

## Duminica a 8-a după Rusalii

În Rugăciunea Domnească ne rugăm Tatălui ceresc să ne dea „pâinea cea de toate zilele” sau „pâinea cea spre ființă”. Înțelegem din Evanghelia de astăzi că ambele traduceri sunt corecte. Dumnezeu ne dă hrana necesară pentru a exista. Iar această hrană este nu numai pâinea de zi cu zi, ci și hrana spirituală, adică Sf. Împărtășanie. Minunea înmulțirii pâinilor ne descoperă o diferență cantitativă dintre hrana zilnică și pâinea euharistică. Mântuitorul a înmulțit pâinile pentru a satura mulțimea de bărbați, femei și copii. O fărâmitură din Trupul și Sângele Său ne sunt suficiente ca și hrană spirituală. Dovadă a faptului că prin hrana trupească se manifestă multitudinea persoanelor umane, în timp ce prin cea spirituală, unitatea lor în Trupul lui Hristos, Biserica. Dumnezeu însă se îngrijește de toate. Condiția ca să fim părtași la această unitate spirituală în multitudine materială este să așezăm preocupările noastre la locul lor după porunca Mântuitorului: „Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui și toate celelalte se vor adăuga vouă.” (Matei 6, 33).

† Mitropolit NICOLAE

### Program liturgic

#### Vineri 31 iulie – *Începutul Postului Adormirii Maicii Domnului*

- 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

#### Sâmbătă 1 aug

- 8.30 am – Utrenia

- 9.30 am – Sf. Liturghie urmată de slujba parastaselor

- 7.00 pm – Vecernia

#### Duminică 2 aug – *Duminica a 8-a după Rusalii*

- 8.30 am – Utrenia

- 10.00 am – Sf. Liturghie

- 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

Luni 3 aug – 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

Marți 4 aug - 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

Miercuri 5 aug - 7.00 pm – Vecernia

#### Joi 6 aug – *Schimbarea la față*

- 8.30 am – Utrenia

- 9.30 am – Sf. Liturghie

- 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

#### Vineri 7 aug - 7.00 pm – *taina Sf. Maslu*

#### Sâmbătă 8 aug

- 8.30 am – Utrenia

- 9.30 am – Sf. Liturghie urmată de slujba parastaselor

- 7.00 pm – Vecernia

#### Duminică 9 aug – *Duminica a 9-a după Rusalii*

- 8.30 am – Utrenia

- 10.00 am – Sf. Liturghie

- 7.00 pm – *Paraclisul Maicii Domnului*

**Din 28 mai 2020 au fost înlocuite restricțiile pentru desfășurarea slujbelor cu recomandări.**

**Vă rugăm să citiți și să respectați aceste RECOMANDĂRI acordând respectul tuturor celor care doresc să participe la slujbe în condiții de siguranță:**

1. Igienizarea mâinilor cu sanitizer la intrarea în biserică.
2. Purtarea măștii în biserică (e de preferat să o folosiți pe cea personală; veți găsi la intrare măști dacă nu aveți).
3. Păstrarea distanței dintre persoane în biserică.
4. Locurile din biserică vor fi marcate: cele cu pernă pot fi ocupate, celelalte sunt marcate **NU VĂ AȘEZAȚI!** Vor fi bănci libere pentru a păstra distanța. Familiile pot fi împreună pe aceeași bancă. **RUGĂM PĂRINȚII SĂ ÎȘI ȚINĂ APROAPE COPIII.**
5. **AVEM 70 DE LOCURI ÎN BISERICĂ. Cei ce veți ajunge la biserică după ocuparea lor veți putea urmări slujba în sala socială pe ecran.**
6. **FAMILIE CU COPII SUNT RUGATE SĂ STEA ÎMPREUNĂ LA BALCONUL DIN DREAPTA.**
7. Credincioșii care au febră sau alte simptome specifice de gripă sunt rugați să continue să urmărească slujbele online. Credincioșii care au avut simptome, au fost testați pozitiv sau negativ cu CoVid19 sunt rugați să contacteze preoții Catedralei înainte de a veni la slujbă.
8. Vă rugăm să respectați distanța când veniți la împărtășit și la miruit.
9. **Vă rugăm să respectați îndrumările organizatorilor.**

Cei care nu sunteți confortabili cu împlinirea acestor **recomandări**, vă rugăm să participați la slujbele de peste săptămână cu prezența unui număr mic de credincioși. Vă rugăm să fiți încredințați că toate suprafețe sunt igienizate înainte și după slujbă.

*Slujbele din zilele de sărbătoare peste săptămână, sâmbătă și duminică vor continua să fie transmise live online pe situl [www.biserica.tv](http://www.biserica.tv).*

**Pomelnicul familiei pentru Sf. Liturghie, Sf. Maslu și slujba parastaselor poate fi trimis prin poștă la adresa 5406 N. Newland Ave. Chicago IL 60656 sau prin email la [cler@catedrala.org](mailto:cler@catedrala.org).**

**Orice donație pentru susținerea Catedralei este binevenită și poate fi făcută prin poștă sau direct prin Paypal/credit card pe situl Catedralei [www.catedrala.org](http://www.catedrala.org) rubrica **donafii**.**

- În fiecare săptămână **MARȚI ȘI JOI SEARA** la orele 8.00 PM până când epidemia va trece, preoții și credincioșii parohiilor Mitropoliei sunt îndemnați să citească acasă **Paraclisul Maicii Domnului**.

**Continuăm colecta pentru Parohia Nicolae Bălcescu, jud. Tulcea** cu care ne-am înfrățit anul trecut. Vă rugăm să menționați pe cec că este vorba de donație pentru parohia Nicolae Bălcescu. Găsiți aici o prezentare de 30 minute a parohiei.

[www.youtube.com/watch?v=IHh3wDmbngk&feature=youtu.be](http://www.youtube.com/watch?v=IHh3wDmbngk&feature=youtu.be)

Vă rugăm să consultați situl Adunării Episcopilor Ortodocși Canonici din SUA recomandări foarte utile pentru activități zilnice cu familia acasă.

<http://www.assemblyofbishops.org/covid19/everyone/spiritual-life>

### **Informații AROLA**

Dacă doriți să fiți la curent cu activitățile Organizației Doamnelor din Mitropolie (AROLA) vă rugăm să o contactați pe **Adriana Obreja** pentru a-i oferi adresa de email.

**Saint Paraskeva Orthodox Charity - ajută permanent copii din România și vă invită să vă alăturați acestui efort prin donațiile dvs direct pe websitul asociației: [www.spcharity.org](http://www.spcharity.org).**

### **Cuvinte ale Părinților**

„În acest sfânt timp al postului să alungăm toată defăimarea din gura noastră, fiind convinși, că de am mânca numai cenușă, această viață aspră nu va putea folosi, dacă nu ne vom înfrâna totodată de prihanire și de defăimare. Să postim deci, iubiților, în așa chip, ca noi să ne înfrânăm nu numai de la mâncare, ci și de la păcate”.

**Sf. Ioan Gură de Aur**

### **Announcing Series on Mental Health and Orthodox Christianity**

The Assembly of Canonical Orthodox Bishops of America has worked with OCAMPR through the Mental Health Task Force to develop a series on Mental Health and Orthodox Faith. This is a topic that many of our OCAMPR members have been engaging for years, but we have always been a minority voice in our Church and parishes. Now we are getting the word out as an effort to raise awareness, invite conversations, and facilitate teaching and learning about our Orthodox faith.

**Here's the link to Episode #6 on "Understanding Suicide":**

[www.youtube.com/watch?v=ZVQvrw-rffE](http://www.youtube.com/watch?v=ZVQvrw-rffE)

**The Children's World – a Sunday Bulletin for Children: Bringing us to Christ!**

<http://myocn.net/wp-content/uploads/2020/07/Childrens-Word-389.pdf>

### **NEW**

**Be the Bee is back. #146 | Does God Have a Plan for You?**

[www.youtube.com/watch?v=zfvUonorEg&list=PLbyQMR-\\_r8bJTrcWpWxSUPdJHdZJsq\\_zG&index=147&t=0s](http://www.youtube.com/watch?v=zfvUonorEg&list=PLbyQMR-_r8bJTrcWpWxSUPdJHdZJsq_zG&index=147&t=0s)

**NEW: LIVE Adult Education: Shared Experience of the Orthodox Christian Faith**

<http://myocn.net/adult-education-shared-experience-orthodox-christian-faith/>

### **Biblioteca Catedralei**

Biblioteca Catedralei Sf. Împărați Constantin și Elena, cu sală de lectură special amenajată la etaj, vă oferă un număr de peste 900 de titluri în limba română și engleză pe care vă invităm să le răsfoiți sau să le împrumutați în regim de bibliotecă.