



Pasi  
spre  
Inviere



Pasi spre Inviere  
Saptamana I  
Vineri 19 martie

Cristina Pop  
Scoala Parohiala Sfintii Apostoli  
Zeebrugge, Belgia



Acest mic ghid este destinat copiilor si parintilor pentru a le insoti pasii in frumosul drum spre Inviere. Activitatile destinate fiecărei zile si se axeaza pe temele urmatoare: calendarul ortodox, obiceiuri romanesti, poezii crestine, activitati pentru copii, retete de post.

*“Un om care isi poate aminti lucrurile bune din copilărie este mantuit pentru toata viata sa”.*

Dostoievski, Fratii Karamazov

## Calendarul Saptamanii

### Prima saptamana din Postul Mare 2021

- 15L Sf. Mc. Agapie și Plisie, Timolau (Canonul cel Mare, partea I; Începutul Postului Sfințelor Paști) (Zi aliturgică) (Numai seara, pâine și apă. Nu se fac nunți)
- 16M Sf. Mc. Sabin Egipteanul; Sf. Cuv. Hristodul din Patmos (Canonul cel Mare, partea a II-a) (Zi aliturgică) (Numai seara, pâine și apă. Nu se fac nunți)
- 17M Sf. Cuv. Alexie, omul lui Dumnezeu (Canonul cel Mare, partea a III-a) (Post. Nu se fac nunți)
- 18J Sf. Ier. Chiril, arhiep. Ierusalimului (Canonul cel Mare, partea a IV-a) (Post. Nu se fac nunți)
- 19V Sf. Mc. Hrisant și Daria, Claudiu și Ilaria ; Sf. Mc. Marian diac. (Post. Nu se fac nunți)
- 20S Sf. Cuv. Mc. Uciși în M. Sf. Sava cel Sfințit (Sâmbăta Sf. Teodor - Pomenirea morților) (Dezlegare la ulei și vin. Nu se fac nunți)
- 21D Sf. Ier. Iacob Mărt.; Sf. Cuv. Serapion; (Dezlegare la ulei și vin. Nu se fac nunți)

Duminica I din Post (a Ortodoxiei); Ap. Evrei XI, 24-26; 32-40; Ev. Ioan I, 43-51; glas 8, voscr. 8

# Poezia zilei:

Dumnezeu

de Magda Isanos



Oamenii bogati au facut icoane,  
catapitezme-aurite si strane,  
insa Dumnezeu n-a venit  
in locul astfel ingradit.

Bogatii stateau grosi, improvarati  
si se uitau la sfintii frumos imbracati.

In vremea asta, Dumnezeu zbura-n  
copaci,  
facindu-i sa-nfloreasca. Fugea la saraci,  
cerindu-le mamaliga si ceapa.  
Era cind cimpie verde, cind apa.  
Alteori se facea mic

si s-ascundea in floarea de finic,  
ori s-apuca sa creasca-n papusoaiie,  
s-ajute furnicile la musuroaie,  
sa dea pamintului mana si ploaie.

Avea atitea de facut Dumnezeu,  
si oamenii il plectiseau mereu,  
cerind unul pentru altul rau.  
Ii auzea strigind: "Pamintul meu..."  
Ii vedea punind semn de hotar,  
ciopirtind, impartind minunatul dar.

Atunci se supara. Pornea furtuna.  
Cu seceta si ploaie-nghetata lovind intr-  
una,se facea mare  
si-nfricosat,  
ca muntele cu paduri imbracat.  
Pina venea o pasare la el.  
Codobatura, sau un porumbel,  
si spunea: "Doamne, mi-a cazut puiul jos.  
Zi sa se faca iara frumos,  
sa rasara soarele si sa-l gasesc..."

"Faca-se voia ta, sol pasaresc..."  
Si Dumnezeu punea fulgeru-n teaca  
si s-apuca alte lucruri sa faca.

## Rugaciunea zilei



**Imparate ceresc, Mangaietorul, Duhul Adevarului, Cel ce pretutindenea esti si toate le plinesti, Vistierul bunatatilor si Datatorul de viata, vino si Te salasluieste intru noi, si ne curateste pe noi de toata intinaciunea, si mantuieste, Bunule, sufletele noastre. Amin!**

Să stai în fața lui Dumnezeu cu atitudine de credință, în picioare, în genunchi, așa ca să știi că vorbești cu Dumnezeu. Nu oricum." Părintele Teofil Părăian

## *Dalini uitate:*

În prima sâmbătă din Postul Mare se sărbătorește **Ziua lui San – Toader**, sfânt care a fost canonizat de către biserica ortodoxă datorită faptelor sale dar pe care îl ține de teama pedepselor aplicate tuturor celor care nu-l respectau. San – Toader și caii ce-l însoțeau rupeau, conform tradiției, lanțul lui Sânt – Ion pentru a lăsa drum liber anotimpului calduros. Ei păzeau Soarele pentru a evita fuga acestuia către miază – noapte și pentru a salva, astfel, omenirea de la noaptea, veșnică.



Cailor lui San-Toader le erau consacrate de la cinci până la douăsprezece zile, începând cu Lunea Curată, Săptămâna Albă fiind cunoscută și sub numele de Săptămâna Cailor lui San – Toader. Conform credinței populare, caii lui San -Toader sunt ființe mitice hipomorfe, cu aspect de flăcăi dar care au coadă, ascunsă în ițari, și copite, ascunse în opinci. Ei întronează ordinea la începutul Postului Mare, închizând șezătorile și petrecerile. În nopțile Cailor lui San – Toader, fetele nu mergeau la șezatori, se închideau în case și răsturnau cu gura în jos toate vasele pentru a împiedica aceste spirite năprasnice să se ascundă în ele.



## Activitati pentru copii :

### Maica Domnului – Ocrotitoarea lumii



Pentru ca luna Martie este despre feminitate, maternitate, gingasie, viata si bunatate, sa le vorbim copiilor despre rolul sau rolurile femeii in familie si societate.

De ce este Maica Domnului un model universal?

## Rețete de post:

### Milk shake verde:

Lapte de soia, spirulina pudra, banane, polen

În manualele de folclor și etnografie citim că străbunii noștri acordau o **atenție deosebită** fiecărui moment din viața lor și, cu atât mai mult, acestor perioade de post. De aceea, în podul casei erau pregătite încă din vară alimente variate, printre care prune și mere uscate, bureți înșirați pe ață, păstăi de fasole, pătrunjel sau mărar tocat, toate acestea urmând a fi gătite în **Postul Mare**.

**Dar este postul despre mancare?**

## Post binecurântat!

Bibliografie:

<https://www.noutati-ortodoxe.ro/calendar-ortodox/#luna3>

<https://harlauletnografie.wordpress.com/tag/post/>

<http://pestisoruldeaur-antimis.blogspot.com/>