



SEMINARIUM VARADIENSIS

Anul XIV
Numărul
5(100)
FEBRUARIE
MARTIE
2018

Realizat de Seminarul Teologic Greco-Catolic „Sfinții Vasile, Grigore și Ioan”, Oradea

ICOANA ÎN TRADIȚIA BIZANTINĂ

Iconografia Bizantină s-a cristalizat în Imperiul Bizantin și conține elemente din arta clasică greacă, din cea a Egiptului și din alte diferite tradiții artistice. Își are originea încă din perioada catacumbelor din secolele al II-lea – al III-lea, când primii creștini au atribuit semnificație creștină simbolurilor păgâne existente. Dezvoltându-se începând cu perioada constantiniană, artiștii lucrând de atunci mai mult în favoarea creștinismului, iconografia este puternic influențată de fastul de la curtea împăratului dar în același timp scoate în evidență viziunea religioasă a Bisericii bazată pe Tradiția acesteia și pe doctrinele elaborate la Conciliile ecumenice.

În strânsă legătură cu iconografia bizantină și arhitectura, iconografia bizantină este un mod important și specific al exprimării Liturghiei Bisericilor Orientale.

Cuvântul icoană provine din limba greacă (εἰκόνα) și înseamnă imagine. Icoana este un obiect de cult propus de către Biserică pentru a fi venerat de credincioși. Este o formă sacramentală a prezenței lui Dumnezeu și a lumii supranaturale. Icoana are o valoare deosebită, fiind comparată de unii Sfinți Părinți precum Sfântul Vasile cel Mare, cu predica. Ea este „un mijloc de întâlnire sau de comunicare între cel ce se roagă, de o parte, și Dumnezeu sau sfinții, de alta.” (E. Braniște)

Pictura bisericească conține, pe lângă icoane și pictură murală (frescă) și mozaic. Frescele sunt mai frecvente în Biserica Orientală și nu sunt obiecte în sine, făcând corp comun cu arhitectura. Icoanele sunt obiecte religioase independente. Între acestea nu există diferențe de semnificație. Se poate vorbi în schimb de o deosebire în ceea ce privește utilizarea și

destinația icoanelor.

Iconografia bizantină are la temelie scrierile Sfintei Scripturi, tradiția Bisericii, învățătura Sfinților părinți ai Bisericii, imnuri și vieți ale sfinților precum și Evangheliile apocrife. În Tradiția Bisericii, o serie de documente istorice atestă existența unor icoane încă din primele secole ale creștinismului, chiar dacă astăzi acestea nu se mai păstrează. O importanță aparte o are perioada artei catacumbelor. În această perioadă, un prim pas este cel în care majoritatea simbolurilor păgâne primesc semnificație creș-

tină: grădina, palmierul, porumbelul evocă paradisul ceresc. Corabia, simbol al prosperității, devine simbol al Bisericii. O altă categorie de simboluri sunt cele care provin din Vechiul Testament. Cel mai important simbol care primește semnificație nouă este cel al peștelui. Dacă în Vechiul Testament peștele semnifică hrana de bază, în Noul Testament, peștele este simbolul lui Hristos (gr. ΙΧΘΥΣ – IHTYS - Isus Cristos Fiul lui Dumnezeu Mântuitorul). De prin secolul al II-lea acest simbol era des folosit. Se

regăsea pe pietre funerare, pe pereții catacumbelor și pe diverse obiecte mici.

În epoca constantiniană, odată cu încreștinarea masivă și convertirea împăraților, începe o creație estetică ce determină arta secolelor următoare. În această perioadă, arta creștină este puternic influențată de cea imperială. Aflându-se la puntea dintre Orient și Occident, Constantinopolul este locul unde s-a cristalizat arta bizantină, creștină în esența sa, iar la origini, orientală și elenistică.

(continuare în pag. 2)

Pr. Anton CIOBA
Rector

(urmare din pag. 1)

Iconografia va lua amploare în urma Conciliului de la Calcedon (451), la care s-au definit aspectele legate de umanitatea și divinitatea lui Hristos, manifestându-se din acest moment ca o adevărată artă a credinței. Stilul bizantin al picturii religioase se va dezvolta în timpul în care Imperiul Bizantin era condus de către Împăratul Iustinian (527-565), urmând ca prima mențiune oficială referitoare la icoană și la importanța ei să apară abia în textele Sinodului Quinisext (Trullan) (691-692). În acestea se cerea ca Cristos să nu mai fie reprezentat în mod simbolic prin Mielul antic ci să înfățișeze aspectul său omenesc, întruparea sa prin care El a eliberat lumea. Se poate spune că termenul de icoană a fost folosit în mod frecvent din momentul în care Chipul Sfânt a devenit obiect de cult în întreaga Bi-

serică. Hristos este reprezentat de acum cu pieptănătură lungă, cu barbă și cu ochii de culoare închisă. Există o legendă referitoare la icoana cea nefăcută de mână omenească, iar aceasta spune că Regele Abgar al Edesei, lepros fiind, dorea cu ardoare să-L vadă pe Isus și să-i vorbească fapt pentru care a trimis o delegație din oamenii săi pentru a transmite această dorință lui Isus care, atunci, predica în Palestina. Fiind aproape de Patimile și moartea Sa, Isus nu a putut merge la Abgar însă și-a șters fața pe un ștergar și Chipul Său s-a întipărit pe acest ștergar pe care l-a trimis lui Abgar. Această istorie este paralelă cu cea a pânzei lui Veronica; Cf. M. Quenot, *Icoana*, 19.

În timp icoana a devenit obiect de cult, fiind venerată de întreaga Biserică. În fața exagerărilor în ceea ce privește venerarea icoanelor, de teama idolatriei, Biserica se vede constrânsă să ia atitudine. Astfel la Conciliului din Elvira (300-303), cano-nul 36 prevede: „Am considerat de cuviință să hotărâm ca în biserici să nu fie picturi care să reprezinte pe pereți persoane care suntenerate și adorate.”

Cu toate acestea, au existat și apărători înflăcărați ai sfintelor icoane precum Sfinții Ioan

Hrisostomul, Grigore de Nyssa, Chiril al Alexandriei, Vasile cel Mare.

Venerarea exagerată a icoanelor a determinat izbucnirea iconoclasmului, în anul 726. Termenul de iconoclast provine din cuvintele grecești: εἰκόν – icoană și κλάω – a sparge. În acea vreme s-a ajuns la idolatrizarea icoanelor, fiind considerate co-substanțiale cu ceea ce reprezintă ele: „A idolatriza o icoană, a o adora ca identitate de substanță (...) înseamnă (...) a face din ea un idol și a face să dispară persoana reprezentată” (P. Evdochimov). În idolatrizarea icoanelor se ajungea chiar foarte departe: Unii preoți mai plini de zel puneau printre sfintele daruri și bucăți de icoane.

După perioada iconoclasmului iconografia a luat din nou amploare, dar din păcate, multe icoane fiind distruse în această perioadă, se mai păstrează doar un număr neînsemnat, acestea provenind din mănăstiri îndepărtate de Constantinopol. Secolul al VIII-lea este supranumit vârsta de aur a icoanei, fiind reprezentativ în ceea ce privește înflorirea iconografiei.

Biserica a dorit să păstreze cultul icoanelor recunoscându-le acestora rolul educativ. În strânsă legătură cu Evanghelia, icoana transmite învățătura creștină, ajutând la aprofundarea ei. Mesajul transmis de textul biblic poate fi mai bine aprofundat atunci când este însoțit de o icoană care să facă vizibil același lucru. Prin modul lor de a fi, icoanele invită la meditație și la reflecție, reprezentând evenimente din Istoria Mântuirii și din viața Bisericii.

Cu greu putându-se ridica la nivelul contemplării celor invizibile, omul are nevoie de lucruri vizibile. Astfel, icoana are un loc important în sufletul credincioșilor și în viața Bisericii, prin ea, omul intrând în comuniune cu realitatea, cu ceea ce aceasta reprezintă, cu prototipul ei. Pentru Sfântul Ioan Damaschinul, icoana este participare la prototip, la model.



CONTEMPLAREA PĂTIMIRII LUI ISUS

Bucuria învierii Domnului nostru Isus Hristos, celebrată în duminica Sfințelor Paști, trebuie precedată de meditația asupra suferinței sale pe drumul calvarului, asupra patimii și morții sale pe cruce. Iar în timp ce îl însoțim în meditația și rugăciunea noastră de-a lungul vieții lui dureroase să nu uităm că și noi suntem protagoniștii acelor orori pentru că Isus a purtat păcatele fiecăruia în parte. Am fost răscumpărați de la moartea cea veșnică cu prețul sângelui Lui.

Pățimirea Domnului trebuie să fie o temă frecventă a rugăciunii noastre, mai ales în aceste zile din apropierea misterului central al mântuirii noastre. Căci văzându-l prins și batjocorit și apoi supus la chinurile din urmă, chiar dacă am avea o inimă tare ca piatra, tot va trebui să ne umilim și să scoatem toată trufia din noi.

În meditație, pătimirea lui Hristos iese din cadrul rece al istoriei sau acela al considerației pioase pentru a ne apărea în fața ochilor în toată cruzimea ei. Astfel putem contempla pătimirea lui Hristos în meditația noastră personală când citim Sfânta Evanghelie, în misterele de durere ale Sfântului Rozariu, în Calea Crucii pe care o facem în această perioadă.

Trebuie să-L contemplăm pe Isus în suferință cu ochii sufletului astfel încât să putem simți infinita lui durere și răbdare. Să-L contemplăm pe Isus în Grădina Măslinilor unde se încarcă cu toate păcatele lumii, oferindu-se pentru a plăti cu viața proprie toate datoriile noastre, pentru păcatele săvârșite și pentru acelea care aveau să se săvârșească până la sfârșitul veacurilor. Domnul nu numai că a dat socoteală pentru viața altora, ci s-a și făcut una cu noi, așa cum se face trupul cu capul, a vrut ca vina noastră să fie a Lui; pentru aceasta, nu numai că a plătit cu sângele său, ci și cu rușinea de a le fi săvârșit.

Isus suferă singur în Grădina Măslinilor; pe cei trei discipoli pe care-i luase să-L însoțească îi găsește dormind. Astfel, El îi vede întotdeauna, în toate secolele istoriei, pe acei prieteni ai săi dormind în post, fără să ia seama la apropierea dușmanului. Trebuie să ne rugăm mereu, dar există momente în care este nevoie ca rugăciunea să fie mai intensă. Abandonarea ei ar însemna abandonarea lui Hristos. „De ce dormiți?” le-a zis discipolilor atunci și nouă astăzi deasemenea. „Sculați-vă și rugați-vă ca

să nu intrați în ispită”. De aceea trebuie să-i spunem Domnului în rugăciunile și meditațiile noastre: dacă vezi că mă apasă somnul, dacă descoperi că durerea mă sperie, nu mă lăsa. Spune-mi, ca și ucenicilor Tăi, că ai nevoie de mine, de iubirea mea. Spune-ne că pentru a te urma și a nu te părăsi din nou în mâinile dușmanilor care-ți doresc moartea, trebuie să ne învingem somnul, pasiunile, comoditatea și, uneori, și durerea.

Meditația asupra pătimirii lui Hristos ne aduce numeroase foloase, mai ales ne ajută să avem o mai mare aversiune pentru orice păcat, căci „El a fost străpuns pentru nelegiuirile noastre, zdrobit pentru fărâdelegile noastre”. Suferințele lui Hristos ne îndeamnă să ocolim păcatul, să fugim de tot ceea ce poate însemna lipsă de chef și lene.

Dacă vreodată Domnul va îngădui în viața noastră boli, dureri sau împotriviri deosebit de grave, ne va fi de mare ajutor, precum și o alinare, contemplarea durerilor patimilor lui Hristos. El a îndurat toate suferințele fizice și morale căci a avut de suferit pentru întreaga omenire

În contemplația noastră să ne examinăm conștiința și fidelitatea față de exigențele vocației noastre. Dumnezeu ne așteaptă în ciuda păcatelor și greșelilor noastre, într-o rugăciune încrezătoare și în confesiune. „Acela care înainte de păcat ne-a interzis să păcătuim, odată ce l-am comis nu încetează să

ne aștepte ca să ne dea iertarea Lui”.

Să ne propunem să ne apropiem mai mult de Sfânta Fecioară în aceste zile care preced pătimirea Fiului ei și să o rugăm să ne învețe cum să-L contemplăm în aceste clipe când a suferit atât de mult pentru noi. Sfântul Toma de Aquino scria: „Pățimirea lui Hristos este de ajuns spre a sluji drept îndrumare și model întregii noastre vieți”. Într-o zi în vizită la Sfântul Bonaventura, Sfântul Toma îl întreabă în ce lucrări a găsit o atât de bună doctrină care i-a inspirat operele sale. Se zice că Sfântul Bonaventura i-ar fi arătat un crucifix înnegrit de la atâtea sărutări și i-a zis: „Iată cartea care-mi dictează ceea ce scriu; puținul pe care-l scriu de aici l-am învățat”.

Cu ochii ațintiți la crucifix, Sfinții au învățat să iubească și să pătimească cu adevărat. La fel trebuie să învățăm și noi. Amin.

Pr. Anton RUS
Asistent Spiritual



ÎNTÂMPINAREA DOMNULUI

Praznicul Întâmpinării Domnului este sărbătorit în fiecare an de Biserica noastră pe data de 2 Februarie. Întâmpinarea Domnului este o sărbătoare care comemorează momentul în care Hristos este adus la Templul din Ierusalim de către Fecioara Maria și de Iosif pentru împlinirea rânduie-lilor Legii.

Amintim că după legea iudaică, la patruzeci de zile de la nașterea pruncului de parte bărbătească, mama acestuia trebuia să meargă la Templu să-l închine lui Dumnezeu. Totodată, în aceeași zi avea loc și curățirea mamei, care se făcea prin aducere de jertfă a unui miel ca ardere-de-tot și a unui porumbel ca jertfă pentru păcat, în cazul familiilor bogate, sau a doi porumbei - unul pentru ardere-de-tot și altul jertfă pentru păcat, în cazul celor mai săraci.

De asemenea, în această zi bătrânul Simeon, mișcat de Spiritul Sfânt, a venit și el la Templu unde i s-a împlinit așteptarea de a-L vedea pe Mesia, precum i se făgăduise. El a văzut în pruncu adus la Templu mântuirea pe care Dumnezeu a dăruit-o lumii, care este mai presus decât toată puterea Legii vechi. Bucuros de această descoperire, bătrânul Simeon a venit în întâmpinarea Pruncului Isus și, luându-L în brațe, plin de recunoștință, a înălțat minunata lui cântare: „Acum slobozește pe robul Tău, Stăpâne...” - pe care o cântăm cu toții la slujba de seară (vecernie). Pentru el, Isus este mântuirea trimisă de Dumnezeu în lume, este Lumina tuturor popoarelor, este mărirea vechiului

Israel, dar mai ales a noului Israel, Biserica. Totodată, la Templu, fost de față și Proorocița Ana, înaintată în vârstă, care ziua și noaptea stăruia în rugăciune și post. Ea a mulțumit lui Dumnezeu, văzându-L îmbrăcat în trup omenesc pe Mesia Cel așteptat, spre mântuirea lumii.

Mântuitorul împlinește porunca Legii vechi, în numele nostru, ca să ne facă pe toți liberi față de Legea veche, dar totodată ne cheamă și să primim Legea cea nouă. Aceasta e puterea de mântuire a credinței în El, puterea de mântuire a tuturor popoarelor lumii, care este mai tare decât Legea veche. Această veste bună este darul cel mai de preț al întâmpinării Domnului.

Astfel, fiecare creștin este chemat să întâmpine pe Pruncu Isus și să-L primească, rostind ca și Simeon: „Ochii mei, Stăpâne, au văzut mântuirea Ta, pe care ai pregătit-o înaintea feței tuturor popoarelor” (Luca 2, 29). Dreptul Simeon și proorocița Ana L-au așteptat toată viața pe Mesia și nu L-au găsit decât la Templu, iar ca o încununare a râvnei lor, Domnul i-a învrednicit nu numai să-L vadă, ci să-L și poarte pe brațe în casa lui Dumnezeu. Urmând exemplul lor, să pășim cu credință sinceră și cu smerenie în Biserica cea Una, Sfântă, Catholică și Apostolică, unde avem posibilitatea întâlnirii și primirii lui Hristos, mai ales în Sfintele Taine. Aici vom fi în măsură nu numai să-L purtăm în brațe, ci și în sufletul nostru și în viața noastră de zi cu zi.

Cristian HODUȚ
Anul III

O VIZIUNE ASUPRA TIMPULUI

Dintotdeauna, timpul a fost cunoscut ca fiind ceva etern, ciclic, care este asemenea apei curgătoare, care curge în mare, dar se întoarce înapoi în munte când plouă și curge din nou către mare. Mai era asemănat cu anotimpurile, transformându-se continuu din primăvară în vară, toamnă, iarnă și din nou primăvară, etc. Pentru romani și greci, încă din antichitate timpul era înconjurat de mister. Noi astăzi avem o viziune diferită a timpului datorită Bibliei, viziune care ne determină să vedem într-o manieră diferită începutul timpului. Conform Sfintei Scripturi timpul este ceva unic care nu se mai repetă și pe care fiecare dintre noi îl putem influența prin acțiunile noastre.

Când Dumnezeu l-a creat pe om, nu i-a dat un timp definit cât să trăiască. Dar îi dă lui Adam o porun-

că, să nu mănânce din pomul cunoștinței binelui și al răului; dacă va mânca va muri negreșit (Gn 2, 16-17). Dumnezeu spune clar, dacă Adam va mânca din pomul cunoștinței binelui și răului, atunci va fi un timp în care va muri, va trebui să părăsească această lume. Adam a mâncat și moartea a intrat în timp. Acest eveniment a rămas în istoria noastră ca un punct de plecare, irepetabil, un timp care a început cu căderea în păcatul strămoșesc a primilor oameni. Ciclicitatea timpului o arată foarte explicit Ecclesiastul când spune: „Ceea ce a mai fost, aceea va mai fi, și ceea ce s-a întâmplat se va mai petrece, căci nu este nimic nou sub soare” (Eccl 1,9).

Evenimentele importante din viața poporului ales, descrise în Sfânta Scriptură, care sunt irepetabile, sunt sărbătorite în fiecare an la aceeași dată

tocmai pentru aducere aminte. Prin această reamintire, noi cei din epoca modernă putem retrăi acele evenimente pe care timpul le-a oferit strămoșilor noștri și, totodată, putem beneficia de harul pe care ei le-au primit atunci. De exemplu, pentru noi creștinii Sfânta Liturghie este Cina Cea de Taină, pe care o trăim împreună cu cei care au participat la această cină. Trăim azi aceeași intensitate a liturghiei precum apostolii prezenți în mod fizic la Cina cea de Taină. Harul lui Hristos are aceeași putere și aceeași intensitate acum, precum le-a avut și în acea vreme.

Pentru o educație sănătoasă și o viață deplină ar trebui să fie cunoscute întâmplările din trecutul familiei noastre. Noi trebuie să ne cunoaștem trecutul și să-l conștientizăm, să știm cine au fost stămoșii noștri, ca astfel să ne putem răspunde la întrebarea: „cine sunt eu?”.

De cele mai multe ori nu ne place trecutul nostru, ne este rușine de el și vrem să îl ascundem, să-l

eliminăm din viața noastră. Acest lucru nu este cu puțință, trecutul nostru va acționa în ascuns și la un moment dat în viața noastră va ieși din nou la suprafață. Dar dacă noi conștientizăm că orice lucru din trecutul nostru poate fi un dar divin, poate fi un semn al misterului vieții și ceva care să ne apropie de Dumnezeu, atunci îl vom folosi pentru a ne construi viitorul.

Cel mai bun lucru ar fi să ne folosim acest trecut, această memorie a noastră ca un instrument al înțelepciunii, să învățăm ceva din trecutul nostru, să retrăim cu o altă stare sufletească, reușind astfel să ne purificăm memoria. Sfântul Ioan Paul al II-lea spunea: „să nu rămânem prizonieri ai trecutului nostru, ci fiecare persoană și fiecare popor trebuie să își purifice memoria, ca să nu mai facă relele din trecutul lor”.

Vasile PETCAȘ

Anul IV

O MÂNĂ DE AJUTOR PENTRU CENTRUL MEDICO-SOCIAL DE PSIHIATRIE NUCET

În urmă cu trei săptămâni, doamna profesoară Oana Tuduțe a lansat Campania „SOS - împreună putem schimba viața celor 180 de beneficiari ai Centrului Medico-Social de Psihiatrie Nucet!”. În campania umanitară au fost implicate următoarele instituții: Seminarul Teologic Greco-Catolic „Sfinții Trei Ierarhi Vasile, Grigore și Ioan” din Oradea, Parohia și Liceul Don Orione din Oradea, Liceul Greco-Catolic Iuliu Maniu din Oradea, Caritas Eparhial Oradea, ASTRU Oradea, A.G.R.U. Oradea și EduBiz.

Unitatea de Asistență Medico-Socială de Psihiatrie din Nucet, instituție publică înființată în anul 2003, în prezent în subordinea Consiliului Județean Bihor, oferă servicii socio-medice de psihiatrie pentru 180 de beneficiari, cetățeni ai județului Bihor și are ca scop principal asigurarea de servicii socio-medice de specialitate care să răspundă nevoilor pacienților în complexitatea lor. Unitatea dorește să prevină marginalizarea și excluderea socială a persoanelor cu dezabilități psihice și prin diverse metode și programe de reabilitare încearcă să realizeze reintegrarea acestora în societate.

Beneficiarii unității sunt persoane cu afecțiuni psihice de la nivel mediu la nivel grav, persoane

cu handicap psihic, bolnavi cronici aflați într-o situație de risc social, majoritatea fiind lipsiți de locuințe proprii, resurse materiale; majoritatea sunt părăsiți sau lipsiți de familie sau rude care să-i ajute să-și dezvolte capacitățile și aptitudinile necesare depășirii situației inevitabile de marginalizare și excludere socială.

În cadrul campaniei s-au colectat pentru acest centru materiale pentru terapie ocupațională (jucării, mingi, cărți, CD-uri cu muzică, etc), haine, lenjerii de pat și suplimente alimentare (vitamine și minerale).

Aceste colecte s-au făcut în perioada 22 februarie 2018 – 13 martie 2018, în mai multe centre cum ar fi Seminarul Greco-Catolic, Liceul Greco-Catolic, Liceul Don Orione, etc. Voluntarii și animatorii care fac parte din asociațiile colaboratoare s-au întâlnit de mai multe ori în perioada pregătitoare pentru a organiza și a ajuta la colectarea și trierea materialelor primite din donații.

Vineri 16 martie 2018, au pornit către Nucet un grup de seminariști însoțiți de Pr. Anton Cioba, rectorul seminarului și membrii ASTRU, însoțiți de Pr. Ștefan Madarasi, asistentul spiritual al asociației, doamna Oana Tuduțe și Pr. Florian Gui împreună cu un frate de la Don Orione.

(continuare în pag. 6)

Patrik NAGY
Lucian HRENYIUK

Anul I

(urmare din pag. 5)

Acolo am fost întâmpinați de doamna directoare a centrului, Livia Chira, care ne-a făcut pentru început un tur al instituției, după care am descărcat materialele colectate și stocate în trei mașini și un camion. Apoi, la „Casa Cristiana”, ni s-a prezentat pe scurt istoria centrului de la Nucet precum și dificultățile financiare și lipsurile materiale pe care le întâmpină centrul.

În jurul orei 15.00 am fost întâmpinați în Parohia Greco-Catolică din Băița de un grup de credincioși în frunte cu părintele paroh Marcel Rostaș unde, conduși de părintele rector, ne-am rugat împreună Calea Crucii. La finalul rugăciunii am fost invitați la o mică agapă frățească pe care credincioșii parohiei au pregătit-o cu mult drag.

Întorși la Centrul din Nucet, ne-am împărțit în două echipe de animatori: fetele pe secția de femei iar băieții pe secția de bărbați. Astfel între orele 16.00 și 18.00, pe cele două secții s-au desfășurat atât activități educative cât și jocuri de care beneficiarii s-au bucurat foarte mult. Pentru cooperarea de

care au dat dovadă, beneficiarii au fost recompensați cu fructe, dulciuri și suc.

Cu siguranță impresia lăsată a fost una pozitivă, dovadă fiind mărturia unei asistente care a spus că nu i-a mai văzut pe pacienți atât de fericiți de foarte mult timp. La ieșirea din secție, doamna directoare ne-a mulțumit pentru implicare, lăsând o ușă deschisă cu privire la legăturile noastre cu centrul de la Nucet. Apoi ne-am întors în Oradea la Seminarul Greco-Catolic unde a avut loc un schimb de opinii între toți participanții precum și o relatare a experienței fiecăruia. În urma împărtășirii experiențelor trăite, unii și-au exprimat dorința de a continua raporturile cu Centrul Medico-Social de Psihiatrie Nucet.

Mulțumim în primul rând lui Dumnezeu pentru că ne-a ajutat să aducem un zâmbet pe buzele acestor oameni mai puțin norocoși. De asemenea, mulțumim tuturor celor care au ajutat prin orice fel de mijloace la realizarea acestei campanii. Dumnezeu să vă binecuvânteze!

SUPRAÎNCĂRCAREA CU MUNCĂ ȘI FERICIREA ÎN FAMILIE

Stresul cauzat de situația economică incertă este o problemă actuală printre români. Se aud tot mai mulți oameni care se plâng de faptul că sunt supraîncărcați la locul de muncă, lucrând mai mult din cauza disponibilizărilor ce se fac în companiile lor. Numărul sarcinilor crește fie din cauza fricii că vor fi și ei la rândul lor disponibilizați și atunci își asumă sarcini în plus, fie din cauza faptului că alți colegi au fost disponibilizați și ei au trebuit să preia atribuțiile acestora. Aceștia ar putea fi considerați factori exogeni mediului familial care țin și de o anumită stare economică conjuncturală manifestată prin criză, dar modelul este dependent și de o serie de factori endogeni.

Aceștia țin fie de consensul cuplului în a atinge un anumit nivel de dezvoltare familială, fie, mai rău, acea dorință arivistă manifestată de atâtea ori declarativ fie de soț, fie de soție, prin sloganul „împlinirii carierei profesionale”. Desigur, acest deziderat al împlinirii personale nu este un obiectiv rău, dar ce se poate face atunci când însăși familia, printr-unul din soți expus unui asemenea risc, pune sub semnul întrebării întregul echilibru al cuplului.

Așadar, riscul expunerii la stres și oboseală profesională, numite și bolile secolului, sunt cele mai gra-

ve probleme care apar în munca de zi cu zi, în special cea de birou. Suprasolicitarea la locul de muncă reprezintă o cauză a stresului și determină comportamente disfuncționale atât în viața profesională cât și în cea familială.

Specialiști contemporani care studiază fenomenul, precum și conexiunile între diferiți factori ce țin de mediul socio-economic în care individul se desfășoară și cazuistica simptomatică, au evidențiat câteva aspecte care vin să contureze un anumit model actual al stresului.

În ceea ce privește factorii de mediu, aceștia se referă la incertitudinile de natură politico-economică și tehnologică, la expertizele individuale diferite în raport cu modul de abordare, ceea ce conduce la modificări de natură fizică sub forma durerilor de cap, o presiune ridicată a sângelui, tulburări de somn și chiar afecțiuni mai severe ale inimii.

La nivelul companiei în care individul se desfășoară, există o serie de factori ce țin de cultura organizațională a acesteia și care se traduc prin cerințele sarcinilor mereu în schimbare, cantitativ și calitativ, factori ce țin de dinamica structurii organizaționale în contrast permanent cu cerințele personale și interpersonale (relațiile colegiale). Acestea pot fi marcate de suport, fie el și social din partea factorilor interni companiei, dar de cele mai multe ori,



din rațiuni de eficacitate, au loc situații inverse marcate de sacrificiul personal care, odată permanentizat, contragenerează ostilitate. Aceste situații sunt însoțite la nivel de individ de modificări fizice constând în modificarea ritmului respirator, tulburări ale tractului digestiv și de alimentație (mergând de la ulcer de stres și până la colon iritabil), scăderea imunității corporale.

Nu în ultimul rând, se poate face referire la factorii individuali: probleme de (în) familie, probleme existențiale, economice, de personalitate, scăderea puterii de decizie (în special în ceea ce privește schimbarea modului de viață și a locului de muncă, fie și brusc), tulburări de comportament marcat de sentimentul de culpabilitate, hipersensibilitate, apatie, uneori chiar agresivitate. Acești factori sunt generatori, dincolo de simptomele fizice amintite mai sus, de o serie de consecințe în special în plan psihologic: anxietate, depresie, scăderea capacității de atenție, a capacității perceptivă, expunerea la riscul de eroare sau accident la locul de muncă, diminuarea satisfacției la locul de muncă.

Situația economică actuală nu este doar o problemă a companiilor ci, privind în profunzimea efectelor sale asupra individului, sunt clare implicațiile asupra vieții de familie a acestuia. Situația economică a impus ca ambii parteneri să muncească pentru a putea câștiga veniturile necesare traiului. Organizațiile sunt cele care solicită o implicare

tot mai mare a angajaților, aceștia fiind nevoiți să muncească tot mai multe ore pentru a-și îndeplini sarcinile.

Cu toate acestea, munca poate deveni dăunătoare atunci când este exercitată în detrimentul celorlalte aspecte ale vieții. Rezultatele cercetărilor actuale au confirmat rolul pe care îl joacă stresul de la locul de muncă asupra conflictului muncă - familie. Viața de familie și viața de la locul de muncă nu sunt două lumi paralele, ele se întrepătrund. Problemele apărute în unul dintre câmpuri afectează automat celălalt câmp. Conflictul muncă - viață de familie este un cerc vicios în care problemele se acutizează. Conflictul între muncă și familie apare atunci când participarea la activitățile de muncă interferează cu participarea la activități de familie sau când stresul de la locul de muncă are efecte negative asupra comportamentelor din familie.

Implicarea angajatului în sarcinile de la locul de muncă face imposibilă implicarea, în același timp, în evenimente ale familiei sau în experiențe personale (ex: un angajat are în același timp programată o întâlnire de afaceri și sedință cu părinții sau serbarea de sfârșit de an). Angajații pot să fie prezenți în cadrul familiei, dar să se gândească la sarcinile de la locul

de muncă (ex: un angajat este acasă cu familia sau cu prietenii, dar se gândește la ședința pe care o are a doua zi). Angajatul care are o zi stresantă la locul de muncă este mai puțin dispus să se implice în viața de familie (ex: să se joace cu copiii sau să aibă o discuție romantică cu partenerul de viață).

Un comportament autoritar al unui manager se manifestă la locul de muncă prin transmiterea către angajați a unor sarcini precise și clare. Acest comportament manifestat față de membrii familiei poate să ducă la conflicte cu copiii sau partenerul de viață.

Timpul afectat muncii „fură” din timpul necesar consolidării relației de cuplu. În consecință, conflictul muncă - familie este însoțit de efecte negative pe plan fizic și psihic cât și asupra calității vieții în general. Institutul American pentru Siguranță și Sănătatea Ocupațională enumeră conflictul muncă - familie printre primii zece factori de stres la locul de muncă,

ceea ce atestă faptul că acest conflict introduce individul în cercul vicios în care, atât viața de familie, cât și calitatea muncii au de suferit. Calitatea vieții în general și calitatea vieții de familie în special este tot mai mult afectată.

Stresul este declanșat mai puțin de problemele externe, cât de modul în care omul reușește (sau nu) să facă față acestor probleme. Din momentul în care încetează să facă față în mod adecvat tensiunii, simptomele de stres își vor face apariția. Echilibrul între muncă și

viața personală poate fi atins prin găsirea și menținerea unui ritm optim între responsabilitățile carierei și cele personale.

În ceea ce privește modalitățile concrete de soluționare a situațiilor, cu certitudine nu se pot emite rețete universale-valabile. Cum strategiile sunt și trebuie să fie diferite pentru fiecare individ cu caracteristici și capacități de răspuns diferite, persoana în cauză trebuie, în primul rând, să conștientizeze și să accepte că are de dat un răspuns clar, eficient și de durată noii provocări cu care se confruntă. Dincolo de latura rațională, este nevoie de suport moral și religios care necesită sinceritate, deschidere în soluționarea problemei personale, care de altfel devine o problemă de cuplu. Iar atunci când cei doi se simt copleșiți și simt cu adevărat că nu mai stăpânesc situația, să-și îndrepte pașii cu smerenie către „doctorul sufletelor”, cel care poate să lumineze calea spre care să se îndrepte. Ei trebuie să înțeleagă că nu de puține ori, Dumnezeu, în pedagogia sa divină, permite asemenea situații tocmai pentru a le aminti că sunt „altoiți” la Trupul Său și de multă vreme nu s-au mai alimentat din „seva” Sa.

Iulian PALAS

Anul IV



DUMINICA A IV A DIN POSTUL MARE (A SFÂNTULUI IOAN SCĂRARUL)

Cu ajutorul lui Dumnezeu am intrat în săptămâna a IV-a din Postul Mare, tema principală a evangheliei de astăzi fiind credința.

Ce este credința? Este un mod de viață iar prezența lui Dumnezeu în viața cuiva ar trebui să determine întregul său comportament. Omul care pretinde faptul că îl are pe Dumnezeu cu el trebuie să fie mai bun, mai blând semănând în jurul său pace, iubire și nu ură, invidie, răutate.

În evanghelia de astăzi ucenicii îl întrebă la un moment dat pe Isus de ce ei nu au putut să-l alunge pe demon din acel copil iar Isus le dă un răspuns foarte clar zicând: „Acest neam de demoni cu nimic nu poate ieși, decât numai cu rugăciune și cu post.”

Când cineva crede dar nu se roagă atunci credința sa rămâne în loc arid, rece, pur intelectual. Există oameni care citesc cărți și studiază filozofia și Biblia la amănunt dar sunt lipsiți de credință. Credința este un dar ce vine de la Dumnezeu, care influențează viața cuiva și o umple de sens. Pentru a primi acest dar trebuie să stăm înaintea lui Dumnezeu în rugăciune; doar atunci intrăm în comuniune cu El.

Dumnezeu nu este un principiu abstract cum cred unii. Există o putere care lucrează în lume și o numim Dumnezeu, iar El nu este numai putere ci și persoană. El, ca persoană, dorește să comunice cu noi, care suntem persoane umane. Dumnezeu ne așteaptă cu nerăbdare să-L căutăm, să batem la ușa sa, însă nu ne poate forța să facem acest lucru pentru că din prea marea sa iubire, un ocean căruia i se poate vedea începutul dar nu și sfârșitul, ne-a dat libertate, libertatea de a alege.

În ziua de azi când omul se cufundă tot mai mult în marea problemelor și a necazurilor, el tot refuză să-și ia cea mai puternică armă pentru a ieși la suprafață. Care este aceasta? Este postul și rugăciunea, lucru spus nu de oricine, ci de însuși Mântuitorul nostru Isus Hristos.

Este foarte important să știm că atunci când postim trebuie să ne și rugăm. Dacă postim fără să ne rugăm, fără să citim cuvântul lui Dumnezeu, postul nostru e în zadar. Dacă vorbim urât, înjurăm, bârfim, mințim, ce putere mai are postul nostru?

Mulți iau postul ca un obicei; auzim de multe ori: vine data cutare, trebuie ținut post. Este o greșeală mare să luăm postul ca un obicei deoarece postul trebuie ținut ori

de câte ori simțim nevoia prezenței puterii lui Dumnezeu. Este foarte bine să facem abstenență de la anumite mâncăruri care ne plac pentru că astfel facem un sacrificiu pentru Hristos, însă această abstenență trebuie să fie înveșmântată cu fapte bune, după cum spune profetul Isaia: „Nu știți voi postul care Îmi place? - zice Domnul. Rupeți lanțurile nedreptății, dezlegați legăturile jugului, dați drumul celor asupriți și sfârâmați jugul lor. Împarte pâinea ta cu cel flămând, adăpostește în casă pe cel sărman, pe cel gol îmbracă-l și nu te ascunde de cel de un neam cu tine” (Is 58, 6-7). Acesta este adevăratul post primit de Dumnezeu. Simpla abținere de la anumite feluri de mâncare, dacă nu este însoțită de fapte bune, nu ne ajută prea mult.

Această zi o mai numim și Duminica Sfântului Ioan Scărarul. Acesta a fost un sfânt care s-a născut între anii 570-580. Cea mai cunoscută lucrare a sa este „Scara Raiului”, un tratat ascetic despre părăsirea păcatului și învățare a virtuților în vederea obținerii mântuirii. După Sfânta Scriptură, acest tratat a fost una din lucrările cele mai importante și mai influente folosite în Biserică pentru povățuirea credincioșilor spre o viață plăcută lui Dumnezeu.

Având în vedere educația și cunoștințele lui, se crede că a făcut parte dintr-o familie înstărită care i-a putut facilita accesul la școlile de seamă ale vremii. A îmbrățișat viața monahală la vârsta de doar 16 ani, în mănăstirea din muntele Sinai. A rămas în această mănăstire aproape 20 de ani până ce părintele său spiritual, Martirie, s-a stins din viață. După moartea acestuia, Ioan Scărarul s-a retras într-o peșteră din locul numit Tolas, unde a îmbrățișat viața de pustnic vreme de peste 40 de ani. În anul 639 i se propune să fie starețul mănăstirii din Sinai și acceptă acest lucru însă nu pentru mult timp, în cele din urmă ajungând să-i înmâneze cârma mănăstirii altui monah. După ce a renunțat la conducerea mănăstirii s-a retras din nou în peștera sa unde s-a îndeletnicit cu rugăciunea, cu postul, ducând o viață ascetică până la sfârșitul vieții sale. Sfântul Ioan Scărarul a murit în anul 649 și este prăznuit de două ori pe an, în ziua de 30 martie și în Duminica a IV-a din Postul Mare.

Robert BOGDAN

Anul IV

COLECTIVUL DE REDACȚIE

Coordonator: Pr. Anton CIOBA

Redactor: Vlad PALAS

Tehnoredactor: Paul MĂRINCEAN

Din redacție: Fr. Florin BODE, Pr. Anton RUS, Iulian PALAS, Viorel BĂDICEANU

ADRESA REDACȚIEI

Seminarul Teologic Greco-Catolic,

Parcul Traian, 20, Oradea, Bihor, România.

E-mail: seminaroradea@yahoo.com

www.seminaroradea.ro