



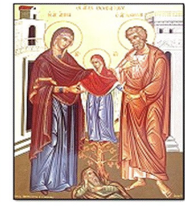
## Saint Anne Romanian Orthodox Church

1875 Live Oak Dr. Jacksonville, Florida, 32246

[www.bisericasfana.com](http://www.bisericasfana.com)

Email: [preot@bisericasfana.com](mailto:preot@bisericasfana.com)

Ph/cell: (904) 383-6948



### BULETIN PAROHIAL - IANUARIE 2009

#### Cuvantul Preotului Paroh

**La cumpana dintre ani**, ca orice buni crestini, ar trebui sa ne facem bilantul. A mai trecut un an din viata noastra cu bucuriile si neimplinirile lui, cu framantarile, cu biruintele si scaderile noastre. Se cuvine, dar, sa-l multumim lui Dumnezeu ca ne-a mai daruit inca un an la siragul vietii si sa-L rugam sa ne mai ingaduie inca, sa putem lucra staruitor la mantuirea noastra. Se cuvine, dar, sa-l aducem slava pentru realizarile minunate care-au avut loc in parohia noastra. Lucrurile care s-au infaptuit in aceasta parohie si timpul in care s-au intamplat sunt de apreciat. Bucuria de a avea biserica si sala parohiala, datorita stradaniei ctitorilor si inaintasilor... Bucuria de a avea un program de Sunday School functional prin care copiii din comunitatea noastra invata saptamanal cine suntem si in ce consta credinta noastra. Copiii sunt viitorul Bisericii si ai comunitatii. Iar cu timpul speram sa avem tot mai multi parinti care sa inteleaga importanta si necesitatea acestor programe religios-educationale. Speram ca numarul copiilor participanti sa creasca si odata cu trecerea anilor si numarul membrilor Bisericii noastre. Treptat, pe masura ce crestem, ne putem deschide si catre ceilalti, romani-americani, americani si romani...

Este necesar sa facem dovada ca **Biserica** este un organism dinamic, viu, care creste si se modeleaza dupa necesitatile comunitatii, dar incluzand comunitatea de credinciosi. Iar dinamicitatea Bisericii nu trebuie inteleasa ca schimbare, dupa placul unora sau altora sau pentru diverse interese ori pentru detinerea controlului, ci ca intarire a relationarii umane in Biserica.

Episcopul este intaistatator in Biserica ca succesori directi ai Sfantilor Apostoli. Aceasta Sfanta Taina a Preotiei sub cele trei trepte ierarhice (episcop, preot, diacon) a fost instituita de Mantuitorul Hristos si continuata de Sfintii Apostoli prin practica "punerii mainilor" si a rugaciunilor speciale cand harul divin se pogoara asupra candidatului. Este vorba despre preotia harica care va continua pana la sfarsitul veacului in Biserica. Preotul este trimisul ierarhului in parohie pentru a-i pastori pe credinciosi si cel ce savarseste Sfintele slujbe si Sfintele Taine in absenta episcopului. Comunitatea de credinciosi intelege asadar ca exista lucruri sfinte si anumite legiuri in Biserica care nu se pot schimba.

Daca din punct de vedere administrativ Biserica coexista cu organizarea laica, daca Biserica este in stat si se supune legilor teritorial-administrative in care se afla, din punct de vedere haric-sacramental Biserica ca institutie este Trup al lui Hristos, comunitate divino-umana, teandrica. Adica Dumnezeu este in Biserica iar masa credinciosilor reprezinta latura umana a Bisericii. Nu trebuie asadar neglijat acest aspect, de altfel cel mai important, caci acest aspect este singurul atemporal... Mai mult, sub aspect pastoral si social-misionar, Biserica este izvor de toleranta, flexibilitate si adaptabilitate, fiindca se adreseaza si inglobeaza fiecare om, fiecare persoana cu caracteristicile si trasaturile personale, asa cum Hristos ne recapituleaza pe toti in Sine prin mantuirea pe care ne-o aduce prin Intrupare, Patimi, Moarte si Inviere.

Dumnezeu nu vrea moartea pacatosului ci indreptarea lui. Dar Biserica nu ar mai fi Biserica daca se incerca schimbarea esentei, a fiintei ei. Sa ne ajute Bunul Dumnezeu, sa ne intareasca si sa ne lumineze ochii inimii si ai mintii pentru a ne feri de asa ceva. Biserica devine Trupul lui Hristos in lume prin recapitularea pe care Hristos ne-o aduce si trebuie sa ramana ceea ce este, anume Trupul lui Hristos. Caci la judecata obstesca Dumnezeu va fi Dreptul Judecator cu toti, cu cei ce au tendinte de destabilizare a acestui organism teantric, divino-uman care este Biserica, dar si cu cei ce ajuta si sprijina activitatea Bisericii, rasplatindu-le fiecarora dupa faptele lor, bune sau rele. Fiecare suntem responsabili asadar pentru deciziile pe care le luam si modul

in care actionam. Avem numeroase exemple in Sfanta Scriptura in acest sens. Mantuitorul Hristos, insa, prin dragostea Sa nemarginita ne linisteste spunandu-ne ca Biserica va dainui pana la sfarsitul veacului in ciuda incercarilor si ispitelor trecatoare.

Mai mult, Biserica este Una, Sfanta, Apostolica, Universala, iar din punct de vedere ontologic Biserica este atemporală, iar odata intemeiata de Mantuitorul nostru Iisus Hristos isi va continua existenta si in viata viitoare. De aceea in Teologia Ortodoxa facem distinctia pragmatica intre Biserica Luptatoare, noi cei de aici care ne luptam cu ispitele si necazurile zilnice, dar care ne si bucuram de binefacerile divine impartasite prin cele sapte Sfintele Taine in Biserica, si Biserica Triumfatoare alcatuita din toti sfintii si din cei ce si-au trait viata aici crestineste, fiind un model de urmat pentru ceilalti.

Vreau cu aceasta ocazie sa multumim tuturor celor care au fost alaturi de Biserica si ii sprijina activitatea. Munca staruitoare, eforturile financiare si de rabdare covarsitoare care s-au facut de dumneavoastra nu trebuie trecute cu vederea. Insa trebuie sa ne pazim acum de delasare, de tendinta de a nu mai continua lupta inceputa in anii trecuti. Iar impotriva sireteniei vrajmasului nu avem decat putine arme, anume credinta si rugaciunea comuna prin participarea la Sfintele slujbe si implicarea personal-constructiva in acest sens, pentru o dinamizare si relationare crescanda intre semeni.

Sub aspect uman, iubiti credinciosi, noi suntem Biserica, iar daca noi nu avem grija de noi.... atunci cine sa aiba? Dumnezeu ne impartaseste din binefacerile liturgice saptamanal, dar noi suntem cei care ne insusim (dobandim) aceste binefaceri prin participarea la sfintele slujbe si sustinerea activitatilor Bisericii.

**Multumim** cu aceasta ocazie tuturor celor ce au trudit pentru comunitatea aceasta si suntem recunoscatori de ceea ce avem. Ce suflete alese, ce oameni minunati! Au stiut sa-si inveseasca numele prin jertfa lor si prin dragostea pe care au aratat-o Mantuitorului si Bisericii Lui! Dumneavoastra ati reusit impreuna sa faceti pasi uriasi pe nisipul vesniciei si sa scrieti pagini de adevarat eroism crestin. Le suntem datori sa continuam pasii pe drumul pe care acestia l-au inceput. Este vremea, iubiti credinciosi, sa nu micsoaram acesti pasi!

Sa intram asadar in noul an 2009 cu credinta in Dumnezeu, cu incredere si virtute crestina ca vom putea intensifica si optimiza activitatile Bisericii sub aspect cultural-religios, administrativ, iar nu in ultimul rand social. Dorim sa continuam cu activitatile deja demarate, sa continuam cu programul de slujbe, cu Sunday School si cu acest buletin parohial lunar dar si sa cladim pe aceasta baza, prin vigilenta, rugaciune si smerenie.

Biserica noastra are nevoie urgenta de voci la strana si repetitiile incepute in acest sens dau roade. Crearea starii duhovnicesti si miscarea inimilor participantilor vine in primul rand prin harul si binefacerile lui Dumnezeu, dar si prin maiestria celor care atent liturghisesc si a celor ce impreuna dau raspunsurile liturgice. Fiecare gest liturgic, iubiti credinciosi, are o semnificatie si ne aduce aminte de momente din activitatea si viata Mantuitorului sau din Vechiul Testament.

Cultul nostru ortodox este atat de bogat si frumos si are in centru Sfanta Euharistie, jertfa nesangeroasa a Noului Testament. Asa cum sistemul solar are in centru soarele in jurul caruia graviteaza toate planetele, asa cultul nostru ortodox are in centru Sfanta Liturghie, culminand cu Sfanta Euharistie. Intreg cult ortodox graviteaza in jurul Sfintei Euharistii.

Am dori deasemeni sa diversificam activitatile pentru tineret si adulti. Acestea sunt numai cateva ganduri pe care le comunicam prin acest Buletin Parohial.

Si pentru ca suntem la inceput de an, sa ne vedem si scaderile. In lupta cu pacatul ar fi trebuit sa ne impotrivim pana la sange, si accentuam cu aceasta ocazie cat de nociv este pacatul in viata omului. Pacatul, dupa sfintii parinti, este un accident cosmic, deoarece el este inceputul raului din oameni si catastrofelor din lumea inconjuratoare. Omul nu este creat rau, iar raul nu are existenta in sine. Dar neglijand binele prin lipsa de vigilenta ia nastere pacatul. Poate ca anul acesta este momentul sa fim mai vigilenti ca altadata, sa biciuim pacatul, sa cultivam in locul lui virtutile care zidesc, innoiesc, intemeiaza si sfintesc.

Este un mare dar pentru Biserica noastra sa avem ca ocrotitoare o asemenea sfanta, pe Sfanta Ana. Va inchipuiti cat de vie trebuie sa fie Biserica noastra si ce duh de innoire trebuie sa aiba? La cata sfintenie suntem chemati si la ce inaltime duhovniceasca trebuie sa ajungem!

Inchei cuvantul meu cu alte multumiri tuturor celor care au sprijinit activitatea parohiei noastre sub diferite forme, Consiliului Parohial, celor ce canta si celor ce se ostenesc. Multumesc totodata celor ce anticipeaza responsabilitatea care este pe umerii nostri si ne vor sprijini pentru a genera crestere si eficienta cu scopul final de a ne inmultii in participare si fapte bune, dupa

cum Insusi Dumnezeu ne indeamna si porunceste. Sa dea Dumnezeu sa fim cu totii intr-un gand si intr-un lucru spre binele Bisericii lui Hristos.

Multumim celor ce frecventeaza cu regularitate biserica, celor care ne acorda incredere in acest nou inceput si celor care ne-au aratat multa dragoste crestina. Dumnezeu sa le rasplateasca tuturor dupa masura ravnei lor.

Nu inchei pana nu multumim lui Dumnezeu care ne-a socotit vrednici si ne-a pus sa-l slujim. Lui fie slava in veci, amin!

**Preot Paroh Ioan Dumitrascu**

### **Buletinul parohial**

**Buletinul parohial** reprezinta un mijloc de catehizare deosebit de important in zilele noastre, intr-o lume care pe zi ce trece isi pierde valorile, in care valorile devin nevalori iar nevalorile devin valori, intr-o lume secularizata in care pacatul devine virtute si este prezentat ca drept bun de urmat, intr-o societate de consum in care criza ecologica se accentuaza drept consecinta a deciziilor umane, intr-o lume in care omul isi pierde simtul apartenentei la un neam demn si vrednic si la o Biserica vie si lucratoare.

Sta asupra noastra datoria de a pastra intr-o forma nealterata toate darurile pe care Dumnezeu le-a facut poporului nostru si Bisericii noastre, sa ne cinstim vrednicii inaintasi, sa ne cultivam traditiile si sa scoatem la lumina valorile nepieritoare ale Bisericii noastre stramosesti, spre a fi pilda de urmat copiilor nostri, in mainile carora sta viitorul acestui neam incercat.

**Preot Paroh Ioan Dumitrascu**

### **Sfantul Vasile cel Mare**

Randurile care urmeaza le inchinam in gand de pomenire acestui stralucit Parinte al Bisericii la implinirea, anul acesta, a 1630 de ani de la trecerea sa la Domnul. Biserica stramoseasca dintotdeauna a avut o relatie deosebita cu scaunele episcopale din Capadocia, si cu Patriarhia Ecumenica de-a lungul timpurilor.

**Sfantul Vasile cel Mare** este unul dintre cei mai mari ierarhi ai Bisericii lui Hristos si un reprezentant stralucit al gandirii, teologiei si spiritualitatii crestine din sec. IV d.Hr. S-a nascut in anul 330 d.Hr. in Cezareea Capadociei, parintii sai Vasile si Emilia fiind model de vietuire crestina si binecuvantati de Dumnezeu cu multi copii, dintre care 5 si-au dedicat mai tarziu viata slujirii lui Dumnezeu si au devenit sfinti. Inzestrat de Dumnezeu cu daruri deosebite, dornic de cunoastere si intelepciune, tanarul Vasile, ca o albina harnica a trecut prin scolile vremii sale din Neocezareea Pontului, Cezareea Capadociei, Nicomidia, Constantinopol, ajungand apoi, in jurul anilor 350, la Atena, urmand studii superioare de retorica, filosofie, stiinte si medicina, dobandind o aleasa si vasta cultura laica si crestina. Aici, la Atena, va lega o stransa prietenie cu alt mare capadocian, cu Sf. Grigorie de Nazianz, pe care-l cunoscuse mai dinainte, in Cezareea, si impreuna vor cunoaste doua drumuri ale formarii lor: al Bisericii si al Scolii.

Fire sensibila si retrasa, iubitor de liniste, om al rugaciunii, bland si smerit, s-a simtit atras spre viata calugareasca, monahala. De aceea, calatoreste in Siria, Palestina, Egipt, hranindu-si sufletul din cuvintele si implinirile duhovnicesti ale marilor asceti si eremiti ai timpului sau. Dupa ce este hirotonit preot, se retrage in regiunea Pontului, pe valea raului Iris, intra in viata monahala, indeletnicindu-se cu postul, rugaciunea, privegherea si studiul Sfintei Scripturi. Dar pentru Biserica vremurile erau grele, corabia lui Hristos era amenintata de valuri puternice atat din partea necredinciosilor, cat mai ales din partea unor eretici care sustineau si promovau invataturi gresite despre dumnezeirea Fiului lui Dumnezeu si a Duhului Sfant.

Intelegand ca unitatea Bisericii si adevarurile de credinta trebuie aparate si ca era nevoie de slujitori plini de ravna si daruiti pana la jertfa chemarii si misiunii lor, Sfantul Vasile si prietenul sau, Grigorie, parasesc Pontul si tihna vietii manastiresti si se pun in slujba Bisericii.

In Cezareea a infiintat primul asezamant de asistenta sociala pentru cei batrani si bolnavi, numit Vasiliada, fiind in mijlocul celor suferinzi si neajutorati, oferindu-le acestora adapost, hrana, medicamente, pe multi dintre acestia slujindu-i cu mainile sale, urmand in fapta exemplul Mantuitorului Hristos. A aratat iubire jertfelnica pentru cei aflati in suferinta, personal impartind restul de avere pe care o mai avea si indemnand pe cei bogati sa fie milostivi, sa-i ajute pe cei saraci si asa sa-si agoniseasca comoara nestrucioasa in Imparatia lui Dumnezeu.

In anul 373 Sfantul Vasile cel Mare se adresa, printr-o scrisoare, guvernatorului Scitiei Mici (Dobrogea), Julius Soranus, rugandu-l pe acesta sa-i trimita in Capadocia sfintele moaste ale Sf. Sava, martirizat in raul Buzau la 12 aprilie 372 d.Hr.

De la Sf. Vasile cel Mare ne-a ramas si Sfanta Liturghie care ii poarta numele si se savarseste in cultul liturgic al Bisericii noastre Ortodoxe de 10 ori pe an, cuprinzand, desigur, si ziua praznirii sale, 1 ianuarie.

Sfantul Vasile cel Mare s-a stins din viata in plina putere creatoare, la varsta de 49 de ani, in data de 1 ianuarie 379. Este praznuit de Biserica Ortodoxa pe 1 ianuarie, dar si pe 30 ianuarie, la sarbatoarea Sfintilor Trei Ierarhi, impreuna cu Sf. Grigorie de Nazianz (sau Teologul) si cu Sfantul Ioan Gura de Aur.



## **Ce este Agheasma?**

**Etimologie.** Cuvantul a intrat in limba romana fie pe filiera limbii slavone (sl. agiazma), fie pe filiera limbii (neo-)grecesti (ngr. Αγίασμα - agiásma). In limba vorbita, in functie de regiune, intalnim aghiasma, agheazma sau aghiazma, insemnand deopotriva si lucrarea de sfintire a apei, si rezultatul ei, adica apa sfintita. Fara indoiala agheasma, ca slujba de sfintire a apei, este slujba cea mai des savarsita si cea mai frecventa ierurgie in Biserica si in activitatea pastoral-liturgica a preotului.

**Materia acestei ierurgii** este apa, elementul fundamental al Creatiei. Apa se foloseste atat la spalarea si curatarea fizica a trupului uman sau a celorlalte corpuri materiale, cat si la lucrarea de curatare spirituala, de spalare a urmelor lasate de pacatele si faradelegile oamenilor. Lucrarea aceasta se face in primul rand prin apa Botezului, si apoi prin agheasma.

**Temeiul scripturistic** al aghiazmei se afla in insasi pericopa Evangheliei care se citeste la sfestanie (Ioan 5, 1-4). Aici se aminteste de vindecarea slabanogului care zacea de 38 de ani, asteptand la scaldatoarea Vitezda tulburarea apei de catre ingerul Domnului care cobora o data in an. Acolo l-a gasit Mantuitorul Hristos si l-a tamaduit. Lucrarea pe care o facea ingerul o face de atunci incoace necontenit harul Domnului, prin apa sfintita de preotii Bisericii, ori de cate ori este nevoie, dupa invocarea Duhului Sfant asupra ei. De asemenea, si din ectenia care urmeaza citirii Evangheliei si din rugaciunea de sfintire a apei (care reproduce ideea Apostolului si Evangheliei), se intelege ca Duhul Sfant invocat sfinteste apa, care devine sfintitoare, tamaduitoare de boli si cu putere de a alunga demonii. Caci rostim in ectenia de la agheasma mare: "Pentru ca sa se zdrobeasca satana sub picioarele noastre si sa se risipeasca tot sfatul viclean pornit asupra noastra" (vezi Molitfelnic). Tot asa citim si la sfintirea apei la botez: "si-i da ei (apei) darul izbavirii, binecuvantarea Iordanului, fa-o (Doamne) izvor de nestrucaciune, dar de sfintenie, dezlegare de pacate, vindecare de boli, diavolilor pierire, plina de putere ingereasca...". Apostolul Pavel vorbeste despre moartea si invierea tainica cu Hristos, de innoirea vietii si de infiere prin apa botezului (Romani, 6, 3-11), cum a si amintit Domnul in convorbirea Lui cu Nicodim (Ioan, 3, 4-5).

**Istoric.** Sfintirea apei s-a practicat de la inceput, din prima zi a existentei Bisericii, curatand de toate pacatele un mare numar de crestini atunci cand s-au botezat (Fapte, 2, 41; 4, 4).

**Felurile aghiazmei.** Agheasma este de doua feluri: mare si mica. Cel mai des savarsita si folosita este agheasma mica, sau sfintirea mica a apei, care se numeste si sfestanie. Agheasma cea mare se savarseste la Boboteaza, sarbatoare numita si ziua luminilor sau a luminarii, deoarece atunci se botezau catehumenii in vechime. Botezurile se faceau la Pasti si la Boboteaza, amandoua fiind sarbatori ale luminii.

### **Cand se savarseste sfintirea cea mica a apei si care este folosul acestei slujbe?**

Sfintirea mica a apei se savarseste in biserica, de regula la fiecare zi intai a lunii, iar in case, oricand cer credinciosii, mai ales in zilele de miercuri si vineri. Aceasta apa sfintita, pe care Duhul Sfânt o sfinteste prin rugaciunile preotilor, are multe feluri de lucrari precum insasi ectenia si rugaciunea sfintirii marturisesc. Prin stropirea cu agheasma, duhurile cele viclene si gandurile cele rele se gonesc, mintea se curateste de lucrurile cele spurcate si este indreptata spre rugaciune, se gonesc bolile si se da sanatate trupezasca si sufleteasca. Pe scurt, toti cei care o primesc cu credinta iau sfintenie si binecuvantare.

### **Cand se savarseste sfintirea cea mare a apei si care este folosul acestei slujbe?**

La **Boboteaza**, atat in ajun, cand se sfinteste apa cu care preotii boteaza apoi casele credinciosilor, cat si in insasi ziua Bobotezei, dupa Sf. Liturghie, cand se sfinteste apa pe care o iau crestinii la casele lor pentru tot anul. Dupa invatatura Bisericii noastre, apa sfintita la Boboteaza (agheasma mare), posedea, intr-o masura mult mai mare decat agheasma mica, darurile si puterea tamaduitoare si sfintitoare. Apa de la Boboteaza este sfintita printr-o indoita chemare a Sfantului Duh in cursul rugaciunii de sfintire, iar sfintirea are loc in insasi ziua in care Mantuitorul a sfintit apele, botezindu-Se in Iordan. Efectele aghiazmei mari se desprind din rugaciunea de sfintire: "Si-i da ei harul izbavirii, binecuvantarea Iordanului. Fa-o pe dansa izvor de nestrucaciune, dar de sfintenie, dezlegare de pacate, vindecare de boli, diavolilor pieire... Ca toti cei care se vor stropi si vor gusta dintr-insa sa o aiba spre curatirea sufletelor si trupurilor, spre vindecarea patimilor, spre sfintirea caselor si spre tot folosul de trebuinta" (vezi Molitfelnic, Bucuresti, 1971, pp. 505-506). Agheasma mare se pastreaza nestrucata, ramane tot asa de proaspata, de curata si placuta la gust. O parte din ea se pastreaza in biserica, intr-un vas anume, numit aghiasmatar, si e folosita de preot la o multime de slujbe, mai ales la ierurgii.

Cu ea se stropesc casele si credinciosii in ajunul Bobotezei, persoanele si lucrurile care trebuiesc curatite, binecuvantate. Se intrebuinteaza, de exemplu: la botez, la binecuvantarea inceperii semanaturilor, la sfintirea fantanilor spurcate, prapurilor, crucilor si troitelor, clopotelor, vaselor si vesmintelor liturgice, la sfintirea bisericii si a antimiselor, a Sfantului Mir si a altora. Apa aceasta, avand intr-insa darul si puterea dumnezeiasca a Sfantului Duh, a facut adesea minuni, insanatosind bolnavi, tamaduind rani, aparand de rele, de necazuri si de primejdii. Fiecare crestin trebuie sa ia din agheasma de la Boboteaza si sa o pastreze la loc de cinste. Se gusta dintr-insa pe nemancate si cu multa cuviinta in zilele de ajunare si de post, sau in zilele sarbatorilor mari, mai ales cand nu ne impartasim. Se obisnuieste sa se bea din agheasma mare timp de 9 zile, incepand din ajunul Bobotezei, pana la incheierea praznicului (13 ianuarie). Indeosebi cei opriti de la impartasanie se pot mangaia luand agheasma si apoi anafura. Cand ne impartasim, agheasma se ia dupa Sf. Impartasanie, fiind mai mica decat aceasta, iar cand luam numai anafura, agheasma mare se ia inainte de aceasta, fiind mai mare ca anafura. Obiceiul ca preotii sa mearga cu "botezul", stropind casele credinciosilor, este la fel de vechi ca si acela al savarsirii aghiazmei mari. Pe langa sfintirea caselor, acest botez este si un indemn spre curatirea si innoirea vietii, spre netezirea cailor vietii noastre: "Gatiti calea Domnului, drepte faceti caile Lui".

## **Depresia - maladia vremurilor contemporane**

Confruntata cu provocarile fundamentale, care sunt "*alteritatea, diferenta intre sexe si generatii simoartea*", asaltata de instinctele sale (de nutritie, de reproducere, de proprietate si de dominatie) sau ale aproapelui, devenite sau nu patimi si aflate in evenimentul de viata, sau confruntata pur si simplu cu agresivitatea umana, persoana poate dezvolta o depresie de intensitate, forma si durata diferite.

Evenimentul de viata este prezent in mod brutal si vizibil, sau subliminal si actionand prin sumare, in toate formele de depresie, inclusiv in cele endogene, in substratul genetic al carora

exista asa-numitele gene alternative. Cele mai depresogene comportamente sunt cel al "omului pagan" (care ignora Decalogul si calca pe cadavre, animat de cea mai fierbinte iubire de sine, manifestata zgomotos, fara nicio restrictie) si cel al fariseului (neofariseului), care are aceeasi motivatie narcisica, dar acoperita, declarative demonstrativ, de un comportament ipocrit, demagogic. Avand in vedere neuroplasticitatea declansata de evenimentul de viata depresogen, problema capata, prin organicizare, o importanta deosebita si are repercusiuni de mare amploare, putand provoca scaderea conexiunilor interneuronale si chiar apoptoza (moartea neuronului).

In paralel cu tratamentele biologice si interventiile psihoterapice de diverse inspiratii noi folosim in abordarea complexa, adaptata la caz, si in clinica si in cabinetul particular, o forma de (re)socializare prin educatie religioasa, care are trei nivele:

1) Initierea in studiul comportamentului uman, cu accent pe instincte si manifestarile lor;

2) Decalogul, un prim nivel, de cea mai mare importanta, de disciplinare a instinctelor;

3) Crestinismul - aspiratie umana spre perfectiune, un maxim de socializare a fiintei umane. Ontogenia umana repeta evolutia omenirii. Nu toti ajung insa oameni. Imaturitatea cu retard moral afecteaza milioane de contemporani. Cu toata delicatetea si fara intentia de a face prozelitism in vreun sens sau altul, sprijinindu-ne pe o enorma bibliografie, incercam sa limpezim si sa sistematizam haosul din mintea pacientului care, deloc intamplator, este foarte departe de toate acestea. Rezultatele sunt incurajatoare si, desi suntem tributari cu totii cuvintelor Sfantului Pavel: "*Cred Doamne! Ajuta necredintei mele.*", ne incurajam cu acelasi sfant, care zice: "*Domnul este Spiritul si undeeste spiritul Domnului acolo este libertatea.*"

Recomandam tuturor colegilor sa-si adauge in panoplia destul de saraca a profesiei noastre acest gen de (re)socializare. Daca nu putem deveni apostoli ai lui Hristos, adica ai lubirii, ceea ce imi doresc si mie si pacientilor mei din toata inima, sa devenim macar din pagani, buni evrei, adica sa cunoastem si sa respectam macar Decalogul. Depresia din noi si din jurul nostru va scadea substantial.

**Doctor Marian Popa**

## **Din Sfintii Parinti**

### **Despre blandete**

Cu blandetea prefaci inima de piatra in izvoare de apa - *Pateric*

Omul se pleaca in fata dreptatii, dar nu ingenunchiaza decat in fata blandetii - *Sfantul Ioan Scararul*

Răutatea se inmoaie si se potoleste cu blandetea, iar nu cu alta rautate - *Sfantul Ioan Hrisostom*

### **Despre dragoste**

Cine are dragoste nu umbla pe cararile minciunii - *Sfantul Efrem Sirul*

Radacina tuturor rautatilor este racirea dragostei - *Sfantul Teofilact*

### **Despre tacere**

Cel ce slabeste fraul limbii dovedeste ca e departe de virtute. - *Avva Isaia Pustnicul*

Infranarea limbii arata pe omul intelept nu-si deschide gura pentru ras si glume. Acesta este semnul

unui suflet risipit si negrijuliu, strain de frica lui Dumnezeu. - *Avva Isaia Pustnicul*

Nimic nu pierde asa de mult virtutea ca vorba desarta - *Cuviosul Ioan Carpatiul*

De vorba multa m-am cait, dar de tacere niciodata - *Sfantul Arsenie cel Mare*

Daca cetatea sufletului nu are zidul tacerii, ea ramane descoperita dusmanului - *Sfantul Grigorie cel Mare*

Limba s-o intrebuintezi numai vorbind bine despre altii - *Sfantul Ioan Gura de Aur*