



Părintele Ioanichie Bălan

Hrană pentru suflet

Străduiește-te să dobândești în toate și oricând blândețea. Fii calm în vorbă, fără nervi, fără iuțime, fără a dojeni sau mustra pe cineva. Fii blând cu toți, și cu cei mici și neînsemnați, și cu cei mari. Vorbește-le tuturor numai cuvinte chibzuite, smerite, drese cu sarea înțelepciunii și fricii Domnului, încălzite cu căldura dragostei divine.



Iubește pe aproapele tău, că pe Hristos închipuiește. Roagă-te cu dragoste pentru toți. Nu uita pe cel sărac, adu-ți aminte de cel din spitale și din suferință. Gândește-te la cel din temniță. Și nu uita pe cel ce te nedreptățește. Roagă-te pentru el, iubește-l, crede cele bune despre el, dă-i semn că-l iubești.



Roagă-te dimineața pentru ajutor peste zi. Roagă-te seara pentru iertarea păcatelor făcute. Roagă-te stăruitor pentru a dobândi iertare, ajutor, milă, darul Sfântului Duh. Cere cu smerenie în rugăciune numai ce-ți este de folos. Nu cere semne, nu căuta să vezi minuni, nu crede în vise. Roagă-te și milă de la El vei dobândi.



Nu uita că mai ales la biserică trebuie să alergi cu fierbinți rugăciuni. Nu uita mai ales de Sfânta Liturghie și de Sfânta Împărtășanie, ca ceea ce este dar peste dar. Aleargă ca cerbul la izvoarele apelor atunci când ești chemat la biserică la Utrenie, la Sfânta Liturghie.



Caută să nu judeci pe nimeni. Să nu părăști pe ceilalți, să nu pomenești de rău, să nu clevetești, să nu acuzi pe nimeni, să nu îți minte răul. Nu căuta să te îndreptățești înaintea aproapelui. Nu-ți face singur dreptate. Nu judeca și nu vei fi judecat.



Hrănește-te cu citirea sfintelor cărți unde vei găsi hrană pentru suflet și apă de izvor pentru mântuirea ta. Mai ales Sfânta Scriptură și Sfinții Părinți citește-i mereu și vei afla izvor de viață în ele.



Închinarea în biserică

Pentru a fi bineplăcuți înaintea Domnului, Biserica a stabilit pentru credincioși anumite rânduieli, pe care ar fi bine să le cunoaștem.

Atunci când intrăm în biserică, facem semnul Sfintei Cruci și rostim rugăciunea: „*Intra-voi în casa Ta, închina-mă-voi în biserică Ta cea sfântă, întru frica Ta, Doamne. Povățuiește-mă întru dreptatea Ta, pentru vrăjmașii mei, îndreptează înaintea Ta calea mea! Amin.*”

După ce am trecut de pronaos, ne oprim sub policandru din naos și facem trei metanii sau închinăciuni. Apoi ne îndreptăm spre tetrapodul din partea dreaptă, pe care se află icoana sfântului zilei sau a Învierii Domnului. În fața oricărei icoane facem două închinăciuni, apoi rostim troparul sfântului sau o scurtă rugăciune, sărutăm icoana și apoi mai facem o închinăciune.

Ne îndreptăm spre catapeteasmă și ne închinăm la icoana împărătească a Mântuitorului, apoi la icoana din dreapta care reprezintă hramul bisericii, după care ne retragem sub policandru din naos, fără a trece prin fața Ușilor Împărătești. De aici mergem la tetrapodul din partea stângă a bisericii, unde se află icoana Maicii Domnului, apoi la icoana Maicii Domnului de la catapeteasmă și la icoana din partea stângă, revenind apoi sub policandru, unde facem alte trei metanii sau închinăciuni.

Această rânduială se face numai în cazul în care ajungem la biserică până la începerea Sfintei Liturghii. Dacă Sfânta Liturghie este deja începută, facem numai rugăciunea de intrare în biserică și ne retragem în liniște și cu smerenie la locul cuvenit. Menționăm că sâmbăta și duminica nu se fac metanii, ci numai închinăciuni.

La ieșirea din biserică, facem trei închinăciuni spre Sfântul Altar și rostim: „*Doamne, Dumnezeu meu, Ție-Ți încredințez toată viața mea și pe Tine Te rog: apără-mă, mântuiește-mă și fă-mă părtaş îndurării Tale, dă-mi îndreptare vieții și purtare înțeleaptă, dăruiește-mi sfârșit creștinesc, cinstit și pașnic și mă ferește de toată răutatea și bântuirea potrivnicului. Iar în ziua temutei Tale judecăți să-mi fii blând mie, robului Tău, și să mă numeri cu oile cele alese de-a dreapta Ta, ca împreună cu acestea să Te slăvesc în veci! Amin.*” Și astfel ne întoarcem cu bucurie și cu smerenie la casele noastre, încărcăți precum albinele cu nectarul duhovnicesc.