



Știați că ? MORCOVUL



- este înzestrat cu cantități mari de beta-caroten, substanță din care organismul sintetizează vitamina A, ce are rolul de a hrăni ochiul, pielea și mucoasele, ferindu-ne astfel de răceală, gripă și de alte boli;
- are calități remineralizante datorită conținutului în substanțe cum ar fi: sodiu, calciu, potasiu, magneziu, fosfor, siliciu, fier;
- are calități diuretice, curățând rinichii de reziduri. Rinichii sunt organe prin care corpul elimină o parte importantă de substanțe nefolositoare și toxine;
- are calități digestive ajutând intestinele să rămână sănătoase, prin păstrarea echilibrului dintre cele două tipuri de floră, de fermentație și de putrefacție. O digestie bună înseamnă o sănătate bună;
- hrănește și curăță plămâni. Când plămâni sunt curați corpul primește mai mult oxigen și dă afară mai ușor dioxidul de carbon;
- hrănește și curăță splina, organul unde se fabrică dar și unde se depozitează o mare cantitate de sânge;
- alături de alte vitamine și minerale ne ajută să avem un sistem muscular sănătos.



În tot timpul anului, dar mai ales **iarna**, este bine să consumăm morcov pentru a ne întări sistemul imunitar.

Doctor Floarea Damaschin

Când tăcerea este un păcat ?

Se spune că tăcerea este de aur. Dar nu întotdeauna. În anumite împrejurări, tăcerea este un păcat. Iată câteva exemple când tăcerea devine un păcat.

Când taci la spovedanie și nu spui toate păcatele, este păcat.

Când semenul tău păcătuiește și tu îl vezi sau știi că face rău și nu-l sfătuiești de bine și taci, este păcat.

Când asculți pe cel ce vorbește de rău și nu-l oprești, ci taci, este păcat.

Când îți auzi copiii mințind, blestemând, înjurând, grăind de rău și taci, este păcat.

Când copiii tăi fac fapte rele și tu taci, este păcat.

Când nu-ți înveți copiii să meargă la Biserică, să se spovedească, să se împărtășească, să facă fapte bune, să fie respectuoși cu cei mari, să se roage lui Dumnezeu, tăcerea este un păcat.

Când nu te rogi lui Dumnezeu pentru părinții sau pentru copiii tăi, tăcerea este un păcat.

Când tratezi lucrurile cu indiferență, nepăsare și nu vrei să îndrepti lucrurile dacă te pricepi, tăcerea este un păcat.

Nu uita că ai datoria de a vorbi despre oameni către Dumnezeu, adică a ne ruga pentru ei, cât și datoria de a vorbi despre Dumnezeu către oameni, adică a-i învăța Credința Ortodoxă.

Să nu rămâi în nici o zi dator lui Dumnezeu cu rugăciunea și nici omului cu cuvântul folositor. Toate acestea trebuie făcute cu smerenie și cu dragoste, având în vedere mântuirea ta și a celor din jur și nu pentru a-ți arăta supremația sau a-ți dovedi dreptatea. Căci și adevărul poate ucide dacă nu-l spui cu dragoste.

“Atunci când credința este în primejdie, porunca Domnului este de a nu păstra tăcerea... Dacă voi veți tăcea și veți rămâne nepăsători, atunci pietrele vor striga.”

Sfântul Teodor Studitul

Căutând Înțelepciunea ...



“Mica Biblie” a văzut pentru prima oară lumina tiparului în 1913 și cuprindea câteva sute de istorioare din Vechiul și Noul Testament. Cartea a fost apoi retipărită și îmbunătățită cu texte și ilustrații noi.

Actuala ediție din 2004, este o repovestire frumoasă a principalelor întâmplări din Scriptură, într-un limbaj atractiv, accesibil copiilor și tinerilor credincioși, presărat cu citate biblice.

Numărul mare de ilustrații reproduse după “Biblia în imagini” (Leipzig, 1860) contribuie la o mai bună înțelegere a textului și la un aspect grafic deosebit.

Această lectură poate constitui un prim pas pentru un studiu mai aprofundat al Bibliei, împlinind în viața fiecăruia spusa Psalmistului:

“Făclie picioarelor mele este cuvântul Tău și lumină cărărilor mele.” (Psalmul 118,105)

