

Biserica omagiază sportivii de performanță



Crucea Sfântului Andrei, dăruită Simonei Halep pentru cinstirea adusă românilor

Cea mai bună tenismenă a anului în circuitul profesionist feminin (WTA), Simona Halep a primit o distincție onorantă și din partea Arhiepiscopiei Tomisului. Recent, Înaltpreasfințitul Părinte Teodosie, Arhiepiscopul Tomisului, i-a înmănat sportivei Crucea Sfântului Apostol Andrei, informează Basilica.ro.

Distincția i-a fost dăruită în contextul împlinirii a 100 ani de la Marea Unire și a 140 de ani de când Dobrogea a revenit la patria mamă. "Succesul dumneavoastră este și succesul tuturor românilor", a spus Arhiepiscopul Teodosie, dorindu-i sportivei ca, pe lângă cununa de cea mai bună tenismenă a lumii, să primească și cununa cea mare a mântuirii. "Am văzut cât de frumos vă închinați când intrați pe teren. Ați mărturisit astfel Ortodoxia, credința noastră strămoșească. V-ați cinstit, de copilă, părinții, bunicii, ați cinstit Dobrogea dragă și toată România. Cum să nu vă cinstească și Biseri-

ca pentru că, prin ajutorul lui Dumnezeu, căruia v-ați încredințat totdeauna, ați primit această cunună. Primiți din partea lui Dumnezeu toată binecuvântarea. Din partea noastră, toată dragostea și prețuirea", a mai spus ierarhul. Încântată de cinstirea pe care i-a adus-o Biserica, la primirea distincției, Simona Halep, a mărturisit: „Mereu mă închin și cred în Dumnezeu pentru că fără ajutorul lui Dumnezeu nu se poate face nimic”. Sportiva a ținut să precizeze, în discursul său, că este o creștină practică, care se roagă des. Simona Halep este cea mai cunoscută sportivă născută în Constanța.

Intrăm în Postul Crăciunului

Haideti să ne primenim sufletul și trupul pentru a primi Pruncul Sfânt!

Ca în fiecare an, Nașterea Pruncului Sfânt este precedată de o perioadă de post – Postul Crăciunului. Acesta începe miercuri, 15 noiembrie, și se termină pe 25 decembrie, când sărbătorim mult așteptata Naștere a Domnului nostru Iisus Hristos. În toată această perioadă trebuie să trecem printr-un amplu proces de purificare sufletească și trupească, pentru a-L primi pe Mântuitorul Iisus Hristos așa cum se cuvine, curați fizic și spiritual.

Postul este calea împărătească spre desăvârșirea sufletului. De aceea, în toate zilele de post trebuie să renunțăm la lucrurile rele care ne îndepărtează de Dumnezeu. Pe lângă disciplina alimentației, trebuie să lucrăm foarte mult și la conduită. Biserica Ortodoxă Română a stabilit ca, pentru pregătirea în vederea marelui praznic al Nașterii lui Mesia, Cră-



ciunul, să mâncăm doar alimente vegetale (cu excepția dezlegărilor), să ne spovedim, să ne mărturisim păcatele și să ne rugăm în tihnă, din adâncul sufletului, cu gând curat. Mai mult decât oricând, să urmăm exemplul sfinților, care sunt prieteni ai lui Dumnezeu, și să fim mai buni, mai milostivi, mai generosi, să iertăm și să ne ajutăm mai mult semenii aflați în suferință. Privirile noastre să fie mai luminoase decât în zilele precedente, iar gurile să ni se umple de lauda venirii pe lume a lui Hristos, trimisul lui Dumnezeu pe pământ prin care toți ne găsim mântuirea.



40 de zile de post și rugăciune

Așadar, pregătirea pentru primirea în ieslea

sufletului a Pruncului Sfânt Întrupat, necesită abținerea de la alimentația de dulce. Timp de 40 de zile de acum înainte, trebuie să consumăm doar apă și alimente vegetale. Până în ziua Crăciunului, în farfuriile noastre trebuie să se regăsească doar legume, fructe, cereale și zarzavaturi, bogate în vitamine și săruri minerale. Cartofii, mazărea, fasolea, linte, ciupercile, ardeii, morcovii, ceapa, usturoiul, țelina, spanacul, varza, nucile, alunele, merele, perele, strugurii, lămâile și portocalele vor fi nelipsite din meniu. Numai în zilele stabilite de preasfinții părinți avem voie să introducem în alimentație pește și untdelemn. Însă, fiind multe dezlegări, Postul Nașterii Domnului este mult mai ușor de ținut decât cel al Paștelui, având multe dezlegări la pește și untdelemn.

Rugăciunea aducătoare de liniște și împlinire în Postul Crăciunului!

Pregătirea pentru primirea în ieslea sufletului a Pruncului Sfânt Întrupat necesită, pe lângă abținerea de la alimentația de dulce și spovedania, și rugăciunea în tihnă, din adâncul sufletului și cu gând curat. Credința trebuie manifestată prin multă rugăciune. Iată cea mai puternică rugăciune pe care trebuie să o rostim în fiecare zi din Postul Nașterii Domnului, pentru liniște și împlinire!

„Dumnezeul nostru,
Nădejdea tuturor marginilor pământului
Și a celor ce sunt pe mare, departe,
Cel ce mai înainte ai întocmit,
Prin Legea Ta Veche și Nouă aceste zile de post,
La care ne-ai învrednicit să ajungem acum,
Pe Tine Te lăudăm și Ție ne rugăm: întărește-ne
cu puterea Ta,
Ca să ne nevoim întru ele cu sânguință,
Spre mărirea numelui Tău celui sfânt
Și spre iertarea păcatelor noastre,
Spre omorârea patimilor
Și spre biruința asupra păcatului,

Ca împreună cu Tine răstignindu-ne și îngropându-ne,
Să ne ridicăm din faptele cele moarte
Și să petrecem cu bunăplăcere înaintea Ta
În toate zilele vieții noastre.



Că Ție se cuvine a ne milui și a ne mântui pe noi,
Hristoase Dumnezeule
Și Ție slavă înălțăm,
Împună și Celui fără de început al Tău Părinte,
Și Preasfântului și bunului
Și de viață făcătorului Tău Duh,
Acum și pururea
Și în vecii vecilor.
Amin!”