



Pasi  
spre  
Inviere



Pasi spre Inviere

Saptamana III

29 martie - 4 aprilie 2021

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. Apare saptamanal, cuprinde activitati destinate fiecărei zile si se axeaza pe temele urmatoare: obiceiuri romanesti, poezii crestine, activitati pentru copii, retete de post.

*A treia saptamana din Postul Mare 2021*

29<sup>L</sup> [Sf. Sfințiți Mc. Marcu, ep. Aretuselor și Chiril diac.; Sf. Mc. Iona și Varahisie](#) (Post. Nu se fac nunți) 😊

30<sup>M</sup> [Sf. Cuv. Ioan Scărarul; Sf. Cuv. Euvula, mama Sf. Pantelimon](#) (Post. Nu se fac nunți)

31<sup>M</sup> [Sf. Sfințit Mc. Ipatie, ep. Gangrei; Sf. Mc. Veniamin, diac.](#) (Post. Nu se fac nunți)

1<sup>J</sup> [Sf. Cuv. Maria Egipteanca; Sf. Mc. Gherontie](#) (Post. Nu se fac nunți)

2<sup>V</sup> [Sf. Cuv. Tit, făcătorul de minuni; Sf. Mc. Amfian și Edesie](#) (Post. Nu se fac nunți)

3<sup>S</sup> [Sf. Cuv. Nichita Mărt. și Ilirie](#) (Sâmbăta a III-a din Post - Pomenirea morților) (Dezlegare la ulei și vin. Nu se fac nunți)

4<sup>D</sup> [Sf. Cuv. Iosif Imnograful, Gheorghe din Maleon și Zosima](#) (Dezlegare la ulei și vin. Nu se fac nunți)

**Duminica a III-a din Post (a Sf. Cruci); Ap. Evrei IV, 14-16; V, 1-6; Ev. Marcu VIII, 34-38; IX, 1; glas 2, voscr. 10**

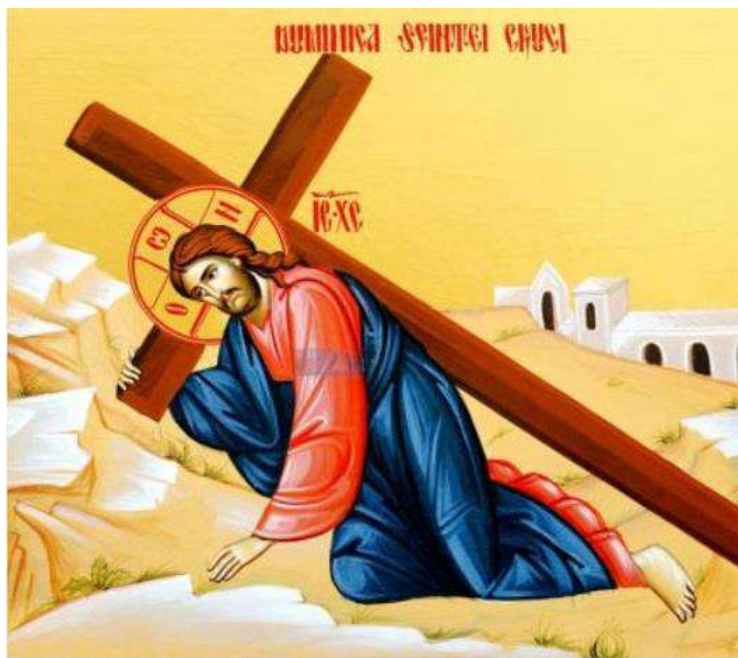


# Cuprins

Duminica Sfintei Cruci .....	6
Pe cruce – V. Voiculescu .....	7
La Pasti – G. Cosbuc.....	8
Imn al Invierii - V. Gafencu .....	9
Rugaciuni.....	10
Sfanta Cruce, pe intelesul copiilor.....	11
Troita, o biserică in miniatura .....	13
Etimologie .....	14
Activitati pentru copii .....	15
Priceasna: Cruce Sfanta parasita.....	16
Cultura in bucate.....	17

## Duminica Sfintei Cruci

Se cinstește în aceasta duminica Sfânta Cruce pentru că ni se arată că prin suferințele Crucii și prin greutatea postului se ajunge la bucuria Învierii.





## Pe cruce

Vasile Voiculescu

Iisus murea pe cruce. Sub arsita grozava  
Palea curata-i frunte ce-o sangerase spinii  
Pe stancile Golgotei tot cerul Palestinei  
Parea ca varsa lava.

Si chiar in clipa mortii hulira carturarii  
Cu fierea otelita il adapau strajerii.  
Radea cu hohot gloata cu spasmele durerii  
Si-l ocarau talharii.

Zdrobita, la picioare-i zacea plangand Maria  
Si-adanc zbusnea blestemul din inima-i de mama  
Alaturi Magdalena, in lunga ei marama,  
Tipa vazand urgia.

Departate ucenicii priveau fara putere.  
N-aveau decat sa fuga in lumea cea pribeaga  
Cu el se naruise nadejdea lor intrea  
Si fara mangaiere.

Tarziu, porni multimea in palcuri spre cetate  
Pe drumurile-nguste cu lespezi pardosite  
Trecura fariseii cu fetele smerite  
Si barbile-argintate.

Maslina fara de frunze dormeau mocnind pe coaste  
In vale, ca-ntr-o pacla, dormea Ierusalimul,  
Pe cruce somnul mortii dormea de-acum sublimul  
Iisus. ~~ve~~heat de naste.

## La Pasti

George Cosbuc

Prin pomi e ciripit si cant,  
Vazduhu-i plin de-un rosu soare  
Si salciile-n alba floare-  
E pace-n cer si pe pamant.

Rasuflul cald al primaverii  
Adus-a zilele-nvierii.  
Si cat e de frumos in sat!  
Crestinii vin tacuti in vale

Si doi de se-ntalnesc in cale  
Isi zic: Hristos a inviat!  
Si rade-atata sarbatoare  
Din chipul lor cel ars de soare.

Pe deal se suie-ncetisor  
Nevaste tinere si fete,  
Batrani cu iarna vietii-n plete;  
Si-ncet, in urma tuturor,

Vezi sovaind cate-o batrana  
Cu micul ei nepot de mana.





**Imn al Invierii**  
Valeriu Gafencu

Va cheama Domnul slavei la lumina,  
Va cheama mucenicii-n vesnicii,  
Fortificati biserica crestina  
Cu pietre vii zidite-n temelii.

Sa creasca-n inimile voastre  
Un om nascut din nou armonios,  
Pe sufletele voastre sa se-mlante  
Pecetea Domnului Iisus Hristos.

Un clopot tainic miezul noptii bate  
Si Iisus coboara pe pamant;  
Din piepturile noastre-nsangerate  
Rasuna Imnul Invierii sfant.

Veniti crestini, luati lumina  
Cu sufletul smerit, purificat;  
Veniti flamanzi, gustati din cina,  
E nunta Fiului de Imparat.

## RUGĂCIUNI



Sfântă Cruce armă tare,  
Feri-mă de supărare;  
Sfântă Cruce armă dulce,  
Fii cu mine un' m-oi duce;

Sfântă Cruce a lui Hristos,  
Să-mi fii mie de folos.  
Cruce-n casă, cruce-n masă,  
Cruce în toți patru cornuri de casă.

Dumnezeu îi cu noi la masă,  
Maica Sfântă-i la fereastră,  
Îngerii împrejur de casă,  
Maica Sfântă îi cu poala întinsă

Și pe noi toți ne cuprinsă.  
Cruce în patul nost',  
Dumnezeu îi la capul nost',  
Dumnezeu ne-o apărat,

De vrăjmașul necurat,  
De șarpele înveninat,  
De iadul întunecat.

Sfântă Cruce, păzește-mă  
Maică Sfântă, acoperi-mă,  
Înger bun, trezește-mă,  
Doamne, mântuiește-mă. Amin!

## Sfanta Cruce – explicatii pentru copii

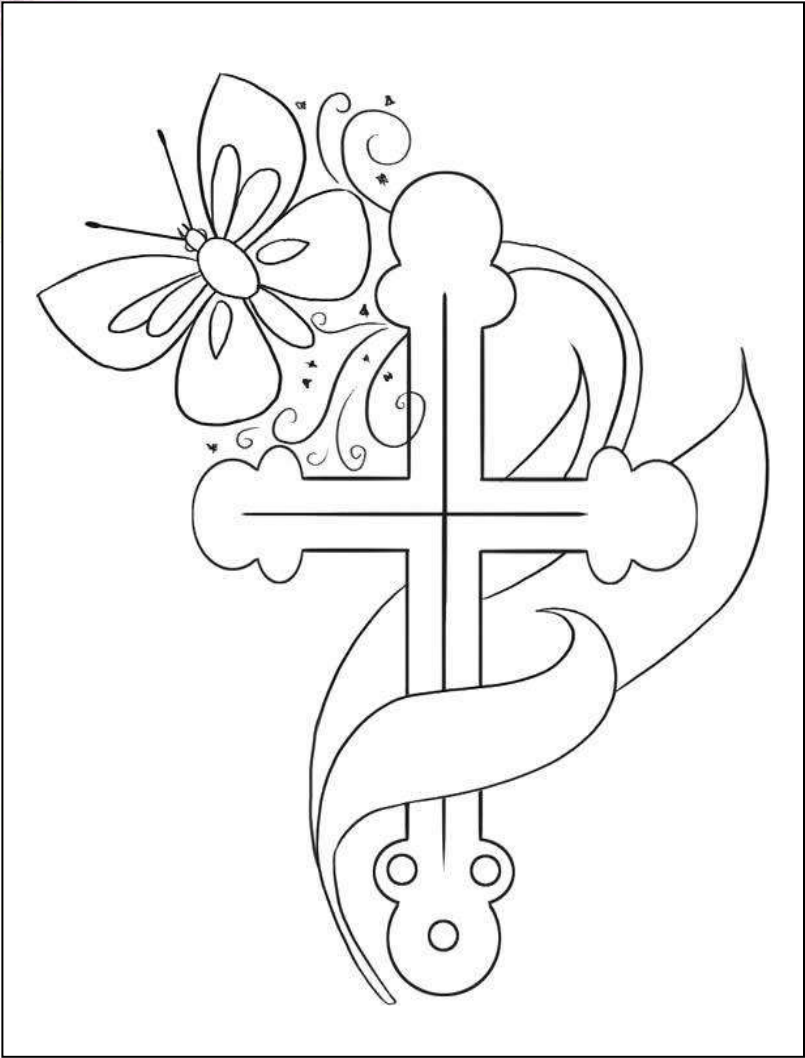
Zis-a Domnul: Oricine voiește să vină după Mine, să se lepede de sine, să-și ia crucea și să-Mi urmeze Mie. Marcu VIII, 34-38

Domnul Nostru Iisus Hristos a murit pe cruce, dar apoi El a înviat; iar Crucea este simbolul slavei Sale divine.

Crucea Domnului nostru ne protejează și întărește întotdeauna. Purtăm o cruce și facem semnul crucii pentru a arăta că Îl iubim pe Hristos și că aparținem Bisericii Sale.

Biserica sărbătorește Sfanta Cruce în multe ocazii și în moduri diferite. O modalitate de a sărbători este prin cântări pentru Sfanta Cruce: „Crucei Tale ne închinăm, Hristoase, și Sfântă Învierea Ta o lăudăm și o mărim!” (Din cântările Sfintelor Paști)

Crucea are adevărat sens pentru noi atunci când acționăm în felul în care ne învață Hristos: având grijă de alții și fiind umili, răbdători și ascultători.



## Troița, o biserică în miniatură

Dacă nu putea ridica singur o biserică, țăranul simțea nevoia sufletească să construiască o cruce, pentru ca omul, pornit în drumeție, să nu rămână singur în călătoria sa. Troița este o biserică în miniatură. Am putea spune că, în pofida multelor silnicii la care a fost supus de-a lungul istoriei acest popor, troița românească se ridică neînfrântă, ca un semn al credinței nestrămutate, dar și al rezistenței strămoșilor noștri. În vechime, mai ales în zonele expuse invaziilor, nu se puteau dura biserici, credincioșii retrăgându-se în munți și pustietăți sau prin locuri ferite, în păduri, unde ridicau o troiță. După cum aflăm de la **Nicolae Iorga**, „**Pe timpurile mai vechi decât domniile noastre, până și bisericile de lemn erau foarte rare. Atunci, în jurul unei astfel de cruci se făcea toată slujba. Ea înlocuia biserica, o rezuma în ce avea mai caracteristic**”.

Crucea devine, în cuvintele lui Paul Evdokimov, „semn de victorie”, ea „recapitulează lumea pe brațele sale și sfărâma porțile iadului”, „precede lumina fulgerătoare a Învierii”.



## Etimologie



Troițele, al căror nume provine din slavul „trojka” (slavii care îi priveau pe strămoșii noștri făcându-și semnul sfintei cruci în fața arhetroițelor – crucile și icoanele puse la răspântii, deasupra porților și a caselor, practică apărută la noi încă din secolul al IV-lea – le-au numit astfel, asociindu-le cu Sfânta Treime, căreia i se aduceau închinăciunile ) poartă diverse denumiri, în funcție de regiune. În nordul Moldovei, sunt numite „cruci la răscruți”.

Troițele erau construite pe partea dinspre răsărit a drumurilor, cu spatele la soare, pentru ca oamenii care se închină să fie mereu cu fața către răsărit. La intersecții, precum și la ieșirile și intrările din sate, se întâlnesc și troițe cu față dublă, pentru ca omul care iese din spațiul familiar să se închine și să rostească o rugăciune pentru sprijin, iar la întoarcere să spună o rugăciune de mulțumire pentru ajutorul dat. Hotarele, ca și răscruțile, erau considerate locuri periculoase, de aceea trebuiau purificate și aparate.

La fântâni erau așezate fiindcă apa, ca sursă a vieții, trebuia însoțită de acest semn sfințitor; călătorul care face un popas pentru a bea apă din fântână și a-și înviora trupul obosit de drum, simte nevoia să-și învieze și sufletul, printr-o rugăciune. Țăranul nu poate poposi oriunde, fiindcă pentru el existau locuri bune și locuri rele, iar popasul înseamnă și răgaz sufletească.



## APLICAȚII



Sfințirea bucatelor de Paști

### 1 Pregătiri pentru sărbătoarea de Paști

Privește imaginile de pe marginile acestor două pagini și descrie ce reprezintă. La care din aceste obiceiuri ai participat și tu?



Pregătirea ouălor de Paști

### 2 Ghicitoare

Găsește răspunsul corect la următoarea ghicitoare:

Este galbenă, din ceară,  
Luminează-n noapte-afară,  
Când spre case noi pornim,  
Învierea să vestim.



Ciocnirea ouălor roșii

### 3 Cuvinte ascunse

Identifică în careul de mai jos, pe liniile orizontale și pe cele verticale, 12 cuvinte care au legătură cu sărbătorile de Paști. Alcătuieste un scurt text cu ele.

M	I	E	L	E	V	N	A	L	U
M	S	L	U	J	B	Ă	D	U	G
H	L	O	F	N	M	C	L	M	A
P	E	P	R	U	E	K	U	I	T
V	S	A	L	C	I	E	D	N	E
B	I	S	E	R	I	C	Ă	Ă	I
A	J	C	U	P	A	Ș	T	I	O
O	U	Ă	C	P	A	F	R	U	J
L	P	E	L	E	R	I	N	A	J
H	I	N	V	I	E	R	E	L	X



Participarea la slujba Învierii



## Priceasna: Cruce Sfanta Parasita

Cruce sfanta parasita  
Langa margine de drum  
Coperisul tau se strica  
Cu crestinii de acum

Oamenii nu-si mai ridica  
Palaria n dreptul tau  
Sa se-nchine si sa zica  
Doamne feri-ne de rau

Nimeni astazi nu mai vine  
Sa te-aseze iar frumos  
Bate vantul, te doboara  
Cu icoana lui Hristos

Dar credinta mea imi spune  
Ca mult nu va dainui  
Printr-o tainica minune  
Crucea tot va birui.



## Cultura in bucate:

### Reteta din bucataria lui Radu Anton Roman

#### CIORBĂ DE URZICI

Primăvara românească e semnalizată nu atât de ghiocei și ploaie de aur, ci de țigăncile care năpădesc piețele cu ștevie, lobodă și urzici (aduc ele și unișor, și podbal, și măcriș, și frunzulițe de păpădie, dar lumea a cam uitat ce și cum se mănâncă din pădure). Nu e casă românească – chiar și din cele mai simandicoase – în care să nu fiarbă o verzitură din asta „vagaboandă” și de neam prost înălțată pentru o lună la rang de trufanda: are fier cât o mină de Dognecea.

- 0,5 kg urzici
  - 1 căpățână mică usturoi
  - 200 ml iaurt (fără, dacă e post!)
  - leuștean, piper, sare
  - 1 ou (tot fără, dacă etc.!)
  - 1 ceapă
  - 1 lingură orez
  - 1 l borș
  - 1 linguriță de hrean ras
- Se spală bine urzicile, se îndepărtează tulpinele mai groase, se opăresc, se toacă
  - Se taie ceapa mărunt
  - Se pune totul la fiert în 2 l apă clocotită
  - Se toacă usturoiul
  - După 30 minute se adaugă orezul
  - Se bate iaurtul cu ou, zeama din ciorbă și usturoi pisat
  - După ce orezul a fiert un sfert de oră, se pune borșul cu hrean
  - Se toacă leușteanul
  - Dacă a fiert și borșul 5 minute, se drege ciorba cu iaurtul bătut, câteva clocote, se ia de pe foc
  - Se presară leuștean

Întremătoare în fier și vitamine după iarna carnivora și murăturivoră, sărăcimea vegetală a lui martie a fost în multe rânduri, până dincolo Arminden, salvatoare de neam, în rețete, vai, mult mai simple și mai puțin gustoase decât capriciul chiaburesc de mai sus.

*Primăvara, când încep urzicile a crește, fiecare român, cu deosebire însă sărăcimea, căreia i s-au sfârșit mai toate bucatele de sec, și nu știe ce să mai înceapă și să facă ca să poată ieși teafără din Postul mare, care e cel mai lung și mai greu post, se simte foarte fericită când află și poate mânca urzici.*

*„Urzica se dă în gura foamei“, zice un proverb popular, adică sărăcimea își stămpără cu ea foamea, dușmanul ei cel mai mare, mai cumplit și mai neîmpăcat.*

*Din Joia Mare însă începând înainte biata sărăcime nici de această plantă nu mai are parte, căci în această zi e nunta sau măritarea urzicelor, adică din această zi urzicile încep a înflori și a nu fi apoi mai mult bune de mâncat.*

*În Muntenia, urzica, care este foarte căutată de săteni, căci, ca plantă tânără și în câțva gustoasă, în timpul rigoarei Postului mare, fiind un adevărat deliciu, se mănâncă ca ciorbă cu câteva fire de orez și ca urzici sleite cu hrean ras pe răzătoare.*

(S.FI. Marian – „Sărbătorile la români“)

## **Considerații istorice asupra alimentației populațiilor de pe teritoriul României – Dr. Floarea Damaschin**

România se află la o răspântie climatică, are un climat de tranziție, considerat de Simion Mehedinți atât de caracteristic, încât îl numește “climat getic”! Acest climat există numai în regiunea de câmpie, cea mai mare întindere a țării (peste 75%) având o climă de munte și deal. Rezultă că relieful își pune și el amprenta pe aspectul climei.

Ținuturile României de azi au fost, în trecut, zone de cultură pentru grâu, orz și mai ales pentru mei. În “Descriptio Moldaviae”, Dimitrie Cantemir explică și de ce: “grâul dă de 24 de ori semănătura, orzul de 60 de ori, iar meiul de 300 de ori”! Acest climat era excepțional pentru cultura meiului și mai târziu a porumbului. Specificul geoclimatic al zonei noastre au dezvoltat păstoritul transhumant și agricultura de munte, ceea ce a dus la constrângerea locuitorilor să cultive cerealele nepanificabile (mei și orz). Începând din secolul al XVI-lea apare în nordul țării și o altă cereală nepanificabilă, hrișca, adusă din Asia și cultivată în Franța și Germania de prin secolul al XII-lea.

Porumbul este introdus în Țara Românească sub domnia lui Ștefan Cantacuzino (1678-1688) și sub domnia lui Constantin Mavrocordat (1710-1769) în Moldova. Iorga afirmă că răspândirea majoră se datora și faptului că turcii nu îl rechiziționau (ca altădată meiul, ovăzul și hrișca).

**Bibliografie:**

<https://doxologia.ro/duminica-3-din-post-sfintei-cruci>

<https://doxologia.ro/poezii/rugaciunea-parintelui-episcop-macarie-de-cand-copilarea-la-poalele-muntilor-tibles>

<https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20II-a/Religie%20Cultul%20Ortodox/Corint/Partea%20I/A0411.pdf>

<https://harlauletnografie.wordpress.com/2017/01/07/troita-o-biserica-in-miniatura/>

<http://tudorphotoblog.blogspot.com/2015/06/in-muntii-gutai-din-maramuresin-gutai.html>

<https://orthodoxpebbles.com/veneration-of-cross/>

Dr. Floarea Damaschin, Compendiu de nutritie, Vol I, <https://pdfcoffee.com/confereniar-universitar-dr-floarea-damaschin-compdiu-de-nutrie-raia-alimentara-i-principiile-nutritive-vol-i-pdf-free.html>

Radu Anton Roman, Bucate, vinuri si obiceiuri romanesti, Paideia, 1998.