

## LUI GHEORGHE SI MARIA CU DRAGOSTE Valeriu

Cel fără păcat dintre voi să arunce cel dintâi piatra asupra ei.  
Ioan 8, 7

Adevărat, adevărat vă spun că voi veti plânge si vă veti tânguî, iar lumea se va bucura. Voi vă veti întrista, dar întristarea voastră se va preface în bucurie.

Ioan 16, 20

S-a sculat de la Cină, S-a dezbrăcat de haine si, luând un stergar, S-a încins cu el.

După aceea a turnat apă în vasul de spălat si a început să spele picioarele ucenicilor si să le steargă cu stergarul cu care era încins.

Ioan 13, 4-5

Iar la masă era rezemat la pieptul lui Iisus unul dintre ucenicii Lui, pe care-l iubea Iisus.

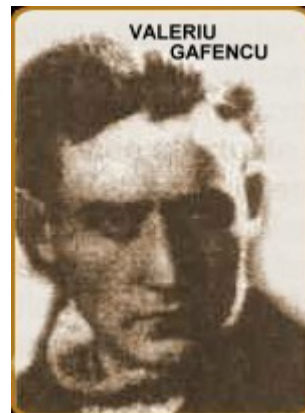
Ioan 13, 23

Poruncă nouă dau vouă: Să vă iubiti unul pe altul. Precum Eu v-am iubit pe voi, asa si voi să vă iubiti unul pe altul.

Ioan 13, 34

Întru aceasta vor cunoaste toti că sunteti ucenicii Mei, dacă veti avea dragoste unii față de altii.

Ioan 13, 35



## Ce este păcatul

Păcatul este călcarea legii lui Dumnezeu, călcare voită sau nevoită, cu știință sau fără știință, cu fapta, cu cuvântul, cu gândul.

Păcatul este necinstirea adusă lui Dumnezeu, ocară, disprețuire, defăimare, nerecunoastere si vătămare adusă fiintei Dumnezeiesti, dintr-un sentiment egoist.

Păcatul este necredință si neîncredere în Dumnezeu, în legea Lui si prea multă credință si încredere în sine, până acolo că omul să-si fie singur lege, pentru că de îndată ce ai călcat Legea lui Dumnezeu, ai urmat o altă lege, fie a ta, fie a diavolului.

Păcatul este a doua răstignire adusă Mântuitorului, căci prin păcat se reînnoiesc toate batjocurile de altădată si toate bătăile primite. Piroanele, sulita, spinii, prin păcat Mântuitorul le simte din nou. Acum însă nu mai sunt bătute de cei ce-L defăimau si strigau: "Să se răstignească, să se răstignească"... Acum îi sunt administrate de cei ce zic că cred în El, că-l urmează poruncile, că-L iubesc. Acum Îl scuipe în față cei ce sunt botezati, acum cununa de spini l-o pun cei ce se numesc crestini, acum îi dau palmele, acum îi bat piroanele, acum Îl împung cu sulita, cei pentru care suferit batjocoriri si bătăi si pentru care a dat sângele Său pe Golgota pentru ca să-l facă fii ai lui Dumnezeu, pentru ca să le deschidă Raiul, să sfarme moartea si să dărâme ladul.

Păcatul este îndepărtare de Dumnezeu si în schimb apropiere de diavol, este îndepărtare de casa Tatălui si păzire în țară străină a porcilor diavolului.

Pentru că suntem robi aceluia căruia îi slujim (Ioan 8, 34), păcatul înseamnă robia diavolului.

Când păcătuiești nu mai socotești ceea ce a făcut pentru tine Dumnezeu, nu-l mai ești fiu, și nu te gândești la dreptatea Lui, care va pedepsi pe cei ce păcătuiesc împotriva Voii Lui.

Prin păcat toate lucrurile lui Dumnezeu sunt pornite împotriva scopului pentru care au fost făcute.

Gura n-a fost făcută de Dumnezeu ca să înjurăm cu ea, să bârfim și să blestemăm pe aproapele, ci gura a fost făcută ca, cu ea, să vorbim lucruri folositoare sufletului.

Mintea nu ti-a dat-o Dumnezeu ca, cu ajutorul ei, să găsești argumentele care te îndepărtează de Dumnezeu, ci ca să găsești argumentele care te apropie.

Ochii nu au fost făcuți spre a privi ceea ce aduce vătămarea sufletului, ci spre a vedea creațiile lui Dumnezeu și spre a-l aduce multumiri.

Tot așa urechile, mâinile, picioarele n-au fost create spre a ne îndepărta de Dumnezeu.

Bunătatea și îndelunga răbdare a lui Dumnezeu nu vrei să le socotești ca atare? Căci să știi că tot timpul ti s-a dat ca să câștigi raiul și tu te pierzi socotind că El nu va mai judeca, că ne va ierta, că sunt alții mult mai răi decât tine.

## Ce urmări are păcatul

Răul pricinuit de el

1.. Prin păcat pierdem darul cel mai presus de fire ce-l avem de la Dumnezeu. Fără acest dar, sufletul rămâne slăt.

2.. Prin păcat Duhul Sfânt este luat de la noi și nu mai suntem recunoscuți fii.

3.. Prin păcat pierdem fericirea vesnică a raiului; pierdem posibilitățile unirii cu Dumnezeu și petrecerea împreună cu sfinții; pierdem lumina vesnică și odihna.

4.. Câștigăm iadul cu focul cel nestins și cu întunericul cel ce este totdeauna.

5.. Prin păcat pierdem toate bunătățile pe care le-am făcut înainte, căci Dumnezeu te va judeca în ceea ce te va găsi făcând.

6.. Prin păcat pierdem ajutorul lui Dumnezeu (atât cât ești în păcat).

## Spovedania

Nu plângi gândindu-te că ai pierdut Raiul?

Nu te cutremură mâhnirea adusă lui Dumnezeu?

Nu te înfioară ladul?

Nu cauți să-ți dobândești starea pierdută?

Se mai poate ?

Da! Trebuie numai să vrei ...

Dumnezeu a știut dintru început neputința noastră și ne-a dat posibilitatea curățirii de păcate. El a știut că omul cât va trăi va păcătui și că, fără de greseală, nimeni nu este, de aceea spunea ucenicilor Săi: Oricâte veti lega pe pământ vor fi legate în Cer, și oricâte veti dezlega pe pământ vor fi dezlegate și în Cer, cuvinte prin care se instituie și Taina Spovedaniei.

Spovedania sau pocăința este o baie din care sufletul scaldat iese usurat de greutate și curat de murdăria păcatelor, o baie în care se spală și se pierd toate întinăciunile și greselile noastre.

Spovedania este o doctorie care vindecă sufletul rănit de draci, o doctorie ce

strică otrava păcatului.

Spovedania întoarce pe păcătos de la diavol la Dumnezeu si le pune din nou în legătură cu Făcătorul său.

Spovedania însemnează aducerea sufletului la faptele si lucrurile care sunt pentru si după firea lui.

Spovedania redă pe om curat lui Dumnezeu.

Spovedania pregătește sufletul si trupul pentru primirea Sf. Trupului si Sângelui Mântuitorului nostru Iisus Hristos.

Spovedeste-te în Biserică de patru ori pe an la acelasi Duhovnic.

Când îți faci examenul de constiință găsește-te vinovat, nu te justifica; gândește-te la următoarele puncte:

1.. Motivul sau scopul cu care sau pentru care ai păcătuit. A doua zi caută să ocolești momentul potrivit respectiv.

2.. Intentia-ce ai voit de ai păcătuit.

3.. Împrejurările, ocolește-le a doua zi.

4.. Locul unde ai păcătuit.

5.. Cât l-ai răspândit-ai îndemnat pe alții.

6.. Numărul... Spovedania trebuie făcută cu zdrobire de inimă si cu părere de rău. Zdrobirea inimii este supărarea si durerea ce ti se pricinuieste când îți aduci aminte de păcat.

Această durere nu stă numai în a simți păcatul, a suspina si a plânge pentru el, ci stă mai ales în a urî păcatul.

Părerea de rău este durerea ce o simte cel ce se pocăiește pentru că s-a lipsit de darul lui Dumnezeu si a câștigat munca.

Biserica a stabilit înainte de spovedanie să tii un post de sapte zile sau chiar mai puțin. Bolnavii sunt scutiti.

Scrie păcatele pe hârtie si citește-le singur înaintea Duhovnicului.

Angajează-te în fata lui Dumnezeu să nu le mai faci.

## **CELE 10 PORUNCI**

Porunca întâi: Eu sunt Domnul Dumnezeuul tău, să nu ai alti dumnezei afară de mine.

1.. Crezi în Dumnezeu?

2.. Crezi în Sfânta Treime?

3.. Îl adori pe Dumnezeu?

4.. Îl iubesti?

5.. Îl cunosti? Te-ai silit spre a afla ceva despre Dumnezeu din cărțile Sfintei Scripturi, cărțile bisericești sau de altundeva?

6.. Nu cumva crezi în farmece?

7.. Nu ai umblat pe la ghicitori, prezicători?

8.. Nu faci spiritism?

9.. Nu crezi în vise? Crede numai în Dumnezeu.

10.. Nu cumva dai mai multă cinstire unei fiinte sau lucru decât lui Dumnezeu?

11.. Nu pretuiesti banul, mâncarea sau vinul, femeia sau bărbatul, mai mult decât pe Dumnezeu?

12.. Ai cârțit vreodată împotriva lui Dumnezeu?

13.. Nu ai deznădăduit din cauza vreunui necaz, supărare sau orice alt rău venit asupra ta?

14.. Nu te-ai împotrivit adevărurilor și învățăturii creștine?

15.. Nu ai citit cărți împotriva credinței?

16.. Nu ai dat altuia să citească?

17.. Nu ai fost la adunările necredincioșilor?

18.. Nu ai citit cărțile și revistele lor cu scopul aflării altui adevăr decât cel al Bisericii?

19.. Nu ai apărut necredința sau sectele sau mahomedanismul?

20.. Nu ai dus daruri sectarilor?

21.. Nu crezi în credințe desarte sau păgânești? Că mi-a ieșit un preot înainte îmi merge rău, mi-a ieșit un cosar îmi merge bine, mi-a ieșit cu plinul sau cu golul etc.?

22.. Este Dumnezeu centrul preocupărilor tale?

23.. Ti-ai pus întotdeauna nădejdea în Dumnezeu?

24.. Crezi că există Rai sau Iad?

25.. Crezi că va fi Judecată?

26.. Nu te încrezi prea mult în bunătatea lui Dumnezeu și în felul acesta nu te temi de judecată?

27.. Nu crezi că Dumnezeu nu te mai poate ierta din cauza prea multelor (tale) și grelelor păcate?

28.. Ai cerut totdeauna ajutorul lui Dumnezeu?

29.. Ti-ai făcut regulat rugăciunile? Seara, dimineața și la prânz?

30.. La Biserică mergi regulat?

31.. La rugăciune și în Biserică te gândești numai la Dumnezeu?

32.. Peste zi îți mai aduci aminte de Dumnezeu?

33.. Multumiri l-ai adus lui Dumnezeu după toate faptele tale?

34.. Și înainte de a face ceva l-ai cerut ajutorul?

35.. Rugăciunile nu le spui câteodată numai din obicei sau să te scapi?

36.. Nu te gândești în altă parte în timpul rugăciunii?

37.. Nu-ti vin gânduri că nu te mai poți mântui?

38.. Nu ai amânat pocăirea spre bătrânețe?

39.. Nu cauți să mergi târziu la Biserică?

40.. Asculti slujba atent?

41.. Nu râzi, nu vorbești sau nu te uiti după lume în Biserică?

Porunca a doua: Să nu-ti faci chip cioplit nici asemănarea vreunui lucru, din câte sunt în cer, pe pământ, în ape sau sub pământ, nici să te închini lor, nici să le slujești.

1.. Nu cumva crezi că unii oameni sunt mari și au valoarea pe care a avut-o Mântuitorul? Exemplu: filosofi și sefi de religii.

2.. Crezi în Sfintele Icoane?

3.. Cel de închinare le dai?

4.. Nu crezi cumva că Icoana este chiar Sfântul pe care îl zugrăvește?

5.. Nu cumva crezi în oameni-femeia ta, bărbatul tău, copilul tău, etc.?

6.. Nu te închini vreunui lucru, banului, mâncării, băuturii sau altor plăceri?

7.. Nu cumva mintea este singura ta lege și faci numai ceea ce-ti spune ea?

Porunca a treia: Să nu iei Numele Domnului Dumnezeului tău în desert.

- 1.. Ai înjurat vreodată de Dumnezeu Tatăl sau de Mântuitorul Iisus Hristos?
- 2.. Ai înjurat de Îngeri, Arhangheli?
- 3.. Ai înjurat de Sfânta Fecioară?
- 4.. Ai înjurat de Sfinti, Biserică, Paste, Candelă, Icoane, Cruce si altele?
- 5.. Ai adus numele Domnului drept mărturie mincinoasă?
- 6.. Ai luat altfel de mărturie: ochii tăi, viața ta, mântuirea sufletului tău? Căci Mântuitorul a zis: Vorba ta să fie da și nu; căci ce e mai mult vine de la diavol.
- 7.. Ai drăcuit? Ai trimis pe alții la dracu sau pe tine?
- 8.. Ai obiceiul să blestemi pe cei ce-ți fac rău? Mântuitorul ne-a învățat să ne rugăm pentru ei.
- 9.. Jurământ fals ai depus?
- 10.. Dar jurământ adevărat?
- 11.. Nu întrebuințezi ca jurământ formula "zău", care este prescurtarea lui "pe Dumnezeu meu"?

**Porunca a patra: Adu-ți aminte de Ziua Domnului, șase zile să lucrezi, iar a șaptea să o serbezi.**

Ziua Domnului este Duminică. Aceeași valoare o au și toate sărbătorile instituite de Sfânta Biserică, de peste an.

1. Ținut-ai toate Duminicile și sărbătorile?
2. Fost-ai în toate aceste zile la Biserică?
3. Cei din casa ta le-au ținut, au fost la Sf. Biserică, nu i-ai oprit pentru vreun lucru?
4. Altoră nu le-ai dat de lucru în aceste zile? Nu mergi prea târziu la Biserică?
5. Ziua Domnului o serbezi cum trebuie? Sau e pentru tine o zi obișnuită sau o zi de chefuri și petreceri? Dimineața mergi la Biserică? După masă citești cărți folositoare, ziditoare de suflet?
6. Te îngrijești de suflet mai mult în această zi decât în altele?
7. Nu ai făcut sau ai participat la clăci?
8. Nu te porți cu necuviință în Biserică?
9. Nu ai hulit Biserica și pe slujitorii Sf. Altar?
10. Pe preoți îi cinstești ca pe slujitorii lui Dumnezeu? Nu-i batjocorești? Nu-i bârfesti spunându-le păcatele?
11. Te rogi pentru ei? Îi ascuți?

**Porunca a cincea: Cinstește pe tatăl tău și pe mama ta ca să-ți fie tie bine și să trăiești ani mulți.**

- 1.. Nu ti-ai bătut părintii sau socrii?
- 2.. Nu i-ai înjurat sau persecutat?
- 3.. Ai ascultat sfaturile lor?
- 4.. Nu i-ai înșelat cu ceva?
- 5.. Nu le-ai speculat buna credință?
- 6.. Când au fost în neazuri i-ai ajutat?
- 7.. Slujbe după moarte le-ai făcut?
- 8.. Frații, surorile, le-ai ajutat?
- 9.. Ai purtat grijă de soție, de copiii? Căci Sf. Pavel zice: Dacă nu poartă cineva grijă de ai lui și mai ales de cei din casa sa, s-a lepădat de credință și este mai rău decât un necredincios. (1 Timotei 5, 8)

- 10.. Nu ti-ai bătut sotia? Nu te-ai purtat rău cu ea? N-ai înjurat- o?
- 11.. Sotul ti l-ai cinstit? Sotia sau sotul ti-ai iubit ca pe tine însuti?
- 12.. Nu ti-ai înselat sotul sau sotia?
- 13.. Nu i-ai făcut viata mai grea? Nu esti cicălitor?
- 14.. De cele sufletesti ale celor din casa ta te-ai îngrijit suficient?
- 15.. Cum te-ai purtat cu părintii sufletesti? Nasi, profesori, preoti? l-ai respectat si i-ai ajutat?
- 16.. Nu ai fost obraznic sau încăpătânat cu părintii?
- 17.. Nu i-ai supărat? Mâniat?
- 18.. Nu i-ai vorbit de rău, batjocorit?
- 19.. Nu ai răs de neputintele lor?
- 20.. Ai luat seama să-si facă datoriile religioase?
- 21.. Nu te-ai rusinat de ei?
- 22.. Nu ti-ai cheltuit banii pe lucruri nefolositoare (tutun sau alte plăceri) si în felul acesta ai lipsit familia de cele trebuitoare?
- De esti părinte
- 23.. Ai îndreptat pe copii tăi pe drumul Bisericii, cu fapta si cu cuvântul?
- 24.. Nu le-ai dat exemplul tău de certuri, betii, vorbe porcoase, minciună, furt, necinste, clevetire, lene?
- 25.. Nu cumva trăiesti în concubinaj si copiii vād acest lucru?
- 26.. Pentru faptele rele: certuri, minciună, bătaie, furt, i-ai pedepsit? Nu cumva din milă i-ai crutat?
- 27.. Pentru copiii tăi, sotie, sot, frati, surori, părinti, ai făcut rugăciuni?
- 28.. Nu ai fost prea aspru, sau prea blând cu copiii tăi?
- 29.. Slugi rele care să învete copiii lucruri stricacioase de suflet nu ai tinut? De esti tutore
- 30.. Ti-ai îndeplinit toate îndatoririle materiale si morale față de copil? De esti stăpân
- 31.. Cum te-ai purtat cu servitorii sau ucenicii tăi?
- 32.. Le-ai plătit leafa cinstit, nu le-ai retinut pentru cine stie ce motive?
- 33.. l-ai îndemnat să-si facă datoriile religioase?
- 34.. Nu i-ai îndemnat să facă vreun păcat? De esti slugă
- 35.. Ai ascultat stăpânii, patronii etc.?
- 36.. Ti-ai îndeplinit cu hărnicie toate datoriile?
- 37.. Nu le-ai lucrat de mântuială?
- 38.. Nu le-ai furat ceva?
- 39.. Nu le-ai povestit casa?

#### **Porunca a sasea: Să nu ucizi**

- 1.. Nu cumva ai ucis vreodată cu voie sau fără voie?
- 2.. Nu doresti să ucizi, nu ai gânduri de răzbunare? Ai lăudat pe cineva care a omorât?
- 3.. Nu doresti moartea cuiva, fie pentru a-i lua averea, femeia, bărbatul etc?
- 4.. Nu ai bătut pe cineva?
- 5.. Nu ai amenintat?
- 6.. Nu urăsti pe cineva, esti împăcat cu toti cunoscutii?
- 7.. Doresti rău cuiva, moarte, pagubă?
- 8.. Te bucuri de răul ce se întâmplă semenului?
- 9.. Cum te porti cu cei din jur?

- 10.. De esti bărbat ai admis lepădarea de copii?
- 11.. De esti femeie, nu ai lepădat prunc cu voie?
- 12.. Nu ai căutat să te sinucizi direct sau indirect?
- 13.. Ai făcut vânatoare?

**Porunca a saptea: Să nu preacurvesti.**

**Curvie face cel necăsătorit; preacurvie cel căsătorit.**

- 1.. Nu ai curvit sau de esti căsătorit n-ai preacurvit?
- 2.. Nu trăiești în concubinaj?
- 3.. Nu păcătuiești împotriva firii: onanie sau homosexualitate?
- 4.. Nu cumva poftesti să curvesti cu bărbatul sau femeia altuia?
- 5.. Nu cauți prilej de curvie?
- 6.. La lucruri rusinoase nu te gândești prea mult?
- 7.. Nu cauți să-ti aduci aminte de asemenea scene?
- 8.. Nu vrei să vezi părțile rusinoase ale corpului?
- 9.. Nu vorbești lucruri rusinoase?
- 10.. Nu ai citit cărți care să-ti producă plăceri sexuale?
- 11.. Nu ai îndemnat pe altul să facă acest păcat?
- 12.. Nu ai făcut pe altul să păcătuiască prin îmbrăcăminte sau gătire?

**Porunca a opta: Să nu furi.**

**Preotul nu poate ierta furtul neînapoiat; deci să restitui ceea ce ai furat și apoi spovedește-te.**

- 1.. N-ai furat bani sau alte obiecte de la stat, societate sau vreun om?
- 2.. N-ai păgubit pe alții?
- 3.. Pe cel păgubit l-ai despăgubit?
- 4.. De averea altuia, încredințată tie, ai avut destulă grijă?
- 5.. Bani sau alte obiecte pe care le-ai luat împrumut, le-ai restituit?
- 6.. Ai primit lucruri furate?
- 7.. Lucrurile găsite le-ai dat înapoi?
- 8.. N-ai schimbat hotarele pământului cu vecinul tău?
- 9.. N-ai îndemnat pe altul să facă acest lucru?
- 10.. N-ai luat dobândă prea mare?
- 11.. N-ai falsificat vreo marfă, n-ai vândut-o ca marfă bună?
- 12.. La cântar sau socoteală n-ai înșelat?
- 13.. N-ai luat de la cel mai mic decât tine lucruri cu de-a sila?
- 14.. N-ai luat mită?
- 15.. N-ai învățat copiii să fure?
- 16.. N-ai gânduri de îmbogățire pe căi necinstite?

**Porunca a noua: Să nu mărturisești strâmb împotriva aproapelui.**

- 1.. N-ai jurat strâmb?
- 2.. N-ai mintit?
- 3.. N-ai adus mărturii mincinoase?
- 4.. Te-ai purtat corect cu semenul tău?
- 5.. Nu l-ai mintit?
- 6.. Nu cumva ai purtat minciuni?

7.. Nu cumva ai umblat cu povesti de la unul la altul?

Porunca a zecea: Să nu poftesti si să nu doresti nimic, din ceea ce vezi că are fratele tău.

- 1.. Dorit-ai femeia, fiica, bărbatul sau fiul aproapelui tău?
- 2.. Dorit-ai averea vecinului?
- 3.. Nu ai dorit starea socială a celui mai mare ca tine?
- 4.. N-ai urât din această cauză pe vecin?
- 5.. N-ai dorit casa, sau pământul, sau vita, sau lucrul fratelui tău?

## CELE SAPTE PĂCATE DE MOARTE

### Mândria

Este izvorul tuturor răutăților sufletesti; ea este o lăcomie spirituală pentru care si dracii au căzut din darul lui Dumnezeu.

- 1.. Nu esti mândru, fălos, închipuit?
- 2.. Nu crezi prea mult în frumusețea sau averea ta, nu te-ai mândrit cu ele?
- 3.. Cum te porti cu cei mari?
- 4.. Nu dispretuiesti pe nimeni?
- 5.. Stai de vorbă cu oricine?
- 6.. Nu esti fătarnic, ipocrit (una spui, alta faci)?
- 7.. Nu te-ai lăudat prin fapte, vorbe, îmbrăcăminte?
- 8.. Nu ai vorbit ceva spre a fi lăudat?
- 9.. Nu ai clevetit pe aproapele ca să-i înjosesti cinstea si vrednicia si spre a te ridica pe tine?
- 10.. Ai răbdat ocară celui ce te-a ocărât?
- 11.. Ai iertat pe cei ce s-au supărat pe tine?
- 12.. Nu te-ai mândrit cu știinta, cu cunostintele tale?

### Lăcomia

Din abstract, egoismul se concretizează prin lăcomie.

Din acest punct de vedere priveste Sf. Apostol Pavel când zice că lăcomia este rădăcina tuturor răutăților.

- 1.. Nu esti lacom la mâncare sau băutură?
- 2.. Nu vrei să strângi avere sau alte lucruri?
- 3.. În strângerea de bani nu esti lacom, n-ai înșelat pe aproapele tău din această cauză?
- 4.. Nu ai mâncat sau ai băut pe ascuns?
- 5.. Ai mâncat în sărbători înainte de Sf. Liturghie?
- 6.. Ai mâncat mortăciuni?

### Lenea

Este lipsa de întrebuințare a puterilor trupesti si sufletesti pe care Dumnezeu ni le-a dăruit ca să le folosim în viața noastră

- 1.. Nu esti lenes?
- 2.. Nu pierzi timpul fără să lucrezi?
- 3.. Nu te ocupi cu lucruri rele sau desarte (gătirea trupului etc.)?



- 4.. Rugăciunea o faci regulat?
- 5.. De suflet te îngrijești?
- 6.. Datoria ca functionar, lucrător, servitor, ti-o faci?
- 7.. Nu obligi pe cei mai mici să facă lucrul tău?
- 8.. Nu ai căutat duhovnic mai iertător?
- 9.. Ti-ai îndeplinit canonul?

### **Mânia**

Se întemeiază tot pe pivotul lăcomiei.

Când omul nu-si poate îndeplini poftele sale, se înfurie căci este împiedicat de la scopul său cel rău.

Omul se poate mânia numai contra păcatului.

- 1.. N-ai făcut rele în mânie, injurături, bătăi, etc.?
- 2.. Te mâinii des? Cât te tine? Stii că Sf. Pavel a spus: Soarele să nu apună este mânia voastră (Efeseni 4, 26) ?
- 3.. Acum esti supărat pe cineva?
- 4.. Ai bătut pe cineva cu bâta, cu palma?
- 5.. N-ai supărat sau muștrat pe cineva fără temei, cu răutate?
- 6.. Ai dorit răul celui ce ti-a făcut rău? Dar celui ce ti-a făcut bine?
- 7.. Nu te-ai mâniat pe vecin pe motivul că e mai bun decât tine? Nu l-ai invidiat?

Nu-ti pare rău?

- 8.. Nu ai vărsat sângele cuiva (în betie)?
- 9.. Nu te-ai bătut la duel?
- 10.. Nu te-ai rugat (în mânie) să vină răul asupra vrăjmasilor tăi?

### **Zgârcenia**

Este materială si spirituală.

Materială este atunci când omul nu voieste să mângâie trupește pe cel sărac, iar spirituală când nu voieste să îndrumeze pe cel nestiutor din răutate.

- 1.. Esti zgârcit?
- 2.. N-ai lipsit de cele necesare pe un vecin din zgârcenie?
- 3.. Ai ajutat pe sărac?
- 4.. La masă ai chemat săraci sau bogati? Stii că Mântuitorul ne îndeamnă să chemăm la masă pe cei ce nu ne pot chema înapoi.
- 5.. Nu vinzi prea scump?
- 6.. Nu înseli?
- 7.. Nu-ti pare rău că ai făcut vreun bine?
- 8.. Nu cumva mănânci puțin, te îmbraci prost (pe tine si pe ai tăi) spre a te îmbogăți?
- 9.. Nu cumva nu te îngrijești de sănătatea alor tăi, copii, soție, părinti, frati, spre a nu cheltui bani?

### **Invidia (cearta sau pizma)**

Când cel furios nu poate birui cu mânia lui piedicile care i se opun, si neputând să facă altceva, se îndulcește cu inima în patima invidiei, ca să acopere cinstea si vrednicia sufletească si trupească a aproapelui si să se înalte el.

- 1.. Esti certat cu cineva?
- 2.. Ți place să te certi?
- 3.. Urăști pe cineva?
- 4.. Batjocoresti?

- 5.. Sfaturi viclene dai?
- 6.. Acum ai pe cineva invidie?
- 7.. Vorbesti cu toată lumea?
- 8.. Ai poreclit pe cineva?
- 9.. Nu ai băgat vrajbă între frati?
- 10.. Nu porti pizmă pe cineva pentru faptul că e mai bun ca tine sau se bucură de mai multă cinste, avere, situatie socială etc.?

#### **Desfrânarea (Curvia)**

Este tot o lăcomie, dar nu de ordin material sau spiritual, ci de ordin sentimental.

Păcatul curviei, ca nici un alt păcat, se face în trup.

Trupul e templul Duhului Sfânt.

(Poti face desfrânare privind sau auzind lucruri care te-ar face să păcătuiești.

Chiar mâncând, dormind prea mult, vorbind etc.)

- 1.. Ai căzut în curvie?
- 2.. Dar preacurvie?
- 3.. Nu cumva îți place să vezi sau să citești cărți care te fac să păcătuiești cu gândul, nu cumva îți place să asculți sau să vorbești vorbe porcoase sau de rusine? Să știi că Sf. Pavel ne spune să nu se audă din gura noastră nici vorbe spurcate sau porcoase, nici glume proaste care nu sunt cuviincioase, nici vorbe nechibzuite.
- 4.. Nu cumva îți place să vorbești cu rost sau fără rost?
- 5.. Nu te stăpânește nici o patimă?
- 6.. Nu mănânci sau dormi prea mult? Știi că tot Sf. Pavel a spus: Toate îmi sunt îngăduite, dar nu toate îmi sunt de folos (1 Cor 6, 12).
- 7.. Nu ai în casă tablouri cu chipuri goale? Nu le privești cu patimă?
- 8.. N-ai curvit cu rudeni de sânge sau cu cele spirituale (fină, nase)?
- 9.. N-ai pipăit trupul altuia cuprins de patima desfrânării?
- 10.. N-ai vrut să vezi părțile rusinoase ale corpului?

## **PĂCATE STRIGĂTOARE LA CER**

#### **A. Uciderea cu voie**

1. Ai ucis pe cineva?
2. Ai căutat să ucizi?
3. Vrei să ucizi pe cineva?
4. Vrei să te răzbuni luând viața cuiva?
5. Ai bătut pe cineva?
6. Ai certat, ai amenintat pe cineva?

#### **B. Sodomia (împreunare împotriva firii)**

- 1.. Bărbat cu bărbat sau orice fel de animal?
- 2.. Bărbat cu femeie împotriva firii?
- 3.. Onania. Ai făcut onanie?

#### **B. Oprirea pensiei sau simbriei la orfani, văduve, muncitori, salariați sau servitori**

- 1.. Ai oprit pensiile sau salariile? Din orice motiv, fie ca despăgubire pentru un lucru stricat, fie din alte motive?
  - 2.. Retineri parțiale sau nedrepte ai făcut?
  - 3.. Ai plătit totdeauna pentru ceea ce ti-au lucrat alții?
- B. Asuprirea văduvelor, orfanilor, invalizilor și neputincioșilor**

- 1.. N-ai bătut copiii, bătrânii sau orfanii?
- 2.. Nu ti-ai bătut joc de ei?
- 3.. N-ai asuprit pe cel mai mic decât tine?
- 4.. N-ai râs de ologi sau neputinciosi?
- 5.. Nu i-ai necăjit?
- 6.. Nu cumva ai avut datoria să-i ajuti si nu i-ai ajutat?
- 7.. Pe cei ce nu ai avut datoria i-ai ajutat sau ai trecut pe lângă ei ca preotul si levitul din Evanghelia cu Samariteanul milostiv?
- 8.. Pe orb l-ai făcut să cadă conducându-l rău?
- 9.. De orice neputincios, surd, gângav, schiop, ciung, chior nu ti-ai bătut joc?

## **DATORII FATĂ DE VIATA SUFLETEASCĂ A APROAPELUI**

- 1.. A feri pe altul de a păcătui. Ai ferit sau nu ?
- 2.. A învăța pe cei nestiutori.
- 3.. A da un sfat bun celui ce are nevoie.
- 4.. A ne ruga lui Dumnezeu pentru altii.
- 5.. A mângâia pe cei întristati.
- 6.. A suferi cu răbdare când suntem nedreptătiți.
- 7.. A ierta greselile altora.

## **PORUNCI PRIVITOARE LA VIATA TRUPEASCĂ A APROAPELUI**

- 1.. A da hrană celui flămând. Ai dat sau nu?
- 2.. A potoli setea celui însetat.
- 3.. A îmbrăca pe cel gol.
- 4.. A îngriji pe cel bolnav.
- 5.. A primi si ospăta pe streini.
- 6.. A cerceta pe cei din închisori.
- 7.. A îngropa pe cei morti.

## **PĂCATE STREINE**

- 1.. Când sfătuiesti pe altul să păcătuiască.
- 2.. Când poruncesti altuia să păcătuiască.
- 3.. Când te învoiesti cu altul la păcat.
- 4.. Când ajuti pe altul să păcătuiască.
- 5.. Când lauzi pe cel ce face păcatul.
- 6.. Când poti, dar nu voiesti să împiedici pe altul de a face păcatul.
- 7.. Când stii si nu spui păcatul altuia (să i-l spui)

## **PĂCATE ÎMPOTRIVA DUHULUI SFÂNT**

1.. Nesocotirea harului lui Dumnezeu si încrederea prea mare în tine.

1.. Să crezi că Dumnezeu n-are putere să te ierte, e un păcat foarte mare.

2.. Să crezi că tu esti totul si Dumnezeu n-are nici o putere în lume.

1.. Neîncrederea în Dumnezeu.

2.. Împotrivirea la Adevărul stabilit de Sfânta Biserică (să nu crezi în vreo dogmă).

3.. Lepădarea de Biserica Ortodoxă. Fereste-te de aceste păcate, căci Mântuitorul spune: Dar cine va huli împotriva Duhului Sfânt nu are iertare în veac, ci este vinovat de osânda vesnică (Marcu, 3, 29).

## **CELE 9 PORUNCI BISERICESTI**

1.. Cercetarea Sfintei Biserici în toate Duminicile si sărbătorile legale.

2.. Păzirea celor patru posturi din an.

3.. Respectul față de fetele bisericesti.

4.. Mărturisirea păcatelor în cele patru posturi.

5.. A ne feri de eretici.

6.. A ne ruga pentru conducătorii statului si dregătorii Bisericii.

7.. A nu face nuntă, petreceri, în post.

8.. A feri Biserica de a i se înstrăina lucrurile.

9.. A păzi posturile si a face rugăciunile pe care chiriarhul (episcopul) locului le pune în vremuri grele.

## **DIFERITE PĂCATE**

1.. Neîndeplinirea angajamentelor:

a.. ai îndeplinit pe cele luate în fata lui Dumnezeu, a ta, a aproapelui?

b.. ai îndeplinit canonul dat la Spovedanie?

1.. Furtisag de cele sfinte:

a.. ai mintit la Spovedanie?

b.. ai ocolit să spui tot si din ce motive?

## **SFATURI**

a.. Spovedeste-te de cel puțin patru ori pe an în posturi.

b.. Posteste înainte de spovedanie.

c.. Păstrează acelasi duhovnic.

d.. Fă-ti un serios examen de constiință înainte de a merge la spovedanie.

e.. Scrie pe hârtie păcatele, altfel le poti uita. Apoi arde hârtia imediat.

f.. Mărturiseste singur nu numai păcatele făcute ci si (pe) cele din inimă.

g.. Nu ascunde nici un păcat.

**h.. Împacă-te cu cel ce ti-a gresit.**

**i.. Ocoleste prilejul de păcățuire.**

**j.. Părăseste păcatul - angajează-te că nu vei mai păcățui.**

**k.. Regretă păcatele făcute.**

**l.. Fereste-te pe cât poti de ele.**

**m.. Cuminecă-te numai dacă te simti curat. Altfel vei fi osândit.**

**n.. Îndeplineste cu sfintenie canonul dat de duhovnic.**

**o.. Judecă-te singur pentru fiecare păcat făcut.**

Fiecare dintre noi avem o menire, dar trebuie să stăm sub povata duhovnicului, care înlătură voia nepricepută, făcând loc voii lăsată de Dumnezeu în fiecare dintre noi. Duhovnicul dezvăluie intentiile lui Dumnezeu în noi. Dacă nu stăm sub povata duhovnicului putem să intrăm în rătăciri mai mari ca patimile. Îl simt prieten pe fiecare suflet care-mi trimite un singur gând de iubire. Si doresc si rog ca fiecare prieten să copieze acest îndreptar la spovedanie.

Am scris, cum am putut, în toată graba, din dorinta curată de a vă trimite acest îndreptar la spovedanie.

Cu toată dragostea, Valeriu.