



8 martie 2026 • **DUMINICA III DIN POST** • Sf. Ioan al lui  
Dumnezeu, clg.

**LECTURA I**

**Dați-ne apă să bem!**

*Citire din cartea Exodului 17,3-7*

În zilele acelea, poporul, însetat de apă, murmura împotriva lui Moise și zicea: “De ce ne-ai făcut să urcăm din Egipt? Ca să ne faci să murim de sete, pe mine, pe fiii mei și turmele mele?” Moise a strigat către Domnul, zicând: “Ce să fac cu poporul acesta? Încă puțin și mă vor bate cu pietre”. Domnul i-a zis lui Moise: “Treci înaintea poporului și ia cu tine câțiva dintre bătrânii lui Israel; ia în mână și toiagul cu care ai lovit râul și mergi! Iată, eu voi sta înaintea ta acolo, pe stâncă, în Horeb; tu vei lovi stâncă și va ieși din ea apă și poporul va bea”. Moise a făcut așa în văzul bătrânilor lui Israel. El a dat locului numele de “Masa și Meriba” din cauza certei fiilor lui Israel și pentru că l-au pus la încercare pe Domnul, zicând: “Este oare Domnul în mijlocul nostru, sau nu este?”

*Cuvântul Domnului*

**PSALMUL RESPONSORIAL**

*Psal 94(95),1-2.6-7abc.7d-9 (R.: cf. 8)*

**R.: O, de ați asculta astăzi glasul Domnului: nu vă împietriți inimile voastre!**

Veniți să cântăm cu veselie Domnului, să strigăm cu bucurie către stâncă mântuirii noastre,

să mergem înaintea lui cu cântece de laudă și în cântări de psalmi să-l preamărim!  
**R.**

Veniți să-l adorăm și să ne plecăm în fața lui și să îngenunchem înaintea Domnului, creatorul nostru, căci el este Dumnezeu nostru, iar noi suntem poporul pe care el îl păstorește, turma pe care mâna lui o călăuzește! **R.**

O, de ați asculta astăzi glasul lui: “Nu vă împietriți inimile ca la Meriba, ca în ziua de la Massa, în pustiu; acolo m-au ispitit părinții voștri, m-au pus la încercare, deși au văzut lucrările mele!” **R.**

**LECTURA A II-A**

**Iubirea lui Dumnezeu a fost revărsată în inimile noastre prin Duhul Sfânt care ne-a fost dat.**

*Citire din Scrisoarea sfântului apostol Paul către Romani 5,1-2.5-8*

Fraților, justificați prin credință, avem pace de la Dumnezeu prin Domnul nostru Isus Cristos, prin care am obținut, în credință, posibilitatea de a ajunge la acest har în care ne aflăm și ne laudăm în speranța gloriei lui Dumnezeu. Iar speranța nu înșală, pentru că iubirea

lui Dumnezeu a fost revărsată în inimile noastre prin Duhul Sfânt care ne-a fost dat. Într-adevăr, pe când eram încă neputincioși, Cristos a murit la timpul hotărât pentru cei nelegiuîți. De fapt, cu greu moare cineva pentru un om drept. Poate că pentru un om bun ar îndrăzni cineva să moară. Dar Dumnezeu și-a arătat iubirea față de noi prin faptul că, pe când eram încă păcătoși, Cristos a murit pentru noi.

*Cuvântul Domnului*

## ACLAMAȚIE LA EVANGHELIE

Cf. *In* 4,42.15

Doamne, tu ești cu adevărat Mântuitorul lumii; dă-mi apa vie, ca să nu mai însetez!

## EVANGHELIA

**Va deveni în el izvor de apă, care țâșnește spre viața veșnică.**

*Citire din Evanghelia Domnului nostru Isus Cristos după sfântul Ioan 4,5-42*

În acel timp, Isus a venit într-o cetate din Samaria numită Sihar, aproape de ținutul pe care Iacob l-a dat fiului său Iosif. Acolo era fântâna lui Iacob. Atunci, obosit fiind de călătorie, Isus s-a așezat la fântână. Era pe la ceasul al șaselea. A venit o femeie din Samaria ca să scoată apă. Isus i-a spus: "Dă-mi să beau!" Discipolii lui pleaseră în cetate ca să cumpere de mâncare. Așadar, femeia samariteană i-a zis: "Cum, tu, care ești iudeu, ceri să bei de la mine, care sunt o femeie samaritană?" De fapt, iudeii nu aveau legături cu samaritenii. Isus a răspuns și i-a zis: "Dacă ai fi cunoscut darul lui Dumnezeu și cine este acela care îți spune «Dă-mi să beau!», tu ai fi cerut de la el și el ți-ar fi dat apă vie". Femeia i-a spus: "Doamne, nici nu ai cu ce scoate apă, iar fântâna este adâncă; de unde deci ai apa vie? Nu cumva ești tu mai mare decât părintele nostru

Iacob, care ne-a dat fântâna și au băut din ea el, fiii lui și turmele lui?" Isus a răspuns și i-a zis: "Oricui bea din apa aceasta îi va fi sete din nou, dar cine va bea din apa pe care i-o voi da eu nu va înseta niciodată și apa pe care i-o voi da eu va deveni în el izvor de apă care țâșnește spre viața veșnică". I-a zis femeia: "Doamne, dă-mi această apă ca să nu-mi mai fie sete și să nu mai vin aici să scot!" El i-a zis: "Du-te și cheamă-l pe bărbatul tău și vino aici!" Femeia a răspuns și i-a zis: "Nu am bărbat". Isus i-a spus: "Bine ai zis «Nu am bărbat», pentru că ai avut cinci bărbăți, și cel pe care îl ai acum nu este bărbatul tău. În privința asta ai spus adevărul". Femeia i-a zis: "Doamne, văd că tu ești profet. Părinții noștri l-au adorat pe Dumnezeu pe muntele acesta, iar voi spuneți că la Ierusalim este locul unde trebuie să-l adore". Isus i-a spus: "Femeie, crede-mă că a venit ceasul când nu îl veți adora pe Tatăl nici pe muntele acesta, nici la Ierusalim! Voi adorați ceea ce nu cunoașteți. Noi adorăm ceea ce cunoaștem, pentru că mântuirea vine de la iudei. Însă vine ceasul - și acum este - când adevărații adoratori îl vor adora pe Tatăl în duh și adevăr, căci și Tatăl astfel de adoratori își caută. Dumnezeu este duh și cei care îl adoră, în duh și adevăr trebuie să-l adore". Femeia i-a zis: "Știu că vine Mesia, care este numit Cristos. Când va veni, el ne va învăța toate". Isus i-a zis: "Eu sunt, cel care îți vorbesc!" Tocmai atunci au ajuns discipolii lui. Și se mirau că vorbește cu o femeie, dar nimeni nu i-a zis: "Ce cauți?" sau: "De ce vorbești cu ea?" Atunci, femeia și-a lăsat urciorul, a plecat în cetate și le-a spus oamenilor: "Veniți și vedeți omul care mi-a spus tot ce am făcut! Oare nu este acesta Cristos?" Ei au ieșit din cetate și au venit la el. Între timp, discipolii îl rugau: "Rabbi, mănâncă!" Dar el le-a

zis: “Eu am de mâncat o mâncare pe care voi nu o cunoașteți”. Așadar, discipolii ziceau unii către alții: “Oare i-a adus cineva de mâncare?” Isus le-a zis: “Hrana mea este să fac voința celui care m-a trimis și să împlinesc lucrarea lui. Nu spuneți voi: «Mai sunt încă patru luni și vine secerișul»? Iată, eu vă spun, ridicăți-vă ochii și priviți lanurile că sunt albe pentru seceriș! Deja secerătorul își primește plata și adună roadele spre viața veșnică, pentru ca semănătorul să se bucure la fel cu secerătorul. Căci în aceasta se adevărește cuvântul: «Unul este semănătorul, altul secerătorul». Eu v-am trimis să secerăți ceva pentru care nu ați trudit. Alții au trudit, iar voi ați intrat peste truda lor”. Mulți dintre samaritenii cetății aceleia au crezut în el pentru cuvântul femeii care a mărturisit: “Mi-a spus tot ce am făcut”. Așadar, când au venit la el, samaritenii i-au cerut să rămână la ei, iar el a rămas acolo două zile. Și cu mult mai mulți au crezut pentru cuvântul lui. Îi spuneau femeii: “Nu mai credem pentru cuvântul tău, căci noi înșine am auzit și știm că acesta este cu adevărat Mântuitorul lumii”.

*Cuvântul Domnului*

\*\*\*

*Odată cu Duminica a treia a Postului Mare facem un pas înainte în descoperirea identității și a prezenței mântuitoare a lui Isus Cristos în viețile noastre. Într-adevăr, Liturgia Cuvântului din această duminică ne oferă câteva situații concrete de viață în care ne descoperim limitele umane, neputințele și neajunsurile. Astfel de situații ne pot face adesea să ne întrebăm: Este oare Domnul cu*

*adevărat în mijlocul nostru, sau nu? (Ex 17,7)*

*Prima lectură ne descrie situația poporului ales la puțin timp după trecerea Mării Roșii. Peregrinarea istovitoare prin pustiu și lipsa apei i-au făcut pe membrii poporului ales să uite de faptele minunate săvârșite de Dumnezeu. În loc să-și arate încrederea și să ceară ajutorul Celui care le-a dat atâtea dovezi de sprijin, ei s-au răzvrătit atât de tare încât erau pe punctul să-și ucidă conducătorul cu pietre. Moise, însă, a convertit murmurele și strigătele lor în rugăciune, iar Domnul a ostit setea lor. Mai precis, El i-a cerut lui Moise să lovească cu toiagul său stânca muntelui Horeb. Imediat din stâncă a țâșnit apă din belșug astfel încât toți au băut pe săturate. Acest incident a revelat faptul că Dumnezeu este nu numai Eliberatorul ci și Sursa vieții și a binelui poporului.*

*În episodul întâlnirii lui Isus cu femeia samariteană lângă fântâna lui Iacob, povestit de fragmentul evanghelic, Mântuitorul este prezentat ca însetat, nevoit să ceară apă de la o femeie pe care o vede pentru prima dată. Dar, dialogul care se înfiripă între ei produce o răsturnare de situație, scoțând la iveală în femeie o „sete” pe care doar El o poate oști. Într-adevăr, viața tumultoasă a femeii (care avusese deja cinci bărbați) arată că nimic din ceea ce căuta nu o satisface. În schimb, în omul întâlnit lângă fântână a descoperit, mai întâi un profet (v. 19), mai apoi pe Mesia (v. 29), care îi dă pe față trecutul fără a o umili, iar, împreună cu concitadinii săi, pe Mântuitorul lumii (v. 42).*

Isus, se descoperă a fi, aşadar, „noul izvor de viaţă veşnică”.

Despre „sete ostoită” vorbeşte şi lectura a doua atunci când sfântul Paul le explică creştinilor din Corint, e drept, cu alte cuvinte, ceea ce a înfăptuit Isus Cristos pentru ei: Noi suntem în pace cu Dumnezeu prin Domnul nostru Isus Cristos, care, prin credinţă, ne-a deschis cale liberă spre acest har, în care ne aflăm, iar lauda noastră este speranţa că vom avea parte de mărirea fiilor lui Dumnezeu... Dovada că Dumnezeu ne iubeşte stă în faptul că Cristos a murit pentru noi pe când noi eram încă păcătoşi.

Duminica a treia a Postului Mare ne invită, aşadar, să căutăm în adâncul nostru care sunt nevoile noastre, aşteptările noastre, cele mai profunde şi mai vitale. Isus ne îndreaptă atenţia către El, singurul „izvor de apă vie” care „ostoieşte setea de viaţă (veşnică)”.

Pr. Tarciziu Şerban

## Calendarul săptămânii

8-15 martie 2026

- |    |   |                                                                          |
|----|---|--------------------------------------------------------------------------|
| 8  | D | DUMINICA III DIN POST; Sf. Ioan al lui Dumnezeu, clg.                    |
| 9  | L | Cei 40 de Ss. Ostaşi capadocieni, m. (*); Sf. Francisca Romana, clg. (*) |
| 10 | M | Sf. Simpliciu, pp.                                                       |
| 11 | M | Sf. Constantin, rege m.                                                  |
| 12 | J | Ss. Inocenţiu I, pp.; Maximilian, m.                                     |
| 13 | V | Sf. Sabin, m.                                                            |
| 14 | S | Sf. Matilda, regină; Fer. Iacob Cusmano, pr.                             |
| 15 | D | DUMINICA IV DIN POST; Sf. Luiza de Marillac, clg.                        |

### Gândul săptămânii

“Fă cu mărinimie cele mai mici lucruri şi cu umilintă lucrurile mari.” (Fericitul Vladimir Ghika)

