă curată – și Dumnezeu care este dăruitorul tuturor celor bune – îți va da. Nu te îndoi – Dumnezeu îți va da inimă curată, și bucuria ta va fi nemăsurată și nesfârșită.**

1. Fii prezent/ă la slujba și Asculta Evanghelia învierii lui Lazăr.
2. Iisus nu a folosit un discurs motivational când l-a înviat pe Lazăr. Atât a zis: Lazare, ieși afară! . Simplu și la subiect. Pornește de aici: fă și tu ce ai de făcut.
3. „Roagă-l pe Dumnezeu să îți curățească inima, și vei vedea o neașteptată minune în această lume materială, pe care până acum ai privit-o numai cu ochii fără inimă.”*
4. „Inimă curată zidește, Doamne, întru mine! – așa se ruga prorocul și psalmistul David. Și tu așa să te rogi; înnoiește și iar înnoiește această rugăciune, și Dumnezeu îți va dărui inimă curată și văzătoare, și vei vedea înțelesul tuturor lucrurilor și întâmplărilor, și vei cunoaște înțelesul ascuns al fiecărui lucru zidit din aceasta lume.”*
5. Răspunde la întrebarea: Ce a făcut Iisus pentru mine în săptămana aceasta; ce am făcut eu pentru Iisus? (Identifica lucrurile concrete)

SAPTĂMÎNA MARE, A ȘAPTEA SĂPTĂMÂNĂ (14.04-18.04.2025)

„Să iubești pre Domnul Dumnezeul tău, cu toată inima ta.” /Mat. 22:37/

*În această săptămână urmează pașii Domnului Hristos, și fii mereu alături Lui, spre deosebire de judecătorii și chinătorii Lui. Și iubește-l cu toată inima ta.**

1. În săptămana aceasta, în fiecare biserică, în fiecare seară, se retraiesc evenimentele trăite de Hristos în Săptămâna Patimilor. Participa la slujba și va fi mult mai ușor să îi urmezi pașii.



2. Mută-te duhovnicește în acele zile și în acele întâmplări, și sărută-i poala și mânecile veșmintelor, nu îndepărta inima ta de la El. Când îi auzi pe prigonitorii Lui cum șoptesc: „Vinovat e,” tu strigă-le în urechi: „Drept e!” Iubește-l pe Cel ce te iubește, cu toată inima ta!*
3. Când Evreii Îl pălmuiesc, tu întinde mâna ta în apărare și primește palma în locul Lui. Când Îl scuipă, tu spune: Scuipătorilor, ce veți arunca unii altora în față, dacă asupra Lui folosiți tot scuipatul vostru, toată alcătuirea voastră?*
4. Când Pilat Îl întreabă pe tăcutul Domn: Ce este adevărul?, tu mărturisește și spune: Iată, El este Adevărul dumnezeiesc viu și întrupat. Când ostașii Romani Îl biciuiesc, tu stai lângă El și spune arelor: Fiii lupoaicei, veșnici purtători de moarte, nu biciuiți pe Mielul lui Dumnezeu cel purtător de viață, Care dă viață împărăției voastre a morții.*
5. Mergi după El pe Calea Patimilor, și poartă crucea Lui împreună cu Simon Kirineanul, și împreună cu fericita Veronica șterge-i fața de praf și sânge, și împreună cu Mironosițele plângi și umezește-ibuzele uscate cu un pahar de apă rece, și răcorește-i fruntea în erbântată. Dăruiește-i întreagă inima ta și iubește-l cu toată inima ta în ceasurile umilinței Lui. 6. Când auzi lovitura ciocanului asupra preacinstitelor Sale mâini, tu strigă: Au! Când sânt bătute cuiele în preacinstitele Sale picioare, tu iarăși vaită-te, ca și cum cerul s’ar înfinge în trupul tău.*
6. Închină-te Preasfintei Sale Maici și sărută poala și mânecile veșmintelor sale. Nu-i spune nimic. Nu o întreba nimic. Închină-te încă o dată sfintei sale dureri. Și încă o dată sfintei sale tăceri. Spune în sineți: Preacinstită Maică, și eu Îl iubesc cu toată inima mea.
7. Scoate inima ta și pune-o în trupul Său și uită de sine. Fii în El și rabdă ce rabdă El și cu totul să mori pentru sine. Mori înaintea Lui.*
8. Când Iosif și Nicodim Îl pogoară în mormânt, tu caută să fii împreună cu El în mormânt. Închipuie-ți că nu ești viu în această lume. Ca o umbră să stai undeva aproape de mormânt, și viața ta să o privești ca fiind în mormânt. Și îți va fi dulce, foarte dulce, moartea cu El și întru El.*
9. Oare cu cât mai dulce va fi învierea cu El și întru El, când a treia zi te vor lumina îngerii la mormânt?! Oștenii Împăratului merg înaintea Împăratului, fețele lor-s ca fulgere arzătoare, iar veșmintele albe-s ca zăpada. Iar când îngerii lui Dumnezeu vor lumina în întunericul Golgothei și în întunericul su etului tău, atunci te vei simți ca un om nou.*
10. Și când, tremurând, vei privi Minunea Minunilor, și nu vei ști dacă să te ascunzi sau să fugi sau să i te arăți, iată, El întâiul se va apropia de tine și ca pe Maria te va chema după nume. Iar când El te vanumi prin glasul Lui, ca printr-un fir electric va intra în tine un nou curent, o nouă viață, o nouă putere. Și El îți va întoarce inima ta, ți-o va da și pe a Lui. Șitu, tremurând, vei cădea la picioarele Lui și, printresuspine, vei striga precum Thoma: Domnul Meu și Dumnezeul Meu, slavă Ție!*

*Toate paragrafele însemnate sunt citate din cartea Inima in marele post-Sf Nicolae Velimirovici, Ed Predania, Bucuresti,2010

Sărbătoarea Paștilor , 20-22.04.2025

Hristos a Inviat!

În aceste zile, lasă Bucuria Învierii să îți inunde inima. Sfintele Paști nu sunt despre carnea de miel, vin, drob și cozonaci. Sfintele Paști sunt despre biruința Vieții asupra morții.

1. Ne plângem deseori de crucea vieții noastre: e greu la job, e greu fără job, e greu în familie, e greu cu copiii, e greu fără copii, e greu cu părinții, e greu cu prietenii, e greu cu dușmanii, e greu în România, e greu în lume, e pur și simplu grea crucea asta. Și avem impresia că Vai Doamne, ce buni creștini suntem noi că ne cărăm crucea cu atitudinea asta a victimei supreme. Da, Isus si-a purtat crucea. Dar apoi, a ÎNVIAT ! Dacă suntem creștini cu adevărat, de ce uităm de Înviere?
2. Cum voi lăsa Învierea lui Hristos să devină și Învierea mea?