

# Cum să întemeiem o familie ortodoxă

*250 de sfaturi înțelepte  
pentru soț și soție  
de la sfinți și mari duhovnici*

*ediția a doua*

Traducere din limba rusă  
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura  
**Σοφία**

București

Redactor: Diana-Cristina Vlad

Coperta: Mona Velciov

Traducere după originalul în limba rusă: *Kak sozdat' pravoslavnuuiu sem'iu*, Ed. Dar, Moscova, 2007.

© Editura Sophia, pentru prezenta ediție

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**Cum să întemeiem o familie ortodoxă: 250 de sfaturi  
înțelepte pentru soț și soție de la sfinți și mari duhovnici /**  
trad. din lb. rusă: Adrian Tănăsescu-Vlas – ed. a 2-a – București:  
Editura Sophia, 2025

ISBN 978-630-346-025-3

I. Tănăsescu-Vlas, Adrian (trad.)

## *Cum să ne alegem partenerul de viață*

În primul rând, trebuie să cereți de la Domnul Dumnezeu, de la Maica Domnului și de la toți sfinții, din toate simțirile sufletului și inimii dumneavoastră, ca Domnul Dumnezeu să vă arate mila și voia Lui cea sfântă. În al doilea rând, trebuie să-i întrebați pe oamenii încercați: pe părinții dumneavoastră și pe alții, care cunosc viața, faptele și purtarea celui cu care doriți să întemeiați o familie. După ce vă veți fi încredințat că e om cinstit, puteți, cu binecuvântarea lui Dumnezeu și a părinților dumneavoastră, să săvârșiți sfânta nuntă legiuită. Nu vă grăbiți însă, ci luați-o cu prevedere și chibzuință. Toate trebuie cercetate și puse la încercare, nu lăsați la voia întâmplării, fiindcă nunta este sfântă și căsnicia evlavioasă e viață sfântă. (*Sfântul Iona de la Kiev*)

Ceri de la mine, păcătosul, sfat și binecuvântare pentru a te căsători legiuit cu mireasa pe care ți-ai ales-o. Dacă tu ești sănătos și ea sănătoasă, dacă vă plăceți unul pe celălalt și mireasa e de nădejde, iar mama ei are un caracter bun și nu anevoie de răbdat, poți să te căsătorești cu ea. Dacă mama miresei este smerită, și mireasa va fi, fără doar și poate, smerită, căci, după vorba din bătrâni, așchia nu sare departe de trunchi. (*Sfântul Ambrozie de la Optina*)

Nici o înțelepciune a duhovnicului nu anulează responsabilitatea tinerilor, care trebuie să-și pună la încercare unul altuia calitățile sufletești, să lase timpul să confirme hotărârea lor de a-și uni destinele. Întotdeauna rămâne, fără discuție, loc pentru rugăciune și pentru a cere de la Domnul să arate dacă plănuita căsătorie trebuie sau nu trebuie să se înfăptuiască. (*Protoiereul Artemie Vladimirov*)

Lăsând deoparte toate celelalte, să căutăm în soție sufletul bun, ca să găsim în ea și iubire... Caută în fecioară însușirile cele bune: smerenia, buna credință și evlavia: acestea vor fi pentru tine mai de folos decât cele mai mari comori.

Fă tot ce-ți stă în putință ca să-ți iei o soție bună, cuviincioasă și ascultătoare, știind că altfel se va întâmpla unul din următoarele două lucruri:

fie îți vei lua o soție rea și vei avea de îndurat răutatea ei, fie, dacă nu vei vrea să înduri și o vei lepăda, te vei face vinovat de preacurvie. (*Sfântul Ioan Gură de Aur*)

- **F**ii evlavios, devotat lui Dumnezeu, cu nădejdea în Care roagă-te ca El Însuși să-ți trimită o jumătate plăcută Lui și mântuitoare pentru tine;

- căutând unirea nunții, nu urmări scopuri rele, sau satisfacerea patimilor, sau dobândirea de avuții, sau slavă deșartă, ci numai întrajutorarea rânduită de Dumnezeu în viața vremelnică pentru cea veșnică, întru slava lui Dumnezeu și spre binele celorlalți;

- când ai aflat-o, primește-o ca pe un dar al lui Dumnezeu, cu recunoștință față de El, cu dragoste și deopotrivă cu cinstire față de acest dar. (*Sfântul Teofan Zăvorâtul*)

**D**acă vrei să îți iei femeie, nu alerga la oameni, ci aleargă la Dumnezeu. Spune-I: „Pe cine vrei Tu, pe aceea să mi-o și rânduiești cu Pronia Ta.” Încredințează-I lucrul acesta lui Dumnezeu, și El te va răsplăti pentru că I-ai dat o cinstire atât de înaltă. (*Sfântul Ioan Gură de Aur*)

**U**n tânăr l-a întrebat pe starețul Paisie Aghioritul:

– Părinte, oare o să-mi gălesc o fată bună, ca să mă însor și să am mângâiere?

Starețul i-a răspuns zâmbind:

– Dacă toți o să-și găsească fete bune, cu celelalte ce-o să facem? O să le punem la sare?

Viața de familie trebuie începută prin a te ruga ca Domnul să ți-l arate pe omul care îți va fi sprijin și ajutor. Bineînțeles, rugăciunea trebuie să premeargă acestei alegeri, dar dacă inima a ales deja trebuie să ne rugăm ca să fie după voia lui Dumnezeu. O oarecare femeie îmi povestea că atunci când era fată i-a plăcut un seminarist, și atât de tare l-a îndrăgit, încât se ruga Domnului să aibă parte de el. Stătea în biserică, el stătea în față, ea îl vedea din spate, și se ruga așa: „Doamne, fie ce-o fi, numai să fie al meu.” El a început să îi dea atenție; au făcut cunoștință, au început să se întâlnească, el a cerut-o în căsătorie. S-au căsătorit, pe urmă el a devenit preot, au trăit împreună vreo doi-trei ani, au făcut doi copilași, totul mergea bine. Ei, și s-a întâmplat o problemă cu instalația de gaz. El a zis: „Las' că o rezolv eu îndată.” S-a otrăvit însă cu gaz și a murit. Săraca plângea: „De ce am cerut așa: fie ce-o fi, numai să fie al meu?” Domnul i-a îndeplinit cererea, și iată că acum este văduvă. Iar după câțiva ani a murit și ea pe neașteptate, lăsând în urma sa doi copii. Iată ce se întâmplă câteodată. Da, trebuie să ne rugăm, însă trebu-

ie neapărat, cum ne învață Sfinții Părinți, să lăsăm măcar puțin loc pentru voia lui Dumnezeu. „Nu cum vreau eu, ci cum vrei Tu.” Nu „fie ce-o fie”, ci „Doamne, Tu știi mai bine: eu vreau foarte tare, însă Tu știi mai bine”. (*Protoiereul Valerian Krecetov*)



*Rugăciunea fecioarei  
pentru măritiş,  
către Dumnezeu-Tatăl*

**A** totbunule Doamne! Ştiu că fericirea mea cea mare stă în a Te iubi cu tot sufletul meu şi cu toată inima mea şi în a împlini întru totul sfântă voia Ta. Aşadar Însuţi îndrumă, Dumnezeule, sufletul meu şi umple inima mea: vreau să Îţi plac doar Ție, fiindcă Tu ești Ziditorul meu și Dumnezeuul meu. Păzește-mă de trufie și de iubirea de sine: să mă împodobescă priceperea, smerenia și curăția. Lenevirea Îți e urâtă și naște patimi: Tu dă-mi hărnicie și binecuvântează ostenele mele. Iar întrucât legea Ta poruncește ca oamenii să trăiască în căsnicie cinstită, adu-mă, Părinte Sfinte, la această chemare sfințită de către Tine, fiindcă Tu ai zis: „Nu este bine ca omul să fie singur” – și, făcându-i lui femeia ca să-i fie ajutor, le-ai dat binecuvântare să crească, să se înmulțească și să umple pământul.

Auzi smerita mea rugăciune, care se înalță către Tine din adâncul inimii de fecioară: dă-mi soț

CUM SĂ ÎNTEMEIEM O FAMILIE ORTODOXĂ

cinstit și binecredincios, ca să Te preaslăvesc în dragoste și înțelegere împreună cu el pe Tine, Dumnezeu Cel Milostiv, pe Tatăl și pe Fiul și pe Sfântul Duh, acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

## *Despre curăția (castitatea) în căsnicie*

**D**ouă sunt scopurile pentru care a fost rânduită căsătoria: ca să trăim în curăție și ca să devenim părinți. Dintre acestea două, cea mai însemnată e însă curăția. (*Sfântul Ioan Gură de Aur*)

**C**el mai des, noi gândim castitatea din perspectiva relațiilor trupești. Castitatea vine însă mult mai devreme decât începutul oricăror relații trupești dintre soț și soție. Castitatea stă în a vedea în omul pe care îl privești frumusețea pe care Dumnezeu a pus-o în el, a vedea chipul lui Dumnezeu, pe care nu este îngăduit să îl întinăm, să-l vedem pe om în frumusețea aceasta și să slujim creșterii ei necurmăte și nepătate de nimic. Castitatea stă în a păzi cu înțelepciune integritatea propriului suflet și a sufletului celuilalt. În acest sens castitatea stă la temelia căsăto-