

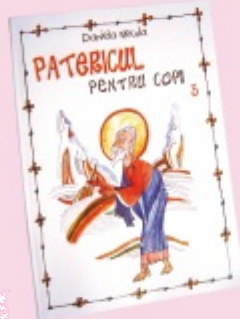
Știați că varza ?



- este cunoscută și cultivată încă de pe vremea grecilor și a romanilor care îi recunoșteau proprietățile medicinale, declarând că se află deasupra multor altor legume;
- există patru varietăți de varză valoroase din punct de vedere medical (albă, roșie, creastă, de Bruxelles), putându-se consuma în stare crudă, gătită, murată, sub formă de suc;
- conține vitaminele A, E, B1, B2, B3, B5, B6, B9, B12, fosfor, calciu, zinc, mangan, cupru, fier, în procente variabile în funcție de specie;
- folosită în uz intern este un aliment nutritiv, energizant, remineralizant, diuretic, antihemoragic, antiseptic, antidiabetic și antianemic;
- poate fi folosită sub formă de cataplasme împotriva durerilor reumatismale, entorselor, înțepăturilor de insecte, plăgilor, rănilor, arsurilor, durerilor de dinți, abceselor, durerilor de mușchi sau migrenelor;
- este benefică în cazul constipației, hemoroizilor, infecțiilor, inflamațiilor, gastritei, ulcerului, tumorilor, hemoragiilor, sinuzitelor sau cirozelor;
- varza murată, pe lângă proprietățile de detoxifiere, tratează constipația și reglează tractul digestiv ajutând la eliminarea rezidurilor. Moarea de varză băută pe stomacul gol ajută la eliminarea paraziților intestinali.

Doctor Floarea Damaschin

Căutând Înțelepciunea ...



Pentru voi, dragi copii, autoarea Daniela Necula, a adunat în "Patericul pentru copii" întâmplări minunate din viața unor oameni bineplăcuți lui Dumnezeu, care au trăit în diferite colțuri ale lumii.

Cuvântul *pateric* provine din grecescul *pater* ce înseamnă *părinte*. Prin urmare *Patericul* este o carte care cuprinde cuvinte ale Sfinților Părinți adunate pentru folosul credincioșilor.



Să pui început bun!

În faptă, să pui început bun, înseamnă să te străduiești în fiecare zi să faci puțin mai mult decât ieri. Să faci puțin mai multă rugăciune și să o faci puțin mai fierbinte.

Până ieri, când te întâlneai cu prietenii tăi, ori îi cercetai și făceai pe încruntatul, ori influențat de indispoziția ta le cereai prea multe. Acum, tocmai pentru că te-ai încredințat lui Dumnezeu, tocmai pentru că ai pus început bun și trebuie să pui ceva în faptă, încearcă să fii mai răbdător, încearcă să fii mai bun, mai blând, încearcă să nu vorbești pentru că poți spune vorbe mai puțin bune care vor vătăma, străduiește-te să faci ceva ce n-ai făcut până ieri, pune puțin brațul să ajuți pe cel care are nevoie.

Veți ieși și veți întâlni un cunoscut, un coleg, un colaborator, pe vecinul tău și te vei strădui, orice vei auzi, orice vei afla, ca om al lui Dumnezeu care a pus început bun, să-i vezi pe toți ca făpturi ale lui Dumnezeu, ca îngeri ai lui Dumnezeu, pentru că pot deveni îngeri ai lui Dumnezeu. În loc să vorbești pe cineva de rău, în loc să-l judeci, fă o rugăciune, spune un cuvânt dinlăuntru tău: *Doamne, și aceasta este făptura Ta, ajută-l, miluiește-l!*

Astfel, în fiecare clipă, în fiecare împrejurare, aducându-ți aminte că ai pus început bun, aducându-ți aminte că te-ai încredințat lui Dumnezeu, atunci când va ieși din mintea ta o exprimare necontrolată pe care acum o poți controla, te vei strădui să faci ceea ce ar face un Sfânt, ceea ce îți spune Hristos să faci în ceasul acela.

din volumul "Sufletul meu, temnița mea"
Editura Bizantină

Poveștile sunt selectate astfel încât să trezească interesul copiilor. Ele au fost repovestite pentru a fi cât mai clare și ușor de înțeles și sunt frumos ilustrate pentru a fi atractive pentru copii.

Numai sfinții care au gustat din bucuria de a fi cu Dumnezeu pot strecura în sufletul copiilor un strop de sfințenie. Viața și sfaturile lor să vă fie exemple de urmat.

