

Preot Alexie Graciov

CE AR TREBUI SĂ ȘTIE ORICE FATĂ

sau

**Convorbiri duhovnicești despre
ce este cel mai important în viață**

Traducere din limba rusă:

Cristea Florentina

EDITURA EGYMENITA

2017

Cuprins

Prefață	7
----------------------	----------

PARTEA ÎNTÂI

<i>„De unde vin copiii?”</i>	11
------------------------------	----

DIALOGUL 1	15
-------------------------	-----------

Oamenii se nasc din oameni. – Cum trăiesc și renasc plantele. – Viitoarea plantă se află într-o sămânță. – De ce este important ca omul să cunoască însușirile plantelor. – Urzică în loc de morcov – Oamenii pot îmbunătăți soiurile plantelor.

DIALOGUL al 2-lea	23
--------------------------------	-----------

După o lună – Frumusețea lumii lui Dumnezeu – Cum este alcătuită o plantă. – Floarea: menirea și alcătuirea ei – Pentru ca sămânța să poată crește. – „Familia florilor” – Cum are loc fecundarea semințelor diferitelor plante.

DIALOGUL al 3-lea	30
--------------------------------	-----------

Puterea de viață a plantelor – Prin ce se deosebesc animalele de oameni și de plante. – Animalele iau naștere din ouă. – Cum apar pe lume peștișorii. – „Pruncii abandonați”.

DIALOGUL al 4-lea 36

Istoria familiei codobaturilor – Păsările sunt înzestrate cu instinctul părintesc. – Cum are loc fecundarea oului de pasăre. – Din care ou apar mamiferele. – Cu cât mai complex este organismul, cu atât mai mult timp se dezvoltă el și depinde de părinți.

DIALOGUL al 5-lea 41

De unde vin, totuși, copiii. – Cum au apărut primii oameni și cum au umplut ei pământul. – Și copiii tot din ou apar! – Viața pruncului în corpul mamei – „Tu atunci știai deja despre mine?” – Modul de viață al viitoarei mame – Pentru ce este nevoie de buric. – Nașterea. Durerea și bucuria mamei – Pruncul este o parte din mama și din tatăl lui. – Organele de procreare ale trupului – „Dar de unde vine sufletul?” – Dragostea părinților față de copiii lor – Domnul le dă oamenilor copii.

PARTEA A DOUA

Igiena fetei 51

DIALOGUL 1 55

Ce atitudine trebuie să aibă creștinii față de mâncare. – Hrana este necesară pentru toate ființele vii. – Îngrășarea poate fi urmarea lăcomiei pântecelui sau a tulburării metabolismului. – Corpul este alcătuit din celule. – De unde apar celulele noi și unde dispar cele distruse. – De preferat este mâncarea, care se asimilează ușor. – Pentru ce sunt ne-

cesare proteinele, grăsimile și zaharurile și în ce produse se află ele. – Importanța apei în organismul uman. – Regulile de bază ale unei alimentații sănătoase. – „Reguli” pentru amatorii de dulciuri – De ce este dăunătoare „guma de mestecat”. – Mâncarea sărată și picantă – Cum să afli gustul pâinii și al apei – Băuturile folositoare și cele dăunătoare (excitante) – Obiceiurile rele – Beția – Fumatul – Omul nu trebuie să capete obiceiuri, care îl lipsesc de libertate.

DIALOGUL al 2-lea 78

Ce este trupul omenesc. – Sufletul și trupul – „Casa sufletului” – Cât de înțelept este făurit trupul nostru. – De ce au bătrânii chipuri atât de diferite. – Templul Sfântului Duh – Păcatele trupesti (lăcomia pântecelui și desfrâul) întinează trupul. – El mai este întinat și de fandoseală și de nepăsarea față de curăție. – Ca să nu treci drept un nespălat... – De câte ori ne spălăm pe mâini – Cum să ne îngrijim picioarele. – Igiena personală nu trebuie să fie un obiect de discuție. – Despre anumite funcții ale trupului se poate vorbi numai cu mama.

DIALOGUL al 3-lea 91

„Stai dreaptă!” – Folosul exercițiilor fizice – Daunele sportului profesionist – Cum s-a dezobișnuit mama Nadiei să se încovoie. – Ce influență are ținuta asupra sănătății. – Poziția corpului este legată de starea sufletească. – Ce înseamnă „a umbla mereu înaintea lui Dumnezeu”. – Când există acord între

Respect pentru oameni și cărți

trup și suflet. – Cum se ceartă acestea între ele. – În ce constă folosul postului creștin.

DIALOGUL al 4-lea 100

Nadia nu a mers la școală. – De ce s-a îngrijorat mama? – Începutul maturizării organismului fetei. – „E dureros?” – Cum se poartă o fată în astfel de zile? – Trebuie să te speli des! – De ce numesc creștinii acest lucru „necurăție”? – Purtarea în biserică – De ce fac fetele însemnări în calendar?

DIALOGUL al 5-lea 108

Familia prietenei se uită la televizor. – „De ce noi nu avem televizor?” – Cum s-a uitat Nadenka la televizor. – La ce a dus acest lucru. – Sfatul preotului și al medicului – Cum se formează dependența de televizor. – Cât de rău este acest lucru pentru sănătatea copilului, trupească și sufletească. – Ce ne învață emisiunile de televiziune. – Telespectatorii trăiesc într-o lume iluzorie. – Ce este un computer. – Jocurile pe computer. – Jucătorul intră în lumea hazardului. – Rădițiile dăunătoare.

PARTEA A TREIA

În fața ispitelor 123

DIALOGUL 1 126

Din ce cauză a întârziat Nadejda la oră. – Bluza „nu este modernă”. – În ce haine merg fetele la școală. – Uniforma nu o lipsește pe elevă de individualitate. – Ce înseamnă

„a fi frumoasă”. – Poate, oare, o fată să își îmbunătățească înfățișarea ei exterioară. – Cosmetics este o minciună. – A te farda, a te vopsi înseamnă a huli chipul lui Dumnezeu. – Despre frumusețea sufletului – Poezia „Fetița cea urâtă” – Ideea luminează și cea creștinească despre frumusețe. – Munca cu sufletul tău îți îmbunătățește înfățișarea exterioară. – Despre feciorie – Cum trebuie să arate o creștină. – Ce să faci, așadar, Nadia?

DIALOGUL al 2-lea 145

Întâlnirea cu un tânăr invalid – „Eu nu înțeleg nimic!” – Mama se pregătește pentru discuție. – Nadia pune întrebarea: Pentru ce îngăduie Dumnezeu suferințele? – Ideea fetei despre o viață fericită – Oare, întotdeauna căsătoria și nașterea de prunci sunt o fericire? – Despre atotștiința lui Dumnezeu – O întâmplare cu mama poetului Râleev – Trebuie să credem în Pronia lui Dumnezeu. – Viața omenească este o pregătire pentru veșnicie. – Necazurile îl îndreaptă pe om către Dumnezeu și îl ajută să își descopere capacitățile (soarta poetului Kozlov). – „Cercetarea lui Dumnezeu” – Ca sufletul să fie viu. – Necazurile, primite cu voie și fără voie. – Toți au necazurile lor. – Nu toți sunt vrednici de „cercetarea lui Dumnezeu”. – De ce pățimesc dreptii. – „A te trata – este un păcat?” – Mila – Pilda Dreptei Iuliana – Cui și cum să dăm milostenie. – Grija față de bolnavi.

DIALOGUL al 3-lea 172

„Regina Margot” – Nu este primejdioasă pentru suflet citirea unor asemenea cărți?

– O fată trebuie să aleagă cu grijă cărțile, pe care le citește. – Unele cărți întinează

memoria cu impresii vătămătoare. – Ce poate citi o fată creștină. – Nadia visează

la o „prietenă adevărată”. – Cum înțelege ea prietenia. – Prietenele ei, Katia și Iulia

– De ce a avut loc despărțirea de Iulia. – Prietenia în sens creștinesc – De ce există

gelozie. – „Pe toți să îi iubești și de toți să fugi.” – Patima și curiozitatea distrug prietenia.

– Prietenia dintre un băiat și o fată este plină de ispite. – „Și eu mă uit la el”.

– Mama o avertizează pe Nadejda.

DIALOGUL al 4-lea 191

O temă grea la compunere – În fața cărei alegeri stă fiecare om. – Calea cea strâmtă și cea largă. – Alegerea profesiei de medic – Ce

înseamnă „vindecare”. – „O femeie nu poate fi un bun specialist”. – Nadia regretă că nu s-a

născut bărbat. – Toți oamenii mari sunt născuți și crescuți de femei. – Importanța femeii

în familie – De ce se spune că „toate relele pe pământ sunt din cauza femeilor”. – De la ele

vin și răul, și binele. – La ce îi folosesc femeii studiile. – Însușirile creatoare ale bărbatului

și ale femeii – Cea mai mare creație a omului este munca cu sine. – Cum se luptă o creștină

cu patimile. – Femeilor le este deschisă calea slujirii apostolice. – Calea mântuirii și calea

desăvârșirii – Hotărârea de a trăi în mănăstire – Ce cale va alege Nadejda?

Distribuție:
S.C. Egumenița S.R.L.

tel./fax: 0236-326.730
e-mail : editura@egumenita.ro
www.egumenita.ro

PARTEA ÎNTÂI

„De unde vin copiii?”

Pentru prima dată în viață, la numai cinci ani, Nadenka¹ s-a despărțit de mama ei. Două săptămâni întregi a stat la bunica și îi era foarte dor de casă. În ultimele câteva zile nici măcar la telefon nu auzise glasul cel iubit al mamei. Unde este mama? Cei mari i-au răspuns că mama este bolnavă, dar în curând se va însănătoși. În cele din urmă, după Nadia a venit tatăl.

— Dar mama unde este? – a întrebat fetița.

— Acasă. Te așteaptă și ți-a pregătit o surpriză.

Mama i-a întâmpinat în prag; părea puțin obosită, dar strălucea de bucurie. „Slavă Domnului, ați sosit!” – a spus ea și a îmbrățișat-o pe Nadia. Apoi și-a dus degetul la buze, arătându-i prin aceasta să nu facă gălăgie și i-a făcut semn să vină după ea în dormitor. Nadia a ghicit că acolo o și așteaptă surpriza făgăduită.

¹ Nadenka – derivat al prenumelui Nadia (diminutiv al prenumelui Nadejda).

Două săptămâni nu văzuse această cameră și acum nu o recunoștea. În încăpere domnea semiîntunericul: storurile erau trase și flăcăriuia candeluței dinaintea icoanei strălucea cu putere. Mobila era aranjată altfel. Șifonierul cel mare era dat într-o parte, stătea pieziș și îngrădea colțul. Iar cel mai important – în celălalt colț lângă pereți era un pătuț micuț de lemn cu grilaj, tot așa cum fusese cândva la Nadia.

De ce se află el aici? Inima Nadiei a început să bată, presimțind ceva neobișnuit; s-a apropiat mai mult și a văzut... un chip micuț, roșu și pipernicit cu ochișorii închiși.

– Un copilaș! – s-a mirat ea. Al cui este el?

– Al nostru. Este frățiorul tău.

– Frățior? De unde a apărut el? Cine l-a adus? Și de ce este așa de... urâțel?

– După părerea mea, el este foarte frumușel – a răspuns mama, zâmbind. Mie mi se pare chiar că niciodată nu a existat pe lume un copilaș atât de frumușel! Afară numai de unul singur – de fetița mea Nadenka.

– Cum? Și eu am fost ca el?

– Desigur, sunteți frate și soră. Așteaptă ca el să crească și va deveni mai frumos. Dar noi și acum îl iubim, nu-i așa?

Însă Nadia nicidecum nu putea înțelege ceea ce se întâmpla.

– Deci, îl vom ține la noi? Dar de unde a apărut el?

– Firește că va rămâne la noi. Domnul ni l-a dat, ca noi toți: și eu, și tata, și tu – să îl iubim, să avem grijă de el și să îl creștem.

– Domnul ni l-a dat? Și cum îl cheamă?

– Deocamdată nu are un nume. Numele se dă la Botez, în cinstea unui sfânt. Iar frățiorul tău încă nu este botezat. Împreună îi vom alege un nume și după un timp vom merge la biserică pentru ca batiuşka să îl boteze.

– Deci, și el, ca și mine, va merge la biserică și se va împărtăși?

– Da, bineînțeles că va merge. Numai că încă nu știe să meargă. Îl vom duce noi la biserică cu căruciorul. Iar, de unde a apărut el, îți voi povesti altă dată. Acum du-te și schimbă-te, spală-te pe mâini și vino la masă.

Însă pe Nadenka o mai neliniștea un gând.

– Mamă – a întrebat ea cu șovăială –, dar pe mine tu acum mă vei iubi mai puțin?

Mama a strâns-o iarăși tare în brațe și a sărutat-o:

– Ce tot spui tu! Cum aş putea eu să te iubesc mai puțin? Tu doar ești primul meu născut. Tu ești principalul meu ajutor. Împreună vom avea grijă de frățiorul tău și întotdeauna vom fi nedespărțite.

Au mai trecut două săptămâni și încă două... Frățiorul Nadiei a fost botezat și a primit numele Serghei, în cinstea Cuviosului Serghie de Radonej. Nadia se minuna, că el nu mânca nimic, de-

cât lapte de la mama și creștea văzând cu ochii. Și devenea atât de frumușel! Pătuțul lui se mai afla încă în dormitorul părinților, iar Nadenka dormea și se juca în camera ei micuță – a copilului.

Și, deși mama era deseori ocupată cu Seriojenka², își găsea timp și pentru fetița ei. Uneori, culcându-l pe cel mic și închizând ușa dormitorului, venea în camera copilului – și începea o discuție lungă.

² Seriojenka – derivat al prenumelui Serioja, diminutivul prenumelui Serghei.

DIALOGUL 1

Oamenii se nasc din oameni. – Cum trăiesc și renasc plantele. – Viitoarea plantă se află într-o sămânță. – De ce este important ca omul să cunoască însușirile plantelor. – Urzică în loc de morcov – Oamenii pot îmbunătăți soiurile plantelor.

– Îți aduci aminte, Nadia, când l-ai văzut pentru întâia oară pe Serioja al nostru, mă tot întrebai: „De unde a apărut el? Cine l-a adus?” Dacă ar fi fost adus de undeva, ar însemna că el a existat undeva înainte. Unii copii așa și cred: că există un magazin special, de unde se poate cumpăra un copilaș. Ei, firește, greșesc. Tocmai despre aceasta și este vorba, că Serioja al nostru nu a existat înainte nicăieri!

– Nu a existat nicăieri... – a repetat Nadenka.

– Înțelegi? Nici la bunica, nici la altcineva străin, în niciun alt oraș. Nicăieri nu a existat, iar apoi a apărut – *s-a născut*. Dar ce înseamnă că „s-a născut”? Aceasta este o adevărată minune a lui Dumnezeu – nașterea unui om nou, a unuia ca Serioja al nostru sau ca tine, da și, în general, a oricărui om.

Toți cei ce trăiesc acum pe lume au fost cândva copii, la fel de slabi și de neputincioși, cum este acum Seriojenka. Copiii au crescut,

s-au făcut mari. Mulți dintre ei au, la rândul lor, copii, care cu timpul vor fi și ei oameni maturi și, la rândul lor, vor deveni tați și mame. Această ordine e stabilită de Dumnezeu de multă vreme – de când El i-a creat pe primii oameni, pe Adam și Eva: ei au avut copii, aceștia, la rândul lor, au avut și ei copii, și așa până în zilele noastre. Ca să îți dezvălui măcar puțin taina nașterii, o voi lua mai pe ocolite.

Ți-aduci aminte că am observat la noi în parc cum se schimbă copacii în cursul anului? Toamna le cad frunzele și stau triști și parcă sunt lipsiți de viață. Dar primăvara renasc iarăși. Vezi, în mai sunt iarăși verzi, ca și cum nici nu ar fi fost iarnă. De ce se întâmplă așa? De ce fiecare dintre plante își aduce roadele sale? De ce în locul plantelor bătrâne, ofilite, apar exact aceleași plante tinere, noi?

Nadenka tăcea: ea nu știa de ce se întâmplă așa, dar tare își dorea să afle.

— Deoarece – a răspuns mama la întrebarea ei – toată natura este creată de preaînțeleptul și întru-tot-desăvârșitul Dumnezeu. Ții minte că am citit cum a făcut El lumea? A fost de ajuns să spună – și totul în natură s-a aranjat în cel mai bun și mai înțelept mod. Astfel, Dumnezeu a spus: „Să dea pământul din sine verdeață: iarbă, cu sămânță într-înșea, după felul și asemănarea ei, și pomi roditori, care să dea rod cu sămânță în sine, după fel, pe pământ!” Și a fost așa.

Da, Nadia, legea, dată de Dumnezeu, nimeni nu o poate încălca: toate plantele aduc rod și sămânță – după felul lor, specifice lor –, și din această sămânță apar alte plante, la fel ca ele. De aici provine cuvântul „specie”.

Iată, ție și tatălui tău vă plac atât de mult semințele prăjite. Acestea sunt semințe de floarea-soarelui, o plantă minunată și folositoare. Dacă sădești această sămânță în pământ, din ea va crește floarea-soarelui, cu o tulpină înaltă și o floare mare, rotundă.

Dar există semințe mult mai mici: sămânța de mac, sămânța de ridiche! Ele sunt ca niște puncte negre mici. Și într-un asemenea „punct” se află toată viitoarea plantă: frunzele, rădăcina, roadele. Aceasta este puterea plantelor de a se naște din sămânță și se numește putere de reproducere – adică de producere a celor asemănătoare cu ele.

Ai înțeles, Nadia, de unde apar plantele: și copacii cei înalți, și micul fir de iarbă și florile din casă?

— Da. Ele cresc din sămânța mică a aceluiași plante. Iar primele plante le-a creat Domnul. Din primele plante, prin semințele lor, au crescut altele și altele...

— Bravo! Ascultă cu atenție. Iar acum îți voi povesti cum se întâmplă acest lucru.

Ți-aduci aminte povestea: „A sădit bunicul o ridiche mică. Și a crescut o ridiche mare-mare de tot”? Înainte ți-o citeam des. Cum ți-ai închi-

Respect pentru oameni și cărți

puit tu acest lucru: că „a sădit bunicul o ridiche mică”? Cum a sădit-o?

Nadenka a mai tăcut puțin și și-a amintit.

— Eu am crezut că a luat pur și simplu și a sădit în pământ o ridiche gata făcută, numai că una mică. Dar el a sădit o sămânță, care seamănă cu un punct negru, nu-i așa?

— Da. A luat o sămânță mică-mică, neagră, de ridiche, a făcut o gropiță în pământ, a pus-o acolo, a acoperit-o cu pământ, a udat-o cu apă. Și a început să aștepte...

Când sămânța ajunge în pământ, înviază, începe să-și procure hrană din pământ și încetul cu încetul crește, se preface într-un vlăstar mic, apoi într-o plantă mare. O parte din hrana ei o prelucreează, o preface în tulpină și frunze, o parte – în roade; în aceste roade vor fi noile semințe, în care se află viața următoarelor generații de plante. Noua plantă întotdeauna va semăna cu cea veche: din ghinda vechiului stejar va crește un stejărel tânăr, din bobul mic de grâu va ieși un nou spic de grâu, iar din sămânța de ridiche – o ridiche.

Această însușire a plantelor este foarte importantă pentru noi. De n-ar fi ea, ar fi rău pentru toți!

Închipuiește-ți că am merge la magazinul, în care se vând semințe, și am cere: „Dați-ne, vă rugăm, semințe de morcov și pătrunjel”. Iar vânzătoarea ne-ar răspunde: „Iată semințele, poftiți. Posibil să crească...”. Noi le-am cumpăra, le-am semăna și am începe să așteptăm, să vedem ce

va crește. Și dintr-odată sub ochii noștri din pământ ar răsări brusturi și urzică!

Nadia a privit neîncrezătoare: în loc de morcov – urzică usturătoare!

— Cum așa? Doar noi am sădit semințe bune, folositoare...

— Eu am vrut numai ca tu să îți închipui ce ar fi dacă semințele ar putea „greși”. Țăranul, sădind semințele în pământ, nu ar ști ce recoltă i-ar fi dat să strângă. Dar slavă Domnului că nu este așa.

Când semănăm ovăz sau secară, când sădim cartofi, știm că vor crește ovăz, secară, cartofi. Dar, dacă dintr-odată dintr-o pricină oarecare s-ar întâmpla altfel, îndată am înțelege că noi înșine am încurcat semințele. Sămânța nu poate „greși”: așa a creat-o Dumnezeu, ea întotdeauna ascultă de legea naturii, dată de Dumnezeu.

Omenirea – de la Adam și Eva până în zilele noastre – există de câteva mii de ani. În acest timp oamenii au studiat bine plantele. Ei știu în ce perioadă ce sămânță se adaptează mai bine în pământ și începe mai repede să crească. Știu în ce țări se pot coace merele și în ce țări – bananele. Studiind natura, cunoscând legile ei, omul întrebuițează cu pricepere însușirile feluritelor plante, necesare lui.

— Pentru mâncare?

— Nu neapărat pentru mâncare. Și pentru confort și pentru frumusețe. De exemplu, stejarul este un copac tare, solid. Iar oamenilor le este

Respect pentru oameni și cărți

foarte necesar acest material. Și important este că orice stejar are această însușire – soliditatea.

Când noi am pus crucea la mormânt la bunicul, eu și cu tata am spus: „Puneți cruce de stejar. Ea va dura foarte mult timp!” Dar atunci la atelier nu exista stejar și noi am spus: „Totuna este”. Și ce s-a întâmplat? Au trecut câțiva ani și tu însăși ai văzut: crucea la mormânt s-a strâmbat, pentru că a putrezit la bază de la umezeală. Cu crucea de stejar nu s-ar fi întâmplat așa ceva.

Iată cât de important este să cunoști și să te folosești de proprietățile plantelor! Iar uneori omul, cunoscând legile naturii, el însuși creează acele însușiri ale plantelor, de care are nevoie.

Nadia s-a mirat foarte tare:

— Cum așa: „el însuși creează”? Oare nu Dumnezeu a creat plantele și tot ce este în ele?

— Firește, Nadiușă³, Dumnezeu le-a creat. Dar El nu le-a interzis oamenilor să îmbunătățească speciile plantelor. Dimpotrivă, El l-a așezat pe primul om, pe Adam, în Rai, adică într-o grădină minunată, ca Adam să o lucreze.

— Dar, oare, omul poate face mai bun decât a făcut deja Dumnezeu? – a fost nedumerită Nadia.

— Doar el face totul cu ajutorul lui Dumnezeu! Fără Dumnezeu, într-adevăr, el poate numai să strice. Domnul ne-a îngăduit „să ajutăm”

³ Nadiușă – derivat al prenumelui Nadia (diminutiv al prenumelui Nadejda).

natura nu pentru că El, Creatorul, are nevoie de ajutorul nostru, căci El este atotputernic! Ci pentru ca noi să ne dăm silința, să cunoaștem natura și să alergăm la El după ajutor.

— Dar, dacă ne iese rău?

— Chiar dacă iese rău, Domnul tot ne îngăduie să facem totul după capul nostru, să învățăm din propriile noastre greșeli și să căpătăm experiența necesară. Convingându-ne, mai înainte de toate, că fără El nimic bun nu putem face. Acest lucru este foarte folositor, pentru că omul încetează să se mai mândrească și se smerește. Știi cât de important este pentru un creștin acest lucru – smerenia? Doar eu și cu tine, Nadenka, suntem creștine.

Ți-aduci aminte cum am copt plăcinte de ziua onomastică a tăticului tău? Ai vrut neapărat ca tu singură, fără ajutorul meu, să modelezi plăcinte din aluat, tu singură să pui în ele umplutura. Și eu ți-am dat voie să încerci. Și ce a ieșit?

Nadia cu rușine și-a adus aminte de plăcintele ei – strâmbe, desfăcute, cu umplutura ieșind din ele. Iar lângă ele – ale mamei: rumene și uniforme, de îți lăsa gura apă după ele! Acum îi era rușine. Dar mama zâmbea într-o veselie și fetei a început să i se pară ridicol: cât de încăpățânată era ea, toate voia să le facă singură!

— Eu nu m-am supărat deloc pe tine – a continuat mama – și nu te-am împiedicat. Numai că aș dori ca tu să privești mai cu atenție ceea ce fac