





Prednes duchovnej...



...poézie, prózy a spevu...



...v Medzilaborciach

## Sobošská veselica

V prvý májový piatok sa v kultúrnom dome v obci Soboš uskutočnil tretí ročník „Sobošskej veselice s malými mládežníkmi“. Začiatok podujatia sme zahájili večerňou v chráme sv. Kozmu a Damiána, v ktorom sa všetkým prítomným prihovril miestny duchovný o. archimandrita Serafím (Melnyk).

V chráme sme poprosili Hospoda Boha o silu a pomoc počas celého večera a následne sa účastníci presunuli do kultúrneho domu. Po usadení prítomných stretnutie otvoril o. archimandrita Serafím, duchovný správca miestnej cirkevnej obce. Moderovania sa potom ujal predseda predstavenstva Občianskeho združenia – Serafím, ThDr. Marek Beňa, ktorý sa zhostil tejto úlohy naozaj bravúrne.

Na tohtoročnej „Sobošskej veselici“ privítal mnohých ctených hostí ako napríklad pani Fenikovou Luciu, riaditeľku Prima banka Slovensko, a.s. pobočka Stropkov, pani Horkovič Dominiku, riaditeľku Prima banka Slovensko, a.s. pobočka Svidník a okresnú predsedníčku strany Národná koalícia, ako aj Ing. Andreja Gmittera, krajského predsedu Národnej koalície a kandidáta na europoslanca. Okrem úvodného slova uvádzal jednotlivé bloky súťaži, za čo mu v mene organizátorov a spoluorganizátorov ďakujeme.



Neodmysliteľnou súčasťou „Sobošskej veselice“ je aj náš vynikajúci hudobník p. Vladimír Pasnišin, ktorý do skorých ranných hodín účastníkom hral do tanca.

V závere tohto podujatia bolo žrebovanie tomboly, ktorú svojim úvodným slovom otvoril náš vzácny hosť Ing. Andrej Gmitter, krajský predseda Národnej koalície a kandidát na europoslanca. Všetci výhercovia si odniesli zaujímavé ceny.



Všetkým známym i neznámym sponzorom patrí nesmierna vďaka. Po odovzdaní všetkých cien tanečná zábava pokračovala do skorých ranných hodín.

Členovia a sympatizanti nášho združenia ďakujú za príjemný večer, plný zábavy a relaxu.

**Zdroj:** [new.ozserafim.sk/?p=1644](http://new.ozserafim.sk/?p=1644)

## Antipascha v Košiciach

V sobotu 4.5.2019 sa ako každý rok konala v Košiciach Antipascha. Neprišlo veľa mládežníkov a ani veľa kňazov, čo mňa osobne veľmi mrzí. No aj napriek tomu, že nás bolo pomenej, atmosféra bola výborná.

Skôr než začala sv. Liturgia, vладыka Juraj na počesť sviatku mučeníka Tarzícia daroval všetkým chlapcom, ktorí pomáhajú a obsluhujú v oltárnej časti, krížiky a ikonu s modlitbou tohto mučeníka, aby im



pomáhal v ich službe Bohu. A tak sa mohla začať sv. Liturgia. Na konci sv. Liturgie sa lámal a rozdával slávsky koláč. Po uspokojení ducha bolo na rade aj telo, a tak sme si dali skvelé občerstvenie a neskôr aj obed. A vtedy bol čas aj na privítanie sa so známymi, porozprávanie sa.

Neskôr sa mohla začať beseda na tému „Vášne a cnosti“. Duchovní otcovia nám veľmi pekne vysvetlili a zodpovedali naše otázky. Keby sa dalo, ostala by som aj dlhšie. Takéto akcie mám veľmi rada a všetkým odporúčam, aby na tieto akcie chodili. Určite neľutujte svoj čas, nič nestratíte, práve naopak, získate veľmi veľa. Hlavne získate veľa duchovnej sily. V dnešnej uponáhľanej dobe, kedy si len píšeme sms, je dobré sa stretávať a spoznávať sa navzájom z iných miest a dedín. Na duchovných stretnutiach dostanete odpovede na rôzne otázky a vypočujete si poučenia k zaujímavým témam.

### mládežníčka Natália z Uliča



## Exkurzia do Hvezdárne a planetária v Prešove

Jedným z najzaujímavejších podujatí organizovaných Občianskym združením – Serafím je nepochybne realizácia akcie s názvom „Spoločne bližšie k hviezdám“, ktorú sme organizovali začiatkom mája pre žiakov druhého stupňa základnej školy Slovinky. Akciu sme pripravili v spolupráci s katechétom pravoslávneho náboženstva a predsedom predstavenstva združenia ThDr. Marekom Beňom a katechétkou rímskokatolíckeho náboženstva Mgr. Annou Rybárovou. Plánom našej exkurzie bolo navštíviť Františkánsky kostol sv. Jozefa v Prešove, kde prítomných privítal a kostolom sprevádzal brat Tomáš. Počas veľmi zaujímavej prednášky nás zaviedol do kaplnky relikvií, kde sme mali možnosť vzhliadnuť viac ako 450 relikvií svätcov a blahoslavených, ktoré sú prístupné k úcte i širokej verejnosti.

Hlavným cieľom našej cesty bola aj návšteva Hvezdárne a planetária v Prešove. Po duchovnom nasýtení sme sa ocitli v neobyčajnom svete plnom záhad, tajomných zákutí vesmíru, hviezd, súhvezdí a neprebádaných častí našej galaxie. V prednáškovej sále hvezdárne sme si so zatajeným dychom pozreli film o slnečnej sústave. Žiaci prostredníctvom pútavého výkladu získali predstavu o otáčaní Zeme, na názornom exponáte lepšie pochopili príčiny striedania dňa a noci aj ročných období vôbec. Dozvedeli sa poznatky o Slnku a jeho planétach, o Mesiaci a jeho fázach, o jedinečnosti pozemskej prírody a života na nej. V planetáriu sme sa na chvíľu preniesli do kozmického priestoru a stali sa jeho súčasťou. Usadili sme sa v pohodlných kreslách a ocitli „v náručí“ vesmíru. Na umelej oblohe sme fascinovane pozorovali hviezdy, ich zoskupenia, hľadali súhvezdia Orión, Pegas či „Veľkú medvedicu“.



Naše túlavé topánky smerovali na Pravoslávny kňazský seminár Prešovskej univerzity v Prešove. V chráme sv. evanjelistu Jána Bohoslova, ktorý je pýchou kňazského seminára, ako aj Prešovskej univerzity, Pravoslávnej cirkvi a mesta Prešov, sa prihovoril rektor seminára prof. ThDr. Milan Gerka, CSc, ktorý vyzdvihol bohatstvo tohto chrámu ako dielo obrovskej duchovnej aj kultúrnej hodnoty v podobe ikon, ktorými je celý chrám rozpisovaný. „Na pravoslávnom kňazskom seminári pokračuje ďalší vzdelávací proces praktických cvičení z liturgiky, homiletiky, typikonu, cirkevnej slovenčiny a cirkevného spevu. Hlavným poslaním kňazského seminára je duchovná príprava bohoslovcov pre kňazské poslanie. Oboznámili sme sa s tým, že študenti bohosloveckej fakulty sa podieľajú aj na charitatívnej a kultúrnej činnosti v detských domovoch, nemocniciach, či domovoch dôchodcov,“ – povedal rektor vo svojom príhovore.

Spoločne sme sa presunuli na obed do priestorov jedálne, kde sme nasýtli svoje hladné brušká a potom sme sa vybrali na cestu domov. Exkurzia sa všetkým veľmi páčila a domov sme sa vrátili plní zážitkov, dojmov a nových vedomostí.

## Prednes duchovnej poézie, prózy a spevu v Medzilaborciach

Už po 14.-krát sa uskutočnila v Detskom domove sv. Nikolaja v Medzilaborciach tradičná akcia Prednes duchovnej poézie, prózy a spevu, ktorú organizuje naša mládežnícka skupinka. Po molebni v kaplnke, ktorý odslúžil prot. Alexander Zalevskij, kde sme sa všetci pomodlili za dobrý priebeh akcie, sa to všetko začalo. Každý z účastníkov mohol ukázať, čo si pripravil buď v speve, v poézii či v próze.

Súťažiaci predniesli svoje príspevky v slovenskom, rusínskom, ukrajinskom a iných jazykoch. Veľmi nás potešilo, že sme mali zastúpené všetky vekové kategórie. Príspevky hodnotila porota v zložení: PaedDr. Anna Deravjaniková PhD., ktorá bola zároveň jej predsedníčkou, d.o. Peter Bačovčin a d.o. Jaroslav Guba.

Do detského domova prišli ukázať svoje talenty ľudia z rôznych miest a obcí ako sú Košice, Humenné, Klenová a iné. Po chutnom guláši nasledovalo vystúpenie byzantských piesní v podaní bohoslovcov Nikolaja Pružinského a Milana Petriska. Tak, ako povedala predsedníčka poroty, hodnotenie bolo veľmi náročné. Preto sa stalo, že sme mali zastúpené dve tretie, druhé alebo prvé miesta. Taktiež sa porota rozhodla oceniť niektorých účastníkov zvláštnou cenou poroty. Výhercovia boli odmenení bohatými vecnými darmi. Prednes zakončili slová nášho duchovného otca, Alexandra Zalevského, ktorý sa poďakoval každému, kto prišiel a pomohol s prípravou podujatia, účinkujúcim a najmä našim sponzorom. Týmto sa chceme poďakovať každému, kto prišiel a na budúci rok sa tešíme aj na mnoho nových tvárí!



**Alexander Hričko**



## Teplé slnečné ráno 01.06.2019

Krdeľ holubov robí počestný oblet chrámu sv. Alexandra Nevského, z ktorého znie spev pravoslávnych modlitieb molebenu. Starý gaštan sa vyvyšuje nad okolitým areálom. Postupne sa prostredie začína zaplňať detskou vravou a smiechom. Takto sa začínal Deň detí v priestoroch pravoslávnej bohosloveckej fakulty v Prešove.

Pre malých šibalov z celého východného Slovenska organizátori z Bratstva pravoslávnej



mládeže pripravili množstvo zaujímavých hier a súťaží. Bolo to pestré: piškôrky, skákanie vo vreci, pavučina, ochutnávky, kurz prvej pomoci, kvíz, futbal, strelba, stolný tenis, trampolína a ešte veľa všetkého, čo robí deti šťastnými.

Zvláštne poďakovanie patrí dobrovoľnému hasičskému zboru z Ľubotíc a Ovčieho, ktorý profesionálne uhasil začínajúci sa požiar a dal možnosť všetkým deťom aspoň na chvíľu vziť sa do kože skutočného požiarnika.

Mnohých zaujala ukážka vyrezávania z dreva, následkom ktorej vznikli rôzne výrobky pravoslávnej tématiky.

Vďaka patrí aj kolektívu jedálne, ktorý posilnil našich hostí dobrým obedom.

Aj na budúci rok pozývame všetkých zúčastniť sa tohto sviatku detí, rodiny, pravoslávia. Nech starý gaštan poskytne vám úkryt pred poludňajšou horúčavou a naďalej pevne stojí na strážii pravoslávneho ducha v našom kraji.

Vďaka Bohu a s láskou v Christu



### PCO v Poprade



## Ctihodná mučeníčka Mária Skobtsova 20. júl / 2. august

Ctihodná mučeníčka sa narodila v roku 1891 v Rige, v Lotyšsku, v rodine s vyššou triedou a dostala meno Elizaveta Pilenko.

Jej otec zomrel, keď bola tínedžerka a prijala ateizmus. V roku 1906 jej matka vzala rodinu do Petrohradu, kde sa zapojila do radikálnych intelektuálnych kruhov. V roku 1910 sa vydala za boľševika menom Dimitrij Kuzmin-Karaviev. Počas tohto obdobia svojho života sa aktívne zapájala do literárnych kruhov a písala veľa poézie. Jej prvá kniha, *Scythian Shards*, bola zbierkou poézie z tohto obdobia. V roku 1913 jej manželstvo s Dimitriom skončilo.

Pri pohľade na Isusovo človečstvo – „On tiež zomrel. On potil krv. Bili ho po tvári“ – začala sa vracat' späť ku kresťanstvu. Presťahovala sa - teraz so svojou dcérou Gaianou - na juh Ruska, kde vzrástla jej náboženská oddanosť.

V roku 1918 bola po boľševickej revolúcii zvolená za zástupkyňu primátora mesta Anapa v južnom Rusku. Keď Biela armáda prevzala kontrolu nad Anapou, primátor utiekol a stala sa starostkou mesta. Biela armáda ju postavila pred súd za to, že bola boľševička. Sudca bol však jej bývalý učiteľ, Daniel Skobtsov, a ona bola oslobodená. Čoskoro sa do seba zaľúbili a zosobášili sa.

Aby sa vyhli nebezpečenstvu, Elizaveta, Daniel, Gaiana a matka Elizavety - Sophia utiekli z krajiny. Elizaveta bola tehotná so svojím druhým dieťaťom.

Cestovali najprv do Gruzínska (kde sa narodil jej syn Jurij) a potom do Juhozápadného Ruska (kde sa narodila jej dcéra Anastasia).

Nakoniec prišli do Paríža v roku 1923. Čoskoro sa Elizaveta venovala teologickým štúdiám a sociálnej práci.

V roku 1926 zomrela Anastasia na chrípku - srdcervúca udalosť pre rodinu. Gaiana bola poslaná do Belgicka do internátnej školy. Čoskoro sa manželstvo Daniela a Elizavety rozpadlo. Jurij ostal s Danielom a Elizaveta sa presťahovala do centra Paríža, aby pracovala priamo s tými, ktorí to najviac potrebovali.

V roku 1930 bola menovaná misijnou tajomníčkou ruského študentského kresťanského hnutia, ktoré ju priviedlo do každodenného kontaktu s ochudobnenými ruskými utečencami z celého Francúzska a susedných krajín. Často prednášala, rýchlo načúvala ostatným, pretože ich život súvisel s nejakým strašným smútkom, ktorý ich dlhé roky zaťažoval.

Vzala doslovne Christove slová o tom, že On je vždy prítomný v najmenšej osobe. „Človek by mal zaobchádzať s telom inej ľudskej bytosti s väčšou starostlivosťou, ako zaobchádza so svojím vlastným,“ napísala. „Kresťanská láska nás učí dávať našim bratom hmotné, ako aj duchovné dary. Mali by sme im dať poslednú košeľu a náš posledný kúsok chleba. Poskytovanie osobných almužien a najširšia sociálna práca sú rovnako odôvodnené a potrebné.“ Biskup videl jej oddanosť v sociálnej práci a navrhol jej možnosť stať sa monaškou. Súhlasila, čo robila len s istotou, že nebude musieť žiť v monastieri, izolovanom od sveta. Na jar roku 1932 s povolením Daniela Skobtova v kaplnke teologického inštitútu svätého Sergeja prijala mníšsky sľub a meno Mária. S finančnou pomocou z Met-



ropolitnej rady si prenajala dom v Paríži a urobila ho svojím „monastierom“. Bolo to miesto s otvorenými dverami pre utečencov, chudobných a osamelých. Čoskoro sa stal aj centrom intelektuálnej a teologickej diskusie. V monaške Márii tieto dva prvky - služba chudobným a teológii - šli ruka v ruku.

Začala prijímať hostí, najmä mladé ruské ženy bez zamestnania. Vzdala sa svojej vlastnej izby, aby ich ubytovala, zatiaľ čo sama spala na úzkom železnom lôžku v suteréne.

Miestnosť na poschodí sa stala kaplnkou, kde písala ikony na ikonosta-



se, zatiaľ čo jedáleň sa využívala ako sála na prednášky a diskusie. Mária žila pre tých, ktorým slúžila – pre porazených, pre ľudí v zúfalstve, mrzákov, alkoholikov, chorých a tých, ktorí prežili mnohé tragédie. Ale nie všetci reagovali na dôveru s dôverou. Krádež nebola nezvyčajná. Pri jednej príležitosti hosť ukradol 25 frankov. Každý hádal, kto je vinníkom a upodozrievali jednu narkomanku, ale Mária ju odmietla obviňovať. Namiesto toho oznámila pri jedáleňskom stole, že peniaze nebo-

li ukradnuté, len nesprávne umiestnené a už ich našla. „Vidíte, aké nebezpečné je robiť obvinenia,“ komentovala. Dievča, ktoré ukradlo peniaze, sa okamžite rozplakalo.

Keď nacisti obsadili Paríž v období 2. svetovej vojny, Židia sa čoskoro priblížili k domu s prosbou o krstné listy, ktoré im poskytol otec Dimitrij.

Mnohí Židia prišli kvôli tomu, aby zostali s nimi. Poskytli im útočisko a pomohli mnohým uniknúť. Nakoniec bol dom zatvorený. Monaška Mária, otec Dimitrij, Jurij a Sophia boli zajatí gestapom. Otec Dimitrij a Jurij zomreli vo väzenskom tábore v Dore. Mária bola poslaná v zapečatenom kamióne pre dobytok do tábora v nemeckom Ravensbrücku, kde vydržala dva roky, čo bol čiastočne výsledok jej dlhoročnej skúsenosti s asketickým životom. Bola pridelená do bloku 27 a zbližila sa s mnohými ruskými väzňami, ktorí boli s ňou. Jeden z nich, Solange Perichon, si spomína: „Nikdy nebola sklесlá, nikdy. Nikdy si nestážovala... Bola plná energie, naozaj pozitívnej energie. Mali sme veľa rozhovorov, ktoré trvali veľa času. Boli sme prebudení o tretej ráno a museli sme stáť na otvorenom priestranstve v polovici zimy, až kým sa počet obyvateľov kasárni nespočítal. A zajtra to bude rovnaké znova... Nedovolila, aby jej bránili v kontakte s ľuďmi.“

Na veľkú sobotu 1945 bola odvezená do plynovej komory a odišla na večnosť. Predpokladá sa, že zaujala miesto iného, ktorý bol vybraný pre túto smrť.

#### Zdroj:

<https://oca.org/saints/lives/>  
<https://orthodoxwiki.org/>

**Spracovala: Mgr. Zuzana Sadilková**

## Ctihodný Jozef Hesychasta 16. august / 29. august

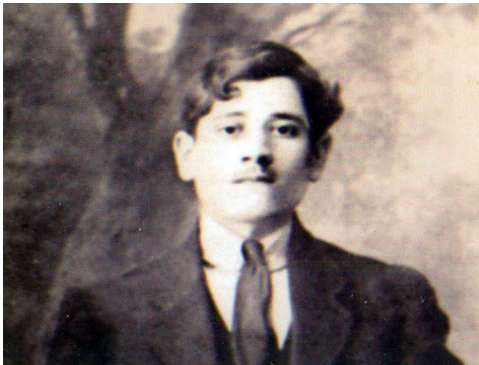
Ctihodný starec Jozef Hesychasta patrí k tým málo mníchom, ktorí od samého začiatku, kedy sa zriekli sveta, získali plnosť Božej blahodate, blahodate dokonálnych.

Bol znamenitý askéta zbožnosti 20. storočia, duchovný učiteľ a poradca mnohých athoských mníchov. S menami jeho učeníkov je zviazané obnovenie 6 z 20 athoských monastierov a mnoho ďalších za hranicami hory Athos.

Narodil sa v roku 1897 v dedine Lefka, na ostrove Paros. Jeho otec Georgios zomrel v roku 1907 a o výchovu šiestich detí sa starala matka Mária.

Pre zložitú materiálnu situáciu rodiny ako mladý nedokončil školu. V roku 1914 pracoval v Pireas, potom odsľúžil službu v armáde a následne sa usadil v Aténach, kde pracoval ako obchodník - predavač.

Keď mal 23 rokov, začal sa zau-



jímať o duchovnú literatúru. V roku 1921 rozdal biednym, čo mal a odišiel na horu Athos, aby sa stal mníchom.

V prvých mesiacoch po svojom príchode na Svätú Horu Athos, keď sa nachádzal vo Vigle, v osamelej krajine neďaleko athoskej Veľkej Lavry, získal draho-

cenný nebeský dar - navštívenia Božského Svetla a zároveň neustávajúcu modlitbu mysle. Svoj život starec Jozef Hesychasta zasvätil skúsenému poznávaniu, vyhľadávaniu a získavaniu Božej blahodate.

Vo svojom neustálom asketickom zápase považoval za svojho hlavného nepriateľa lenivosť, a nie pýchu. Lebo ako hovoril Jozef Hesychasta, lenivosť ti nedovoľuje duchovný plod ani zobrať a uvidieť ho (plod - rozumej Božia blahodať), zatiaľ čo pýcha ho kradne až potom, keď ho získaš. To jest, ak nebudeš lenivý a budeš chcieť, tak v samom počiatku zakúsiš z toho drahocenného plodu pamätajúc na prežitú skúsenosť, a môžeš ho potom (ak budeš chcieť) skrze pokánie a sebaobviňovanie v hriechoch znovu získať. Ak vôbec nevieš a nepoznáš, čo je to za plod, tak sa ani nebudeš starať a snažiť ho získať.

Nezabudnuteľný starec Jozef bol veľký hesychasta a askéta. Ním zavedený poriadok asketického života (ústava, typikon) sa zakladal na príkladoch veľkého duchovného života starca Daniela z Kélie svätého Petra v Kria Nera a starca Kallinika Hesychastu, žijúceho v Katunakii. Starec Jozef Hesychasta bol svätorečený ako lokálne uctievaný na Svätej Hore Athos.

Celý život ctihodného starca bolo neustále venovanie sa Isusovej modlitbe. Snažil sa aplikovať Pavlovo prikázanie: „Modlite sa bez prestania.“

Jeho pravidlom bolo každý večer sa nerozptýlene zaoberať Isusovou modlitbou po dobu šiestich hodín. Túto metódu potom zanechal v jednom zo svojich listov. „Poznal som brata, ktorý na šesť hodín priviedol svoju myseľ do srdca a nedovolil jej odísť od deviatej hodiny popoludní do tretej hodiny v noci. Mal hodiny, ktoré odme-



rali čas. A bol zmáčaný potom. Keď vstal, pokračoval vo zvyšku svojho záväzku." Tento spôsob duchovnej práce, prevzatý od svätých otcov, ukazuje na veľkú mentálnu silu a vysokú duchovnú kondíciu. Lebo je veľmi vzácne, zvlášť v tejto dobe, nájsť myseľ, ktorá by sa dokázala nerozptýlene modliť po takú dlhú dobu. Blažený starec hovoril, že aby človek dosiahol veľký duchovný výkon, musí sa prinútiť k modlitbe, a zdôrazňoval: „Hovor modlitbu stále, nenechaj svoje ústa vôbec odpočinúť. Tak si na modlitbu zvykneš a myseľ ju prijme.“

Tento hesychastický starec je jedným zo súčasných athoských starcov, ktorí učili detaily z praxe noetickej modlitby nielen mníchov, ale aj laikov. Podľa neho sa všetci bez ohľadu na svoje povolanie a na to, kde sa práve nachádzajú a čo práve robia, môžu oddať noetickej modlitbe. Blažený starec o tom napísal: „Prax noetickej modlitby spočíva v tom, že sa prinútiš hovoriť modlitbu bez prestania svojimi ústami. Sústreď sa len na slová: Hospodi, Isuse Christe, zmiluj sa nado mnou! A budeš prežívať takú sladkosť, ako keby si mal v ústach med.“

Ten, kto chce praktizovať noe-

tickú modlitbu systematicky, by nemal čakať na určité chvíle, ktoré modlitbe vyhradí. Starec ako učiteľ modlitby zdôrazňoval: „Modlitbu hovor vždycky: v sede, v posteli, pri chôdzi, v stojí. Modlite sa bez prestania, za všetko ďakujte, hovorí apoštol. Nemal by si sa modliť, iba keď si ľahneš. Modlitba chce boj: v stojí, v sede. Keď sa unavíš, posad' sa a potom sa znova postav. Keď ješ alebo pracuješ, neprestávajú sa modliť.“

Modlitba je podľa blaženého starca dychom života pre dušu. A preto radil: „Nech sú slová: Hospodi, Isuse Christe, zmiluj sa nado mnou! ako tvoj dych.“ Vďaka Isusovej modlitbe prijímame také veľké dary, veľkú útechu, mimoriadnu sladkosť, neopísateľné šťastie, nevyjadriteľnú radosť, hlboký pokoj a nekonečnú lásku.

#### Zdroj:

<http://zivotysvatych.blogspot.com>  
<http://www.rodon.cz/>

#### Spracovala: Mgr. Zuzana Sadilková



## O najkrajšej bohoslužbe v mojom živote

Zdá sa, že v sovietskych časoch nebol desivejší symbol spustošenia ruskej cirkvi akým bol Divejevský monastier. Tento monastier, založený ctihodným Serafímom Sarovským, sa rozpadol a ostali z neho iba ruiny. Týčili sa nad nebohým sovietskym okresným mestom, ktoré sa zmenilo na slávne a šťastné Divejevo. Sovietska vláda nezničila monastier úplne. Zámerne nechala ruiny ako znak svojho víťazstva a večného zotročenia cirkvi. Pri svätej bráne monastiera bol vztýčený pomník vodcovi revolúcie. Zdvihnutou rukou k nebesiam vítal každého, kto do zničeného monastiera prichádzal.

Všetko nasvedčovalo tomu, že návrat do minulosti je nemožný. Takže sa zdalo, že celá Ruská pravoslávna cirkev, milovaná proroctvami ctihodného Serafíma Sarovského, bola navždy pošliapaná a zosmiešnená. Nikde v blízkom ani ďalekom okolí Divejeva



nezostal funkčný jediný chrám, všetky boli zničené. A v kedysi slávnom Sarovskom monastieri a v meste pri ňom sa nachádzal jeden z najtajnejších a najchránenejších objektov Sovietskeho zväzu, Arzamas-16. Vyrábali sa tam jadrové zbrane. Keď chceli ísť kňazi na púť do Divejeva, tak museli ísť tajne v civilnom oblečení. Ale väčšinou ich aj tak vypátrali.

V roku, keď som mal možnosť po prvýkrát navštíviť tento monastier, tak zatvorili dvoch jeromonachov do väzenia, ktorí prišli uctiť si divejevské relikvie. Surovo ich na polícii zbili a pätnásť dní ich držali v cele so zládomatenou podlahou. V tú zimu ma archimandrita Vonifatij, dobrý a láskavý mních z Trojicko-Sergijevskej lávry, poprosil, aby som ho doprevádzal na ceste do Divejeva. Podľa cirkevných kanónov si kňaz, ktorý sa vydáva na ďalekú cestu so svätými Darmi, t.j. s Christovým Telom a Krvou, musí so sebou bezpodmienečne vziať doprovod, aby v prípade nepredvídaných okolností mohli Dary chrániť spoločne. A otec Vonifatij sa práve vydal do Divejeva, aby podal prijímanie

starým mníškam, ktoré žili v okolí monastiera a patrili medzi posledné mníšky z predrevolučných čias, ktorým sa podarilo prežiť.

Čakala nás cesta vlakom cez Nižný Novgorod (vtedy Gorkij) a odtiaľ autom do Divejeva. Archimandrita vo vlaku prebdel celú noc, pretože mu na krku na hodvábnej šnúrke visela maličká schránka s Eucharistiou. Ja som spal na vedľajšom lôžku. Čas od času som sa za zvuku buchoty kolies o koľajnice prebudil a videl som, ako otec Vonifatij sedí pri malom stolíku a pri zažatej lampe číta sväté Evanjelium. Dorazili sme do Nižného Novgorodu, rodiska otca Vonifatija, zastavili sme sa v jeho rodnom dome. Otec Vonifatij mi dal prečítať predrevolučnú knihu, prvý zväzok diela biskupa Ignatija Brjančaninova. A ja som celú nasledujúcu noc nezavrel oči a objavoval tohto úžasného kresťanského autora. Na druhý deň ráno sme sa vybrali do Divejeva. Pred nami bolo asi osemdesiat kilometrov.

Otec Vonifatij sa obliekol tak, aby nebolo vidieť, že je kňaz. Podriasnik zakryl kabátom a dlhú bradu zahalil šalom. Keď sme sa blížili do cieľa, tak už sa stmievalo. Za oknom auta som vo februárovej víchrici rozoznával vysokú vežu bez kupoly a kostry zničených chrámov. Odhliadnuc na tak smutnú panorámu som bol uchvátený neobvyklou mocou a tajomnou silou tohto veľkého monastiera. A tiež tým, že Divejevský monastier nezahynul, ale žije svojim, pre svet nepochopiteľným, skrytým životom. A tak to aj skutočne bolo! V schátranom domčeku na okraji Divejeva som sa stretol s niečím, čo som si nedokázal predstaviť ani v najpodivuhodnejších snoch. Videl som nezlomenú mladú cirkev, ktorá vždy víťazí a raduje sa zo svojho Hospoda Boha a Spasiteľa. Práve na tomto mieste som začal chápať obrovskú silu odvážnych slov apoštola Pavla: „Všetko môžem v Christovi, ktorý ma posilňuje“ (Fil 4,13). A tiež najnezabudnuteľnejšej a najkrajšej bohoslužby vo svojom živote som sa nezúčastnil v nijakej nádhernej katedrále ani v slávnom starovekom chráme, ale v okresnom meste Divejevo v malom schátranom domčeku číslo 16 na Lesnej ulici.

Presnejšie povedané to nebol dom, ale staré kúpele upravené na bývanie. Keď som sa tu s otcom Vonifatijom ocitol po prvýkrát, videl som izbičku s veľmi nízkym stropom a v nej desať veľmi starých žien. Najmladším z nich bolo cez osemdesiat. A tie najstaršie už mali určite cez sto rokov. Všetky boli oblečené v obyčajnom odeve a jednoduchých šatkách. Žiadne rjasy ani mníšske klobúky. Čo sú to za mníšky? „Také obyčajné babičky“, pomyslel by som si, keby som nevedel, že tieto starenky sú jedny z najodvážnejších ľudí.

Skutočné askétky, ktoré strávili vo väzení a pracovných táboroch dlhé roky a desaťročia svojho života. Predtým ako im dal otec Vonifatij, ctihodný archimandrita, predstavený chrámu v patriaršskej časti Trojicko-Sergijevskej lávry, zaslúžilý a známy moskovský spovedník, svoje blahoslovenie, pred mojimi očami pokľakol pred týmito ženami a uklonil sa až k zemi. Úprimne povedané nemohol som uveriť tomu, čo práve vidím. Keď sa kňaz zdvihol zo zeme, tak sa postavili aj oni a pomaličky k nemu dokrivali a dal im svoje blahoslovenie. Bolo vidieť, ako sa z jeho príchodu úprimne tešia. Zatiaľ čo sa otec Vonifatij vítal so starenkami, tak som sa rozhliadal po okolí. Na stenách boli ikony a pri nich horeli lampády. Jeden obraz ma hneď upútal. Bola to veľká, nádherne napí-

saná ikona Serafíma Sarovského. Tvár starca žiarila takou dobrotou a teplom, že sa človeku od neho nechcelo odtrhnúť zrak. Ako som sa neskôr dozvedel, tak táto ikona bola napísaná tesne pred revolúciou pre Divejevský chrám, ktorý už nestihli vysvätiť a len zázrakom bola ikona ušetrená od znesvätenia.

Medzitým sa začalo chystať celonočné bdenie. Dočista mi vyrazilo dych, keď mníšky začali zo svojich tajomných úkrytov vyťahovať osobné veci ctihodného Serafíma Sarovského. Kládli ich na starý dedinský stôl. Bol tam epitrachil zo svätcovej kélie, jeho reťaze, ťažký železný kríž s reťazou, kožené rukavice, starý liatinový kotlík v ktorom si sarovský starec pripravoval jedlo. Tieto vzácne relikvie putovali po zničení monastiera dlhé desaťročia z ruky do ruky, od jednej divejevskej sestry k druhej.

Keď sa otec Vonifatij obliekol do bohoslužobného rúcha, zahájil úvodným požehnaním celonočné bdenie. Mníšky sa ihneď postavili a začali spievať. Aký to bol podivuhodný zbor! „Hlas šiesty! Hospodine, k tebe volám, vyslyš ma!“, zvolala hrubým chrpľavým hlasom mníška. Mala 102 rokov. Zhruba dvadsať z nich strávila vo väzeniach. A všetky starenky spievali s ňou: „Hospodine, k tebe volám, vyslyš ma. Vyslyš ma Hospodine.“ Táto bohoslužba sa nedá popísať slovami. Sviečky horeli. Z ikony hľadel svojim nekonečným dobrotivým a múdрым pohľadom ctihodný Serafim. Podivuhodné mníšky spievali takmer celú bohoslužbu naspamäť. Len občas niektorá z nich nahliadla do hrubej knihy, no nepoužívala okuliare, ale obrovské zväčšovacie sklá s drevenými rukoväťami. Tak isto sa modlili aj v lágroch a vo väzeniach. Toto všetko bolo pre nich bežné. No ja som v tej chvíli nevedel, či sú to bytosti nebeské alebo pozemské.

Tieto starenky mali v sebe takú duchovnú silu, skutočnú láskavosť a takú vieru, že práve na tejto bohoslužbe som pochopil, že prekonajú všetko. Aj bezbožný štát so všetkou jeho brutálnou silou, aj neveru sveta a samotnú smrť, ktorej sa vôbec nebáli.

**Zdroj:** Z knihy „Nesvatí svatí a jiné příběhy“ metropolitu Tichona (Ševkunova).

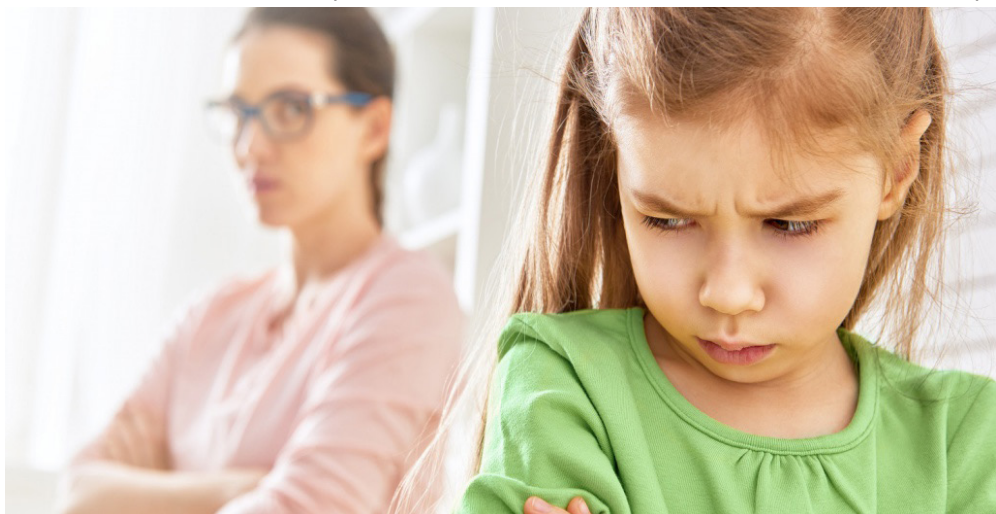


## Ako by sa dospievajúce deti mali správať k ľuďom, ktorí ich učia konať proti vôli rodičov (Slovo svätého Efréma o nepočúvaní zlomyseľných ľudí)

Mládež, naše dnešné slovo je venované vám. Často sa stáva, že vás obklopujú zlí ľudia, ktorí vás učia konať proti vôli rodičov, a vy ich počúvate. Z čoho vlastne v rodinách medzi rodičmi a deťmi neustále vznikajú hádky, nepokoje a delenia? Predovšetkým z očierňovania zlých ľudí.

Syn sa stretne s nejakým zlým človekom, rozpovie mu o nejakom rodinnom nedorozumení a tento zlý človek začne toto nedorozumenie zveličovať a štváť syna proti rodičom. Syn po stretnutí s ním už prichádza domov ako iný človek; počas rozhovorov s rodičmi čoraz viac zvyšuje hlas a z iskry sa tak postupne rozhorí plameň, v ktorom v konečnom dôsledku zhorí šťastie a rodinný pokoj. Mládež, pre vás z toho, samozrejme, vyplýva, že takýmto zlomyseľným ľuďom, ktorí vás štvú proti rodičom, sa musíte vyhýbať, pretože, ako hovorí prepodobný Efrém Sýrsky, len takto Božou milosťou predídete rodinným tragédiám a veľkým nešťastiam. Ako sa môžete vyhnúť zlomyseľným ľuďom, alebo ako máte pri stretnutí s nimi postupovať? Na to vám teraz odpovieme.

Istý človek mal vcelku úctivého a poslušného syna. Jeden zlý človek chcel syna s otcom rozhádať, a preto mu povedal: „Sľúb mi, že sa budeš k svojmu otcovi správať tak, ako ťa to naučím.“ Neskúsený mladík mu to sľúbil, keďže v tom nevidel nič zlé. Zlomy-



seľný človek mu však následne hovorí: „Chod' teraz za svojím otcom a poháďaj sa s ním. Rozhnevaj ho, svojím jazykom mu spôsob rany na srdci a bezočivo sa mu pozeraj do očí. Daj si záležať, aby si splnil všetko, čo som ti povedal. Nezapadni, že si mi to sľúbil.“ Po vypočutí posledných slov si syn uvedomil, s kým má do činenia a zlomyseľníkovi odpovedal: „Vidím v tebe nepriateľa môjho otca, falošného človeka, ktorý si želá záhubu mojej duše. Vedz preto, že ma nikdy neuvedieš do pokušenia, ako had uviedol do pokuše-



nia Evu, a nikdy ma svojou zlobou a zákernosťou nenavedieš na zločin. Nenávidím tvoju bezbožnú radu a nikdy neprestanem poslúchať svojho otca pre spásu mojej duše. Moje uši ohradím prežehnaním sa, aby nepočuli tvoje slová a vyhli sa tvojej ľsti. Ved' aj apoštol nám káže vyhýbať sa všetkým zákerným ľuďom a „modliť sa k Bohu, aby sme nevykonali nič zlé“ (2 Kor 13, 7).

Mládež, aj vy by ste sa mali vyhýbať zlomyseľným ľuďom, ktorí vás navádzajú na neplnenie vôle vašich rodičov! Musíte takýmto ľuďom povedať to isté, čo povedal dobrý syn zlomyseľnému človeku, ktorý ho nahováral, aby konal proti otcovej vôli – ohradiť svoje uši znamením kríža a okamžite sa od nich vzdialiť. Pretože takto sa vám podarí dodržať Božie prikázanie o uctievaní rodičov a získať Božiu blahosklonnosť. Ved' Božie slovo hovorí: „Kto si ctí otca, ..., bude vypočutý, keď sa bude modliť. Kto si váži otca, bude dlho žiť, ... Skutkom i slovom cti si otca, aby od neho na teba zostúpilo požehnanie. Ved' sláva človeka pochádza zo cti jeho otca, ...“ (Sir 3, 5 - 11).

Mládež, pamätajte na to a, opakujem, strážte sa zlomyseľných ľudí. „Zlé reči kazia dobré mravy!“ (1 Kor 15, 33). Aby ste stále poslúchali rodičov, majte často na pamäti tú nespornú pravdu,

že Božie požehnanie a Boží anjeli prebývajú len v tých rodinách, v ktorých vládne poslušnosť a v ktorých si deti ctia svojich rodičov nielen slovami, ale aj skutkami. Amiň.

**Zdroj:** КАК ДОЛЖНО ОТНОСИТЬСЯ ВЗРОСЛЫМ ДЕТЯМ К ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ УЧАТ ИХ ПОСТУПАТЬ ПРОТИВ ВОЛИ ИХ РОДИТЕЛЕЙ (Слово святого Ефрема, яко не подобает послушать на зло кленущихся) In: ПРОЛОГ в поучениях на каждый день года. Составил протоиерей Виктор Гурьев. Свято-Успенская Почаевская Лавра: Почаев, 2013. С. 420 – 421.



**Z ruštiny preložil:**  
**Mgr. Marek Chovanec, PhD.**



## Ateista a mačiatka

Profesor katedry ateizmu sa prechádzal ulicou, na ktorej uvidel malého chlapca s krabičkou plnou malých mačiatok.

„Aké máš pekné mačiatka!“

„Ďakujem“ – povedal chlapec, to preto lebo sú ateisti.

O týždeň profesor znova prechádzal tou istou ulicou aj so svojou manželkou. Poprosil ju, aby šla k tomu chlapcovi a pochválila jeho mačiatka.

„Budeš veľmi prekvapená čo ti odpovie.“ Manželka prišla k chlapcovi a povedala: „Óóóó, aké nádherné mačiatka, jak živ som také ešte nevidela.“

„To preto lebo sú kresťania!“

„Ako to?“ zakričal profesor, ved' pred týždňom boli ateisti!

„To preto, lebo boli ešte slepé, teraz sa im už oči otvorili“, povedal chlapec.

## Žena pre roľníka

Mladý roľník si povedal, že sa chce oženiť. S kamarátmi sa vybral pozrieť na sprievod mestom. Do sprievodu vyrazili aj krásne dievčatá, jedna krajšia ako druhá. Ukazujúc svoju krásu do celého okolia ako pávy, aby sa každému čo najviac zapáčili.

Jedna z nich však iba skromne stála, sklonila hlavu a očami sa pozerala do zeme.

„To je moja žena!“ povedal roľník.

Prekvapení kamaráti sa divili jeho výberu, ale on im to vysvetlil:

„Ja som roľník a zvykol som si posudzovať všetko podľa klasov, ktoré žnem. Ak klasy stoja narovnané, hrdo sa vypínajú tak, že ich už z ďaleka vidno, viem že sú prázdne. Ale klas plný obilných zŕn sa vždy skláňa k zemi tak, že ho skoro ani nevidíš.“



## Viera

V jeden neskorý večer v dome vypukol požiar. Celá rodina – otec, mama a deti vybehli na ulicu a sledovali ako plamene pohlcovali ich obydlie. Náhle si všimli, že medzi nimi chýba najmladší člen rodiny. Ten, keď videl plamene a dym, naľakal sa a vyšiel na najvyššie poschodie. To úplne sťažilo možnosť nájsť a zachrániť ho.

Zrazu sa ale otvorilo okno a v ňom tvár malého chlapca. Otec zakričal: „Skoč dole!“, no jeho syn cez dym a plamene otca vôbec nevidel a zakričal: „Ocko nevidím Ťa“. „Ale ja Ťa vidím, len sa neboj a skoč dole“ odpovedal otec. Chlapec nabral odvahy, skočil a dopadol do otcových rúk.

Takú vieru od nás očakáva aj náš Nebeský Otec.

## Cirkevné dejiny 8. storočia

Posledný veľký všeobecný snem, ktorý sa konal v Nicei (dnešné Turecko) v roku 787, riešil otázku ikonoborectva. Predsedal mu patriarcha Tarásios za blahej pomoci cisárovnej Ireny, ktorá sa snažila nepokojnú situáciu v Cirkvi vyriešiť. Ikonoborecká heréza spočívala v tom, že sa snažila zakázať, resp. odstrániť sv. ikony z Cirkvi, keďže hlásala to, že Boh je Duch a, ako taký sa nemôže znázorňovať na matérii. Jednak podľa tohto uvažovania dochádzame k tomu, že by to mohlo byť aj v rozpore s Božím pravidlom o neučinení si modly. Stručne sa pokúsime priblížiť rokovanie snemu a jeho výsledok, ako aj prínos pre život kresťana.

„Zobrazený (hmotne) zostáva oduchovnený a jeho obraz sa nazýva eikon (ikona) od slova byť podobným.“<sup>11</sup> Ľudia, ktorí vystupovali na sneme ako obhajcovia tejto herézy, boli nazývaní ako ikonoklasti. Na sneme (ako aj každom inom) bola strana horlivcov, ktorí ochraňovali čistotu viery a strana odpadlíkov, ktorí špekulatívnym bohosloveckým myslením upadali do bludov. Skupinu horlivcov zastupovali mnísi, ktorým po prvýkrát bolo umožnené hlasovacie právo na sneme. Biskupi ikonoklasti samozrejme ako v každej heréze či v dnešnej dobe povedzme v sekte, mali svoje teologické argumentácie, čím sa rozprúdila horlivá teologická debata. Horlivec patriarcha Tarásios sa snažil vystupovať a horliť za čistotu orthodoxy, ktorej sa stal na tomto sneme aj strážnym stĺpom.

Bola predložená argumentácia pre ponechanie a kanonicitu ikon, vyplývajúca zo Starého Zákona. Išlo o cherubínov, ktorí boli zobrazení na arche zmluvy. Tiež sú to anjelské bytosti a ako také sú duchovné a samozrejme ich zobrazovanie je historicky - biblickým faktom.

Proti modlám resp. proti ikonám boli uvádzané texty zo Sv. Písma (2Mjž 5,8. R 1, 23-25), o neviditeľnosti Boha (J 4,24: 5,37), o chodení s vierou a nie videním (2Kor 5,7. R 10,17), o blahoslavených (J 20,29). Tieto biblické texty boli skúmané otcami snemu, ktorých bolo asi 300.

Na sneme ikonoklasti sa vysmievali z práce ikonopisca, keďže ho považovali za jedného z umelcov, ktorý nekoná bohobojné dielo. Na to otcovia odpovedali argumentáciou, že potom dielo každého, kto koná nejakú umelecky cirkevnú činnosť, môžeme chápať ako nesprávne. Napríklad tesár, ktorý zhotovuje Christov kríž, je odsúdenia hodný. Alebo kameník, ktorý zhotovuje svätý stôl, bude tiež nehanebný človek.

„Ak by sme odmietli výtvarné umenie ako relatívne neadekvátne vyjadrenie božského, potom by sme logicky museli odmietnuť i akékoľvek slovo alebo bohoslovie, ba dokonca i slová Svätého Písma. A v tom prípade by sme zavrhlí ako kladný jav akúkoľvek nábožensky služobnú funkciu celej ľudskej kultúry.



Obrazborci odpovedali tým, že obrazom Christa je len Eucharistia. Samozrejme, že táto vidina bola otcami odmietaná. Treba podotknúť, že hlavným argumentom obhajoby ikon je Christovo vtelenie. Christos resp. Boh sa vtelil a stal sa aj človekom, teda je Bohočlovekom. Tento akt vtelenia umožňuje samozrejme zobrazovať to Božské. Preto môžeme povedzme Boha zobrazovať na ikonách v ľudskej podobe, keďže bol aj človekom. „Slovo sa stalo Telom.“ Zobrazený Christos ostáva samozrejme naďalej oduchovneným, teda nestáva sa pre nás len človekom a nevytráca sa z Neho Božská prirodzenosť. Ikona je len akýmsi prostriedkom k Bohu. Klaniame, modlíme sa a slúžime tomu, kto je na ikone, nie hmotnému materiálu. Samozrejme, že skrze to uctievanie sa pre nás ikona stáva svätou. Je to zároveň aj prototyp toho, ku komu sa modlíme. Christos je pre nás obrazom človeka, a teda aj Boha. Jeho Telo bolo vnímateľné a Christos bol viditeľný ľudským zrakom, takže o jeho ľudskej prirodzenosti niet pochýb.

Snem aj rozlíšil dva bohoslovecké výrazy a ich používanie, ako aj ich chápanie. Vystihli, že pojem „proskýnesis“ je ideálnejší ako pojem „latreia“. Tieto slová sú gréckeho pôvodu. Tieto teologické argumentácie ikonoborcov sa stali uhoľným kameňom pre argumentáciu neskorších protestantských cirkví<sup>2</sup> a ich negatívneho vzťahu k ikonám. Keďže ich dodnes chápu ako modlu a zároveň zakladajú na tom, že pôsobia ako rušivý element pri bohoslužbách. Na týchto bohoslužbách potom vplývajú na veriaceho človeka rušivo, a potom sa nevie sústrediť na kázeň kňaza. To je pre nich jeden z argumentov, prečo neuznávať ikony. Lenže to je podobné, ako keď sme spomínali cirkevné umenie. Potom by sme mohli odstrániť úplne všetko z chrámu, čo by mohlo pôsobiť rušivo. A len malý dodatok. Musíme si uvedomiť, že Raj, teda Kráľovstvo Nebeské je len pokračovaním raja, ktorý môžeme zažiť už tu na zemi. Čiže, ako sú Christos, Bohorodička a všetci svätí prítomní s nami na Liturgii v chráme, tak sú s nami prítomní aj na Liturgii po Liturgii, teda v našom živote, a tak budú s nami prítomní vo večnej Cirkvi na nebeskej Liturgii v Kráľovstve Božom.

Chceli by sme teraz doslovne citovať rozhodnutie 300 bohumilých otcov 7. všeobecného snemu, v ktorom bude zároveň uvedené aj rozlíšenie o Bohoúcte spomínaných bohosloveckých výrazov.

„Určujeme, aby sa čestné ikony predkladali k prejavaniu úcty tak isto, ako zobrazenia čestného a oživujúceho kríža, nech budú zhotovené farbami alebo mozaikou, nech budú v sv. chrámoch Božích, nech budú na posvätných nádobách a odevoch, na stenách a doskách, v domoch alebo pri cestách. Je jedno, či to budú ikony Isusa Christa, Bohorodičky alebo čestných anjelov a všetkých svätých spravodlivcov. Čím častejšie sa stávajú ikony predmetom nášho nazerania, tým viac tí, ktorí sa pozerajú na tieto ikony, myslia na ich prvoobrazy, získavajú k nim viac lásky a povzbudzujú nás prejavovať im úctu, bozkanie a klaňanie proskýnesis. Avšak táto úcta k ikonám nie je pravá bohoslužobná úcta latreia, lebo tá podľa našej viery patrí len božskej prirodzenosti.“<sup>3</sup>

Teda činnosť snemu jednoznačne odpovedala na otázku uctievania ikon pozitívne, teda ikony sú iba nástrojom resp. prostriedkom, nie samotným cieľom našej úcty k Bohu. Siedmy všeobecný snem mal aj liturgický prínos pre Cirkev. Tento deň, kedy skutočne došlo k víťazstvu sv. ikon nad ikonoboreckou herézou, sa stal víťazstvom Pravoslávnej cirkvi. Toto víťazstvo Pravoslávna cirkev slávi prvú nedeľu Veľkého pôstu, ktorá je známa ako „toržestvo pravoslávia“ (víťazstvo pravoslávia).

**Otázka:**

„Čo je to ikonómia spásy? Mohli by ste prosím objasniť tento pojem, prípadne ho vysvetliť na konkrétnom príklade? Ďakujem.“

Jana

**Odpoveď:**

„Slovo ikonómia spásy označuje doslova budovanie „domu“ našej spásy podľa určitých zákonov alebo pravidiel inšpirovaných Bohom. Ikonómiou spásy sa nazýva spasiteľské dielo Isusa Christa, čiže všetko to, čo Isus Christos vykonal pre naše spasenie, keď ho akoby „budoval“ cez Svoje vtelenie, učenie, uzdravovanie, zjavenia, preobrazenie, utrpenie, vzkriesenie, vznesenie sa na nebo a ostatné spasiteľské skutky. Ikonómiu spásy vykonáva aj Cirkev prostredníctvom svojich služobníkov, ktorí spolu s Christom slúžia a robia všetko potrebné pre našu spásu. Túto službu pritom majú vykonávať podľa určitých pravidiel, ktoré boli v Cirkvi ustanovené pod vedením Svätého Ducha na všeobecných snemoch. Tieto pravidlá sa nazývajú svätými. Patria medzi nich aj apoštolské pravidlá, pravidlá niektorých miestnych snemov a svätých otcov, ktoré boli všeobecnými snemami prijaté a sú s nimi v súlade. Pretože v niektorých cirkevných pravidlách sú ustanovené aj určité opatrenia, ktoré je potrebné vykonať pri ich porušení, ikonómiou spásy sa niekedy nazýva aj správne uplatnenie týchto opatrení. Ide napríklad o dočasné odlúčenie od svätého Pričastija (Prijímania), vylúčenie z cirkevného zhromaždenia v chráme a podobne. Cirkev a jej služobníci (biskupi, kňazi) majú tieto opatrenia vykonávať primerane, s ohľadom na stav človeka (či činí úprimné a praktické pokánie, alebo nie), v takej miere a takým spôsobom, aby toto opatrenie pôsobilo ako liek a nie ako niečo, čo človeka odvedie ešte ďalej od Cirkvi a Boha.“



A teraz príklad. Ak napríklad niekto zosmilní, podľa cirkevných pravidiel by sa nemal zúčastňovať sv. Priečastija niekoľko rokov. Úlohou pastierov je s úprimnou láskou a rozumným vysvetlením zdržať človeka od prijímania Eucharistie presne taký čas, aby bol dostatočný pre učinenie pokánia tak, aby mu Prijímanie nebolo na odsúdenie, ale na spásu. Ak totiž človek pristúpi k Prijímaniu priskoro a bez dostatočného pokánia, je mu to podľa slov apoštola Pavla na odsúdenie (1Kor 11, 27-30). Ak ho zasa zdržíme prídlho, príprava na prijímanie sa pre neho môže stať neúnosnou a skončí tiež ďaleko od Boha. Ikonómia spásy teda nie je nejaký jednorazový úkon alebo postih, ale služba človeku a jeho vedenie tak, aby dokázal z hriechu urobiť úprimné pokánie a dobre sa vnútorne pripravil na opätovné prijatie Christa. Ikonómiou spásy nemôže byť povolenie žiť v smilstve a pritom prijímať Christa, zmenšovanie závažnosti smilstva, povolenie oženiť sa cudzoložníkovi, ktorý zničil predchádzajúce cirkevné manželstvo a opustil ženu s deťmi, povolenie zúčastniť sa na bohoslužbe s inovercami, svätiti sviatky s inovercami a svetom, vziať si inoverca alebo inoverkyňu a podobne. Toto nie je ikonómia, ale povolenie konať niečo, čo škodí spásu ľudí.

Skutočná a Bohu milá ikonómia je pomoc ľuďom, ktorí už takéto veci vykonali, urobiť z toho pokánie. Skutočná ikonómia je postupným vedením človeka k tomu, aby bol schopný vrátiť sa k normálnemu a zdravému duchovnému životu a začlenil sa späť do Cirkvi a žil s Christom. Skutočná ikonómia nie je hľadanie spôsobu ako obísť pravidlo alebo sponchybníť jeho užitočnosť, ale primerané použitie takých opatrení, aby to priviedlo človeka späť k Bohu. Je možné namiesto niekoľkých rokov odlúčiť človeka od Priečastija na niekoľko mesiacov, týždňov alebo dokonca dní, ak človek čini veľké pokánie so slzami a je zjavne rozhodnutý viac to nevykonať. No ikonómiou spásy v žiadnom prípade nie je pripustiť človeka k Eucharistii bez pokánia a prípravy len preto, aby sa nepohneval. Ak sa totiž pohnevá, na vine nebude kňaz ani jeho rozumné opatrenie, ale ďalšie vášne hnevu a pýchy prebývajúce v urážlivom človeku, z ktorých sa treba najprv vyliečiť a až potom prijímať. Ako hovorí Isus Christos: „Keď teda prinášaš dar na oltár a tam si spomenieš, že tvoj brat má niečo proti tebe, nechaj svoj dar tam pred oltárom a choď sa najprv zmieriť so svojím bratom; až potom príď a obetuj svoj dar“ (Mt 5, 23-24).“

S láskou v Christu

**jerej Štefan  
Pružinský, ml.**

**Zdroj:** [http://archiv.bp-morthodox.sk/index1.php?go=otazky/pravoslavie/ikonomia\\_spasy/ikonomia\\_spasy](http://archiv.bp-morthodox.sk/index1.php?go=otazky/pravoslavie/ikonomia_spasy/ikonomia_spasy)



## Koly pryjde radosť

V jednom malom mestečku, na jeho samom kraji, u vysokim panelaku, žyli tri sestry. Pravda ne sami. Ale zo svojima rodyčami, dobrov mamkov i dobrým naškom. Divočky byly vychovované skromni, i što važniše, pobožni. Rano i večur s'a šcero vjedno molyly, za každým razom ďakovaly Bohu za všyto, rady a často navšcivovaly chram Božyj. Najstarša Danko s'a javyla jak d'ivocka smila, energična, raz-dva si znala v'ydobyty misce sered soklasnykiv. Najmolodša Janka, tota zas' byla kus inakša, vece panovačna, z malo pidrizaným jaz'kom i velykým kumštom na organizovaňa každoj roboty. A Majka? Na koho s'a podala Majka? Tycha, zadumčiva, do všytkoho ochotna, veseloj mysly, poslušna i hotova za každým razom pomahaty. Dakoly ji to bylo i na škodu, bo sestry to znaly vykorystaty. „Majko, pod' tu!“ „Majko, zrob tamto!“ „Majko, prynes!“ Tak vera bylo, ale Majka nigda s'a ne odkazala. Bo mala čiste serdečko. Danko i Janka, choc' byly fryšnišy do roboty, a znaly doma tyž pomoči, za každým razom si žadaly pochvalu, takoj v'ypovily – zrobyla jem toto, zrobyla jem hevto.

Majka už mala 12 rokiv. U cerkvi rada spivala, a išci radše sluchala kazaňa. Raz, keď otec' duchovnýj na kazni rozpovidav o Isusovi Christovi a o tim, že treba konaty dobrý skutky, jaky budúť zapysany na nebi, Majka zatuzyla, že každýj deň urobýt dobro abo laskavosť, ale lem pro Isusa Christa. Tak, že nycto o tim ne bude znaty, tak, žeby odmina byla poznačena u zlatij knyžci na nebesich i žeby tota knyžka ne mala porožni lysty jak raz peredstupyť pered Christa.

V tot deň, koly s'a už osiň holosyla, išla Majka kolo stanyci. Na plečoch nesla školsku tašku a dumala nad pysomkom, jaku dnes' pysaly.

„Joj, joj!“ ozvalo s'a za ňov. Obernula s'a v momentí, keď starša paňi, už babka, pravi padala na prave kol'ino a dvi tašky povny jablok, s'a v'ysypaly a červený plody s'a rozkotulaly na všytky boky. Majka any sekundu ne dumala, takoj pryskočila. „Babko, nič s'a vam ne stalo? Možu vam pomoči?“, hned' babku znymala zo zemli pidperajuči pid pazuchov.

„Ni, d'ityno, nič mi. Ďakuju tí, pošpotyla jem s'a. Ščastá, že'm nohu ne polamala! Chvala Bohu, lem smot', jabka...“ Babka už vstala a Majka šykovni pozberala jabka do tašky. Potim s'a zvidala, ci može babci pomoči odnesty jich až domiv. Tak i bylo. Cilu drahu s'a dohvaraly, jakkeby s'a znaly oddavna. Babka, jaka pryšla navšcivity d'ivku z nedalekoho sela, nesla svojim vnučatam z urody. Majka ji akuratni nadyšla do drahy vtody, koly ji najvece trebalo. Što by si počala! Take dobre d'ivča! Mnoho raz ji ďakovala, išci i z jablok ji dala na drahu jak došly do cil'a.

Dobri s'a čula Majka, pomohla babci, ale nikomu ne bude hvaryty, Bohu ďakuje, že mohla dašto dobre urobity.

Perešlo piv roka. Naňko pryšov z roboty, žošmaryv gerok zo sebe, v'yzuv bokanči i kryčiť od dver': „D'ivčata, ole, podte tu, dašto s'a vas zvidam!“ D'ivčata v'ykukly z d'itskoj izby. „Što take, našku?“

„Kotra z vas pomahala nesty jabka dakoly v oseny mami jednoj mojoj poznatoj?“ Danka i Janka s’a čudovaly: „Koly? De? Ja ñi! Ja ñi!“ Lem Majka býla tycho. „Majko, tý znaš o tim?“ ñaňko s’a obernuv ku seređušňij d’ivočci.

„Znam, ñaňku. Ja choťila, žeby to býlo zapysano v zlatij knyžci!“ povila smutno.

„Pod’ tu Majko, štosi tí povim,“ vyd’iv ñaňko, že Majka zvisyla holovu. Posadyly s’a u kuchňi.

„Majko, ja jem rad, že jes’ pomohla. Tota poznata teta tá chvalyla, že take dobre d’ivča mame. Kotrýj rodič bý s’a ne radovav? Ne bud’ smutna, bo Hospod’ Boh tak hovoryt’ – nič ne je tak skryte, žeby ne býlo v’javleno i nič ne je take tajne, žeby ne v’šlo na svitlo. Tvij skutok v’šov najavo, bo Hospodu Bohu s’a zalubyv i choťiv nam o tim daty znaty. Ale pamjataj d’ivočko moja, že i planý skutký i dumký vse v’jduť najavo, zato treba tak žýtý i konaty, žeby sme furt maly na rozumi, že naj bý što v’šlo na pover’ch, naj nam ne bude na haňbu abo na odsudžiňa. Daj, Bože, žeby’s býla taka dobra vse.“ Tak poviv ñaňko, dav krestyk Majki na čelo i prytulyv si ju.

A Majka? Oj, jaka býla rada! Toho večera dovho z radosty any zaspaty ne mohla!

*Людмила Шандалова*



*Людміла Шандалова*

## Святыи Йоан Предтеча

Пришов на світ Божій  
нерівне рівняти,  
камінь на дорозі  
в порох розсыпати.

В середині і на краї  
гладити кожденьку яму,  
бы найсвятішы ступляі  
не зазнали рану.

У Йордані вода  
вертатъ ся к праміню,  
тым, хто до нѣй входять  
умыватъ провину.

Благодать пречіста  
в Йоані є дана -  
хрестити Ісуса Христа  
у водах Йордана.

*Людміла Шандалова*

## Йоан Хреститель

З дїтинства без мамы,  
од хлопця без нянька,  
звїзды му сестрами,  
камінь – колысанка.

В яскніи глубокой,  
притулный к Господу,  
нігда без любові,  
вірив в живу воду.

Нї спрагота ани вітер,  
бура душу не згубила.  
„Каяй ся днесь, грішний світе,  
бо Спаса ся приближила!“





## Ty si Christos?

Skupina mladých manažérov po týždňovom školení bežala chodbami letiska. Bol piatok večer a všetci sa chceli vrátiť domov na víkend. Meškali. Ich let už bol dlhú chvíľu ohlásený. Utekali letiskovou halou s kufříkmi, lístkami a pasmi v rukách. Zrazu sa dvaja nechtiac potkli o stánok s ovocím a vrazili do košíka s jablkami. Košík sa vspal a jablká sa rozkotúľali po zemi.

Mladíci bežali ďalej. Ani sa nezastavili a neobzreli, aby stihli nastúpiť do lietadla. Všetci okrem jedného. Posledný z nich zo súcitu k majiteľke stánku zastal. Zakričal svojim priateľom, aby šli bez neho a zavolať manželke, že pocestuje nasledujúcim lietadlom. Vrátil sa k terminálu a videl, že všetky jablká sú ešte stále na zemi. Bol prekvapený, keď zistil, že majiteľka stánku je slepé dievča.

Dievča plakalo, veľké slzy mu stekali po lícach. Ohmatávalo podlahu, márne sa snažilo pozbierať jablká. Prechádzalo tadiaľ množstvo ľudí, no nikto sa nezastavil, akoby nikomu nezáležalo na tom, čo sa stalo.

Muž si pokľakol k dievčaťu, pozbieral jablká do košíka a pomohol dať pult na miesto. Všimol si, že veľá jablká sa pri páde potĺklo, a tak vybral peňaženku a opýtal sa dievčiny: „Si v poriadku?“ Ona s úsmevom prikývla. Muž jej vložil do ruky sto eur so slovami: „Vezmi si ich, prosím! To je za tú škodu, ktorú sme ti spôsobili. Dúfam, že sme ti úplne nepokazili deň.“ Mladík odchádzal, ale dievča za ním zakričalo: „Pane...!“ Zastal, otočiac sa zahľad do jej slepých očí.

Vtom sa dievča spýtalo: „Ty si Christos?“

Zostal nehybne stáť, niekoľkokrát sa váhavo otočil, až potom pokračoval smerom k lietadlu. V duši mu rezonovala otázka: „Ty si Christos?“

A čo my, správame sa tak, aby si nás ľudia mohli pomýliť s Christom?

**Spracovala: Eva Kahancová**



*Pozvánka na Veľké slavoslovie  
prep. Serafíma Sarovského, Čudotvorca v Bardejove*

*Srdečne pozývame otcov  
duchovných a všetkých veriacich  
na náš chrámový sviatok  
s týmto programom:*

**31. júl**

17:00 Malé posvätenie vody  
18:00 Celonočné bdenie (večerňa s utreňou)  
Prvá kázeň  
21:00 Prestávka spojená s besedou  
21:45 Akafist k prep. Serafímovi Sarovskému  
22:45 Akafist k čudotvornej Počajevskej  
ikone Presvätej Bohorodičky  
Druhá kázeň

**1. august**

00:00 Modlitby pred sv. Prijímaním  
01:00 Molebny a panychídy  
Po ich ukončení sv. Liturgia  
17:00 Veľká večerňa k sviatku  
sv. proroka Iliji



*Tešíme sa na spoločné modlitby.*

# O VEČKA 7,8

MOJŽIŠ



# MOJŽIŠ

Jozefova rodina žila v Egypte ešte štyristo rokov. V čase, keď žil Jozef, žili Izraeliti v mieri. Neskôr však v Egypte panovali králi, ktorí zabudli na všetko dobré, čo Jozef pre krajinu urobil. Chceli Izraelitov vyhnať, no napokon si z nich kráľ urobil otrokov. Stratili slobodu a museli pracovať od rána do večera.

Keďže sa Izraelský národ rozrastal, kráľ vydal krutý príkaz: „Len čo sa narodí izraelský chlapec, musí byť hodný do Nílu!“ V tom čase sa narodil jednej žene synček Mojžiš. Svoje dieťaťko veľmi milovala a skrývala ho pred vojakmi tri mesiace. Keď ho už dlhšie nemohla utajiť, položila synčeka do košíka a pustila po prúde rieky Níl. Tam sa práve kúpala faraónova dcéra. Keď princezná zbadala v košíku dieťa, rozhodla sa, že ho vychová ako vlastného syna. Mojžiš rástol a dospieval v kráľovskom paláci. Vedel však, že nepatrí k Egyptanom a neskôr ho okolnosti donútili odísť.



Raz zbadal Mojžiš krík, ktorý bol celý v plameňoch a predsa nezháral. Vtedy k nemu prehovoril Boh: „Chcem, aby si bol vodcom môjho ľudu a aby si ho vyviedol von z Egypta.“ Mojžiš poslúchol Boží príkaz. Faraón však nechcel prepustiť izraelský národ. Preto Boh zoslať desať rán na Egypt. Napokon faraón súhlasil.

Izraeliti zamierili s Mojžišom k Červenému moru. Ďalej cesta nevedla. Faraón olutoval, že prepustil izraelský národ a vybral sa s vojakmi za nimi. Vtedy spravil Boh veľký zázrak. Mojžiš vystrel ruku ponad more. Vody sa rozostúpili a vytvorili cestu, po ktorej Izraeliti prešli na druhú stranu. Boli zachránení.

Boh sa staral o svoj národ štyridsať rokov, kým našli zaslúbenú zem. Krmil ich na púšti nebeskou mannou a prepelicami. Dal im desať prikázaní, ktoré Mojžiš zapísal na kamenné dosky, aby ich dodržiavali. Aj my kresťania sa ich snažíme dodržiavať dodnes.

# Učíme sa cirkevnoslovanský jazyk (CYRILIKU)

Р, р    П, п

Р р

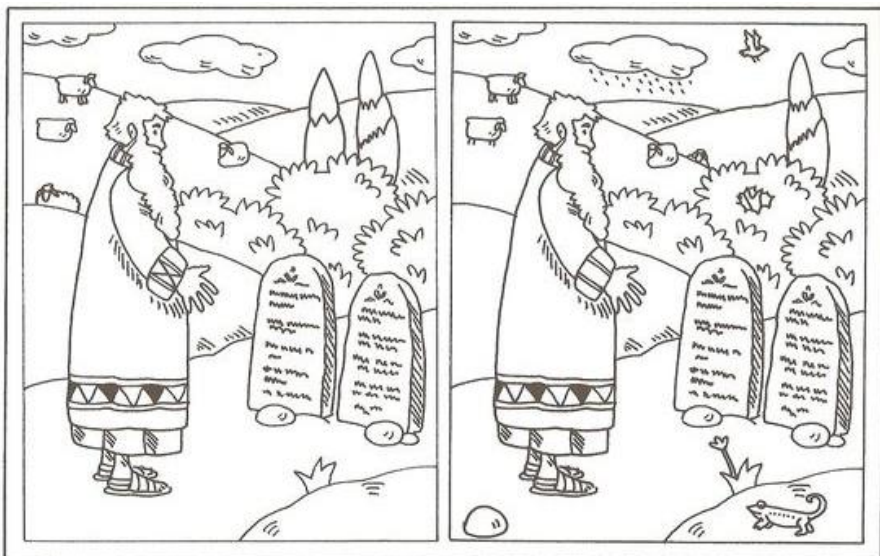
П п

## SLOVNÍČEK

SLOVO	VÝSLOVNOSŤ	VÝZNAM
ПАКИ	páki	opäť, znova, oproti
ПЕЛЕНА	pelená	pokrývka
ПЕРСТЪ / ПЕРСТЬ	pérst / pérst'	prst / prach, zem
ПЕЩЕРА	peščera	jaskyňa
ПИЩА	píšča	jedlo, potrava, pokrm
ПОВЕЛѢТИ	povel'iti	prikázať

## Úlohy pre škôlkarov

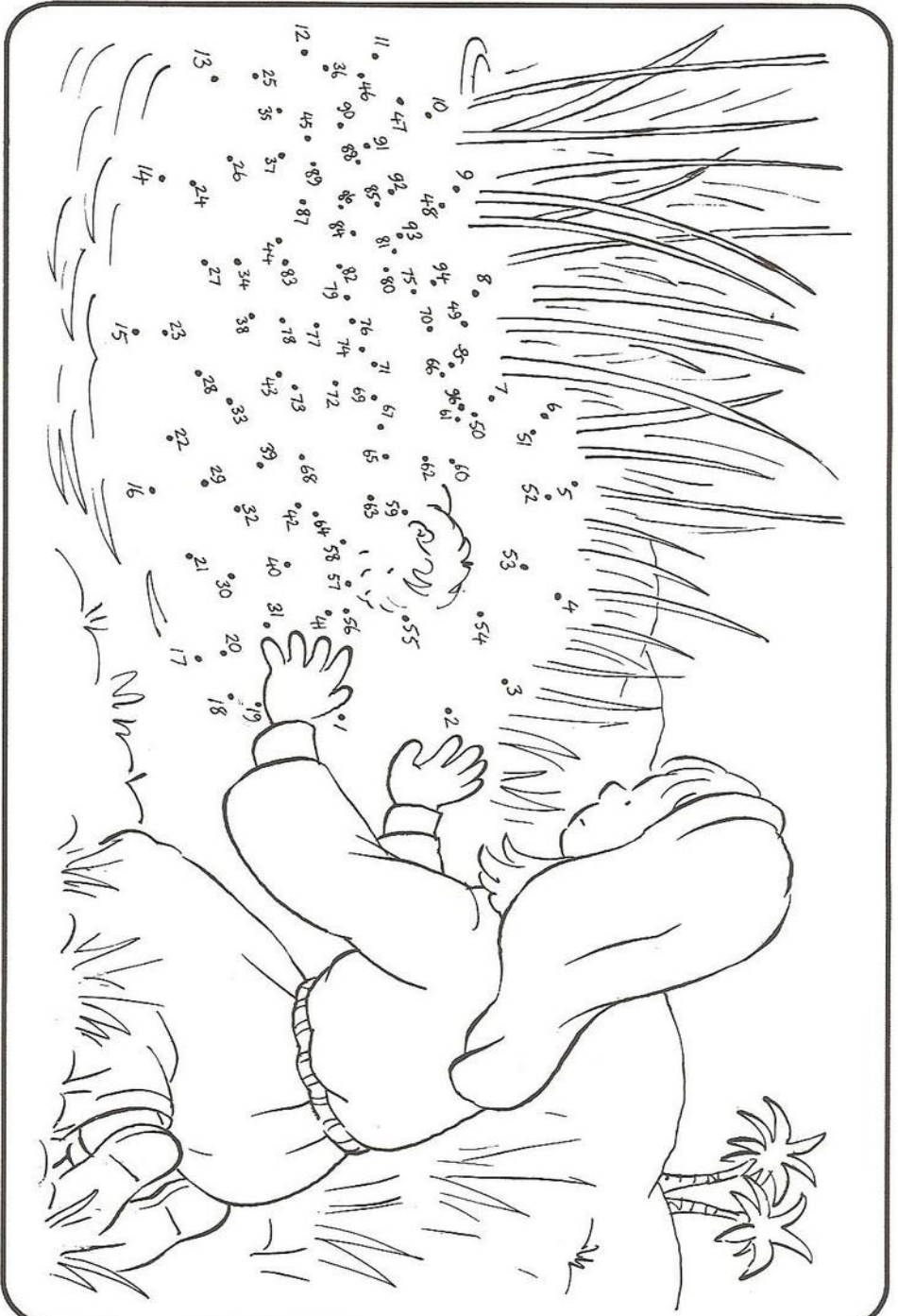
- ❖ Nájdi 10 rozdielov medzi obrázkami. Čo je nakreslené na obrázkoch?



Tu prišla k Nílu faraónova dcéra vykúpať sa. Zrazu zbadala medzi trstinou košík. Keď ho otvorila, uvidela dieťa. Prišlo jej ho ľúto a povedala: „To je z hebrejských detí!“ Princezná sa rozhodla, že si ho ponechá a vychová ako vlastného syna. Dala mu meno Mojžiš, čo v preklade znamená \_\_\_\_\_



❖ Kto je toto dieťa? Odpoveď nájdeš v Biblii (Exodus 2:1-10).



❖ Dopíš správné číslo k slovům (DESAŤ RÁN EGYPTSKÝCH).

Pomôž si obrázkami. Porozprávaj s rodičmi o tejto udalosti.

KOMÁRE

KRV

ŽABY

VREDY

SMRŤ

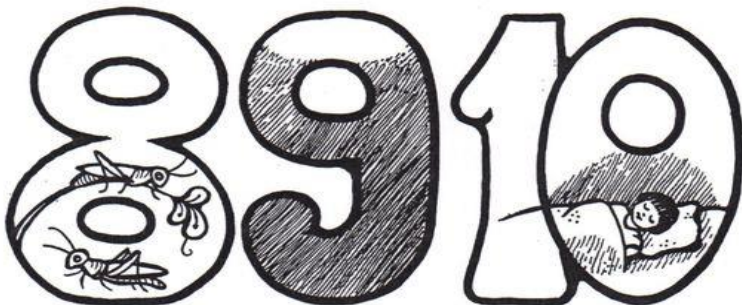
MOR

MUCHY

ĽADOVEC

TMA

KOBYLKY



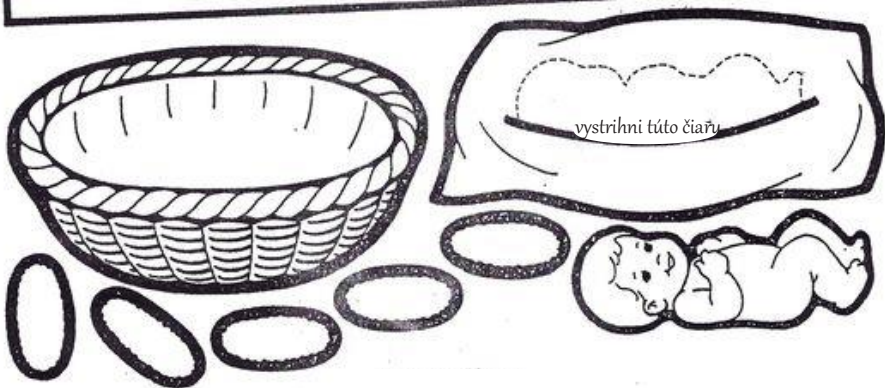
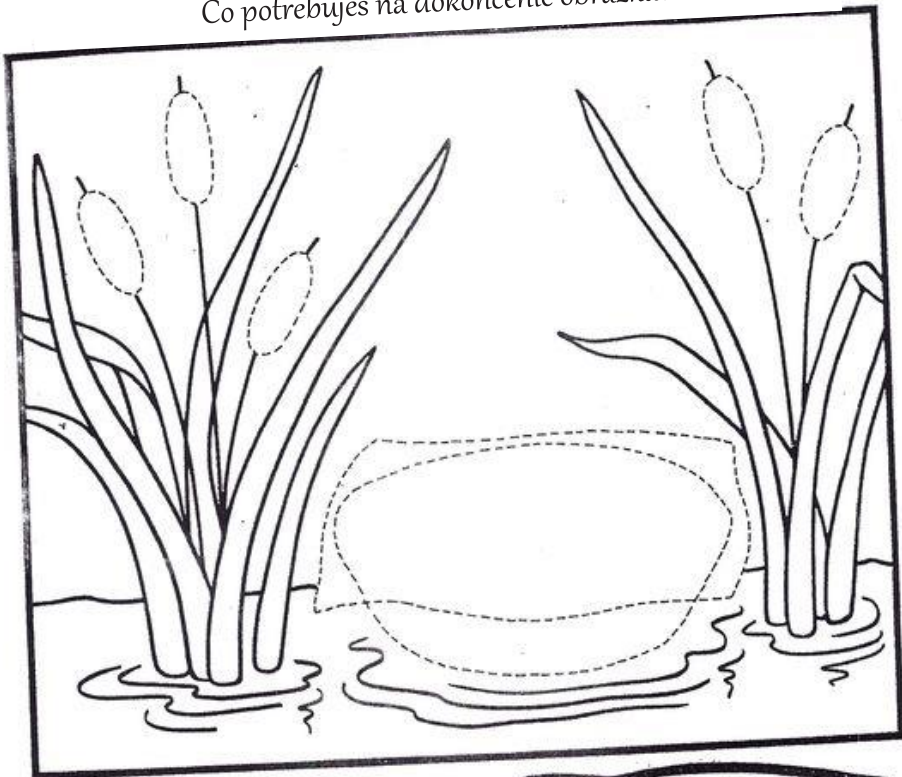






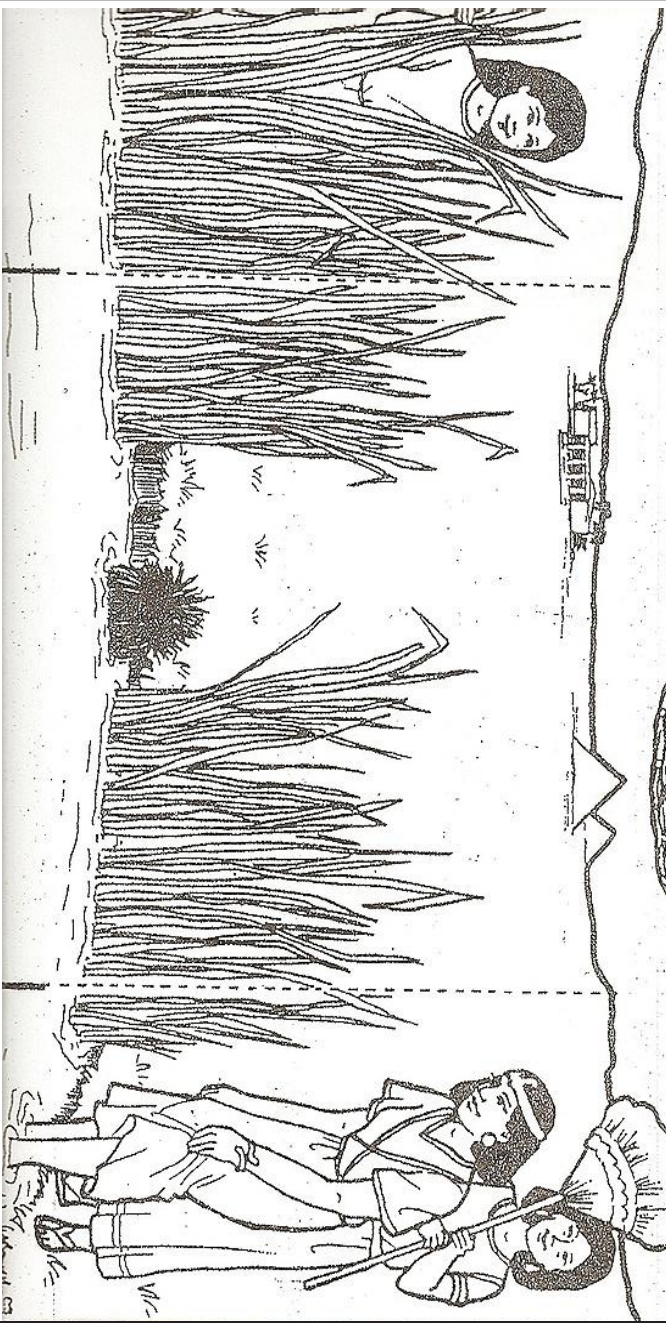
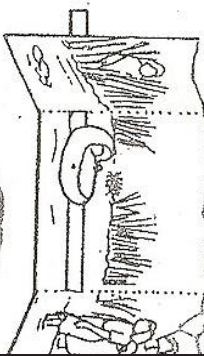
# DIEŤA MOJŽIŠ

Čo potrebuješ na dokončenie obrázka?



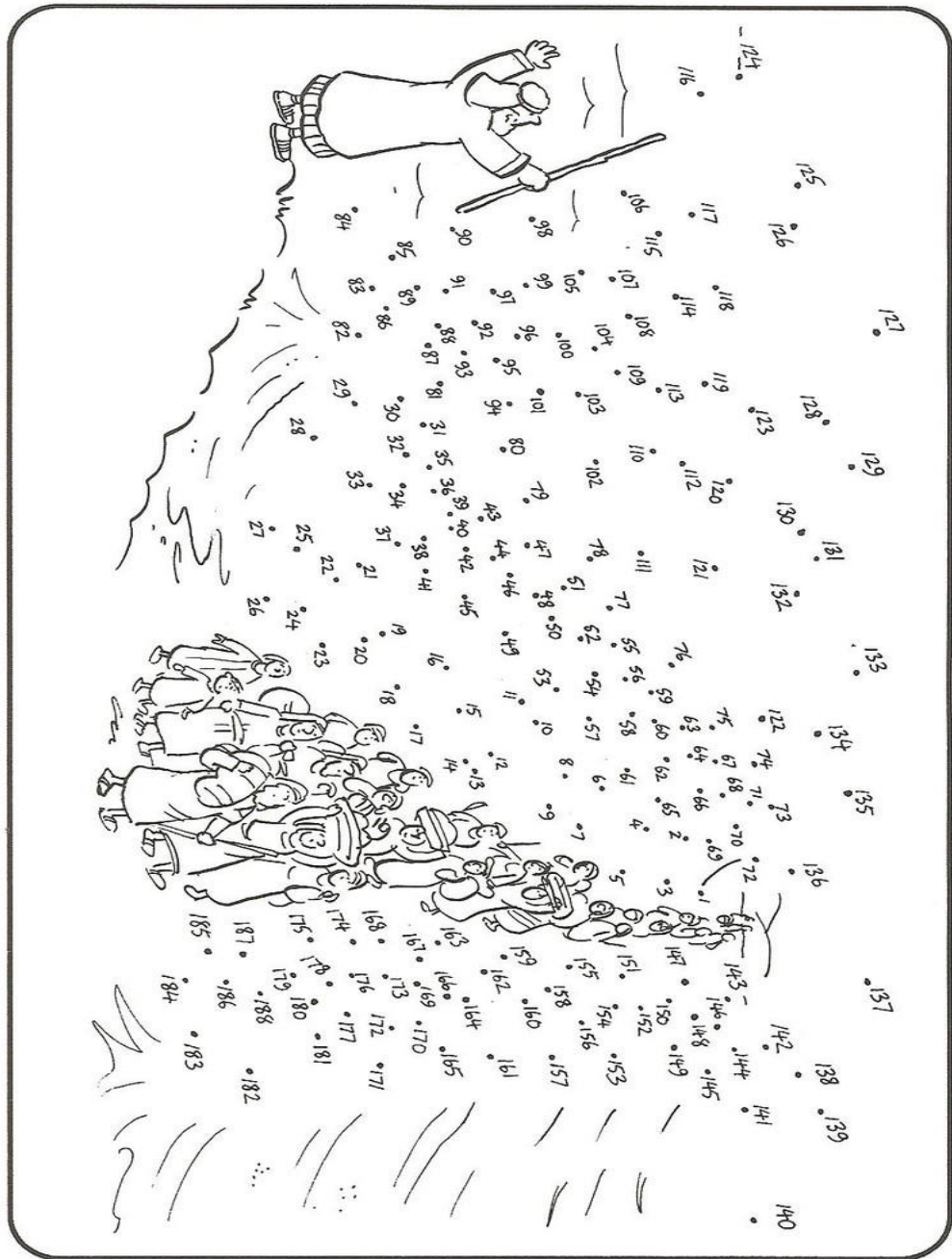
Vystrihni časti, ktoré chýbajú na obrázku, a potom ich nalep na správne miesto. Obrázok vymaluj.

Dokonči obrázok podľa predlohy. Vyfarbi ho  
a vystrihni. Vyskúšaj si, ako sa košík  
s dieťaťom Mojžišom plavil po rieke  
ke faraónovej dcére.

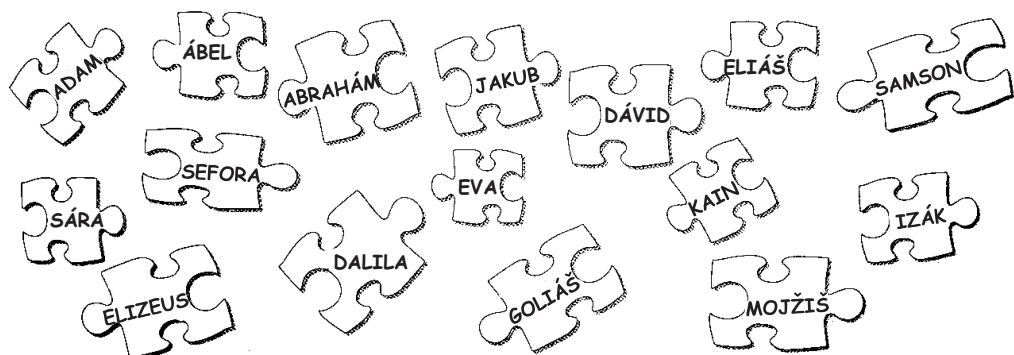


# Úlohy pre školákov

❖ Čo sa deje v Červenom mori? Odpoveď nájdeš v Biblii (Exodus 14:1-31).



❖ Spoj čiarou dvojice mien, ktoré k sebe patria.



❖ Na bodkované čiary dopíš názvy hôr, ktoré sú spojené s danou udalosťou.

SINAJ, ARARAT, MORIA, KARMEL, CHOREB



Desatoro prikázaní



Prizvanie Mojžiša



Noemova archa



Obeť Abraháma

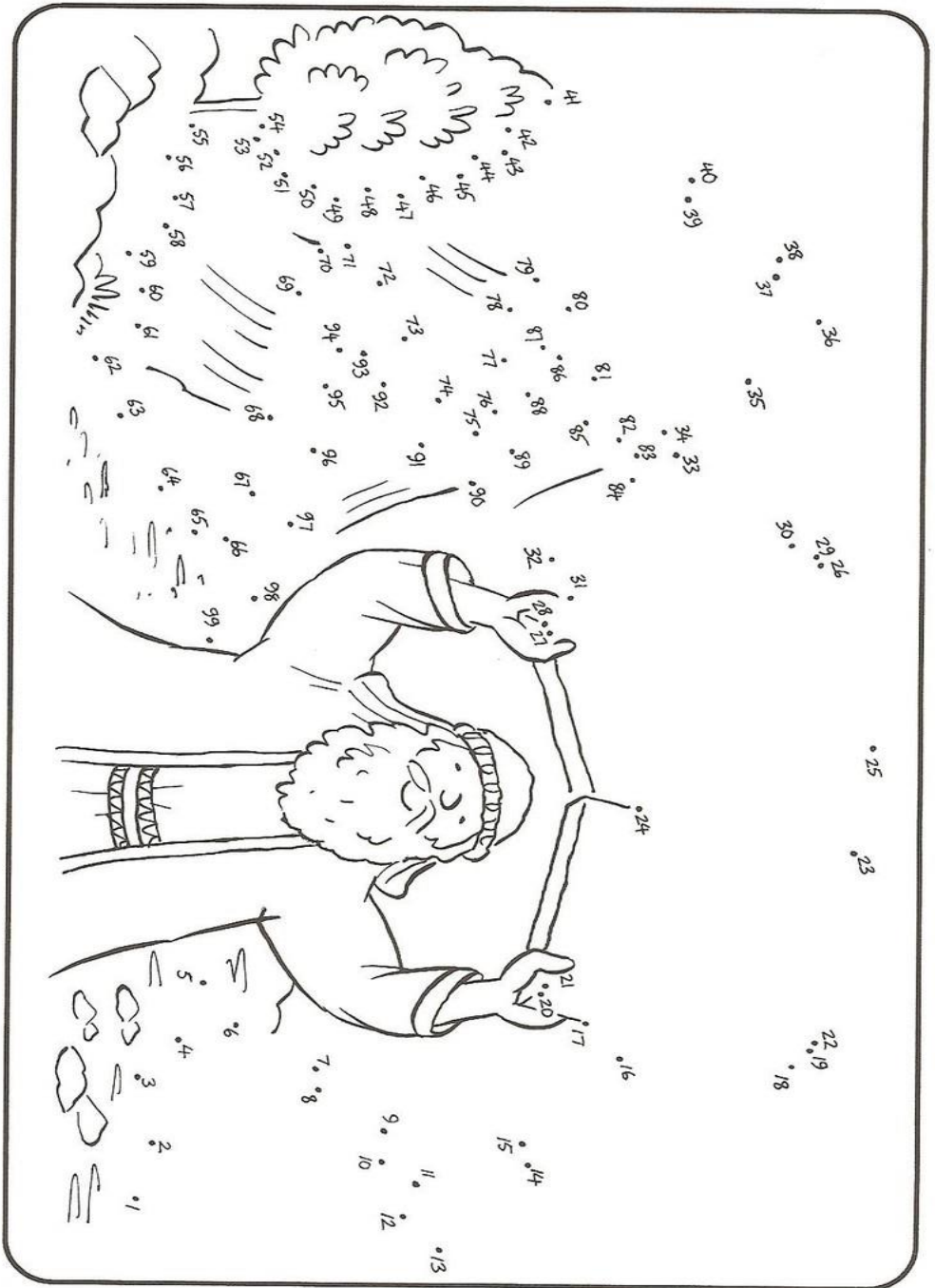


Prorok Eliáš

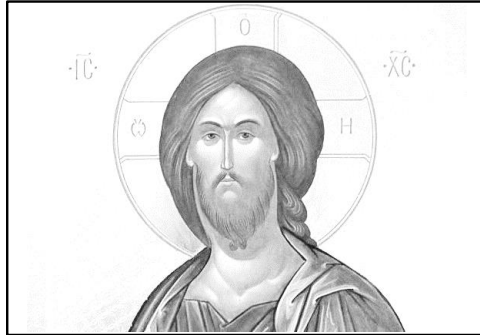


Nauč sa 10 Božích prikázaní naspamäť!

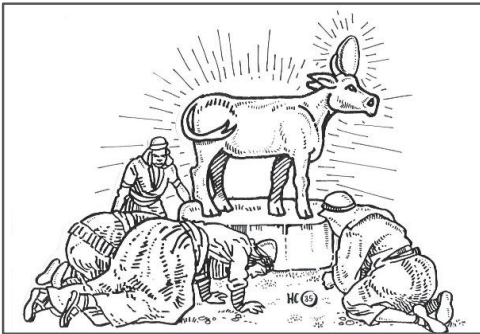
❖ Čo drží Mojžiš v rukách? *Odpoveď nájdeš v Biblii (Exodus 32:15-19).*



# DESATORO BOŽ



1. Ja som tvoj Pán Boh. Nebudeš mať iných bohov okrem Mňa.



2. Neučiníš si modly.  
Nebudeš sa im klaňať, ani im slúžiť.



3. Nevezmeš meno Pána Boha svojho nadarmo.



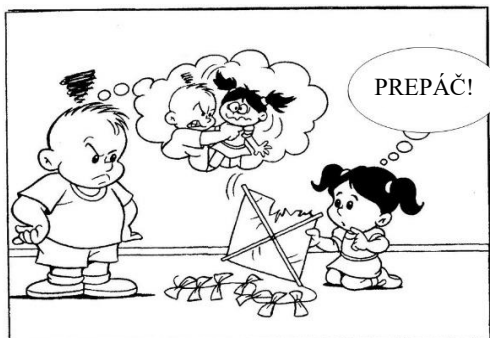
4. Pamätaj, že máš svätiť sviatočné dni.



5. Cti otca svojho a matku svoju,  
aby si dlho žil na zemi.



# ÍCH PŘIKÁZANÍ



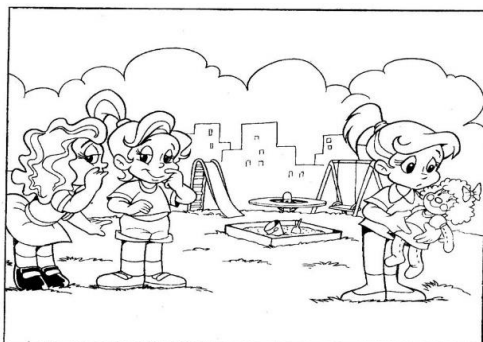
6. Nezabiješ.



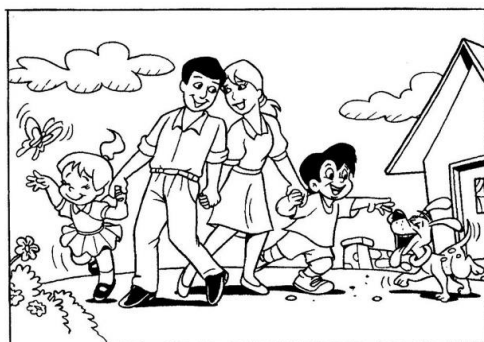
7. Nezosmilníš.



8. Nepokradneš.



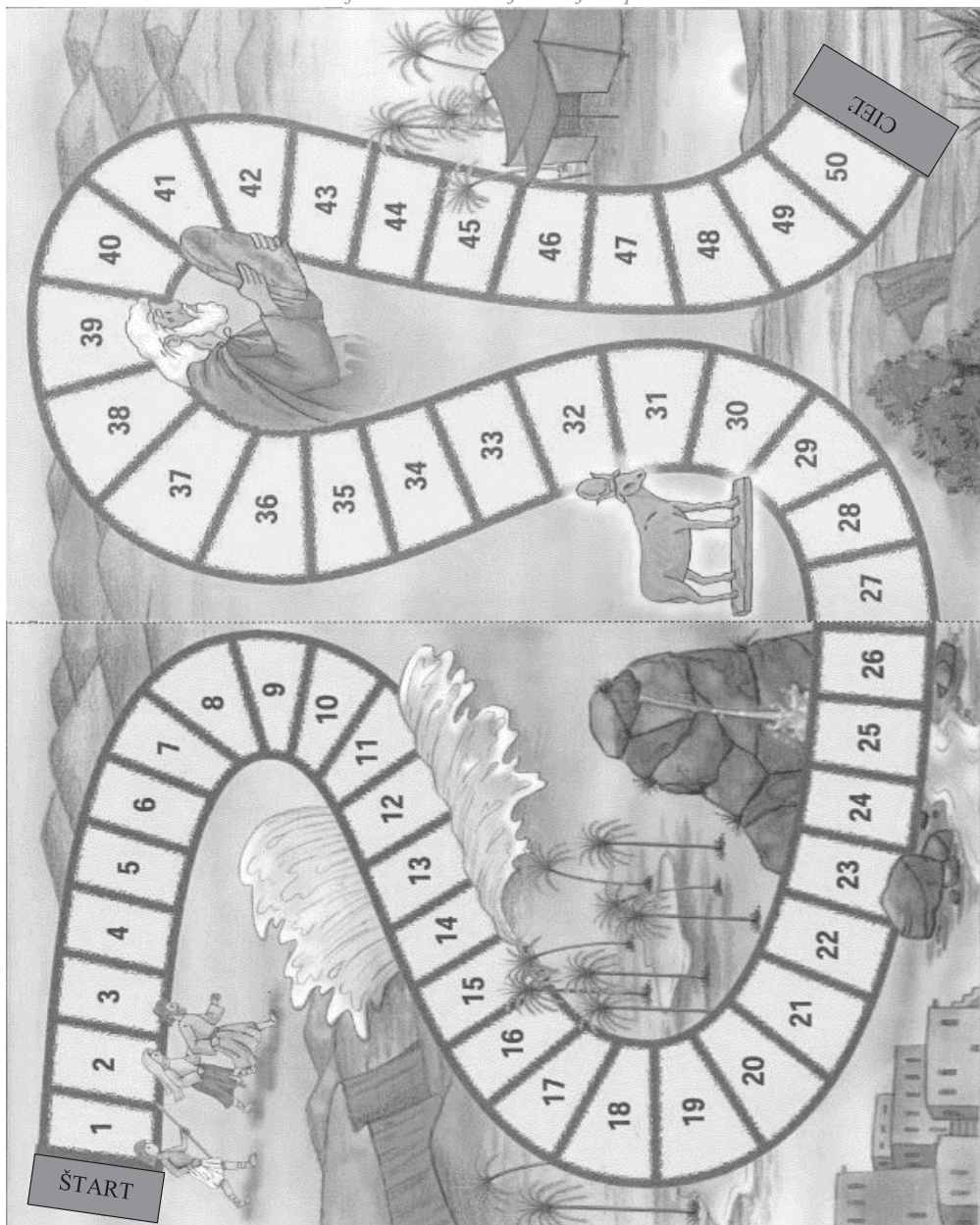
9. Nebudeš krivo svedčit' proti svojmu bližnemu.



10. Nebudeš túžiť po manželke, ani po ničom, čo je bližneho tvojho.

## PUTOVANIE IZRAELSKÉHO NÁRODA Z EGYPTA DO ZASŤUBENEJ ZEME

Budeš potrebovať kocku a hracie figúrky. Po hode kockou sa postaviš na prislúchajúce políčko. Tvoji spoluhráči vymyslia otázku k téme „Mojžiš“, na ktorú sa posnaž odpovedať. Po správnej odpovedi nasleduje ďalší hráč. Cieľom hry je vymyslieť čo najzaujímavejšie otázky a naučiť sa čo najviac o živote Mojžiša a jeho poslaní.



pripravila mátuška Natália

## Príbeh zo seminára

Môj priateľ kňaz mi rozprával svoj príbeh, ako pred mnohými rokmi nastúpil do seminára. V minulosti študovali štyri roky v seminári a štyri roky v akadémii. V treťom ročníku bolo potrebné nájsť si nevestu, vysvätiť sa na diakona, rok poslúžiť a potom sa dať vysvätiť na kňaza. Štúdium tak ukončovali už ako ženatí kňazi s rodinou. Začal druhý ročník štúdia a bohoslovec sa modlí v Trojickom sobore v lavre: „Pane, pošli mi matušku láskavú, čistú, inteligentnú, krásnu, aby vedela kantorovať, variť a starať sa o deti.“ Rok prešiel a ... „nula bodov“. Začal sa preto modliť takto: „Pane, nemusí byť veľmi múdra, nie je ani nevyhnutné, aby bola krásna, len nech bude dobrá, aby vedela kantorovať, ľúbila deti i mňa trochu.“ Rok prešiel a... „opäť nič“. Začal štvrtý ročník. A tak náš študent postupne znižoval latku, až kým sa jeho modlitba nestala nasledovnou: „Pane, pošli mi hocijakú matušku. Hoci i trochu hluchú, trochu nemú, trochu slepú, len prosím niekoho.“

Čo myslíte? Modlí sa práve v Trojickom sobore - v jeseni, vychádza z chrámu a objaví sa pred ním dievča. Pošmyklo sa, spadlo a zvolalo: „Ach, nemôžem vstať!“ Vzal ju do náručia, spýtal sa, kto je a ako sa volá. Odpovedala, že je z kantorského odboru. V kantorskej triede bola ošetrovňa, odprevadil ju tam, neskôr sa na ňu pýtal, bolo potrebné niečo priniesť... :-). A tak naraz po dvoch mesiacoch bola svadba.

Môj priateľ povedal: „Je pravdou, že žena bola trochu hluchá, trochu slepá a trochu hlúpa... Poviem jej niečo hrubé a ona: „No, a?“ Urobím niečo nie tak, ako je potrebné - tvári sa, že polovicu nevidí. Keď sa začnem rúhať, ona pokým pochopí, celý konflikt je už vyriešený a nestihne už nič povedať. „

Bol to samozrejme len vtip, pretože v skutočnosti bola i krásna, i láskavá, inteligentná a vedela pekne kantorovať. Keď sa človek pokoril, prestal zatínať päste, všetko sa okamžite usporiadalo.





Milí čitatelia, letné dvojčíslo vám prináša výnimočný rozhovor. Som si istá, že mnohí z vás sa mu potešia! Síce to bolo napísané ako P.S., no dovolím si to zacitovať hneď na začiatku a viacerí ho už podľá tejto jednej vety spoznáte: „Zuzko, buď taka dobra a oprav toto moje pismo gramaticky aj štylisticky, bo što by jes čekala od Rusnaka, kotryj už 10 rokov žije v Grcku a paset kozy!“ =>

### **1. V úvode nášho rozhovoru Ťa požiadam, aby si sa nám trochu predstavil.**

Moje občianske meno bolo Alexander Omaska. Teraz, po prijatí mnišstva (po postrihu), ma všetci poznajú pod novým menom - brat Polykarp. Narodil som sa v roku 1983 v malebnej obci Ladomirová vo svidníckom okrese rodičom Helene a Alexandrovi. Mám ďalších troch súrodencov - Ľuboša, Lenku a Daniela. Po skončení gymnázia vo Svidníku v roku 2002 som išiel študovať na Pravoslávnu bohosloveckú fakultu v Prešove, odbor učiteľstvo náboženskej a etickej výchovy a štúdium som úspešne ukončil v roku 2008.

### **2. Bol si na Slovensku členom Bratstva? Ako si na to spomínaš?**

Počas môjho štúdia v Prešove som sa zoznámil s úžasnými ľuďmi, ktorí patrili do Bratstva pravoslávnej mládeže, aj so študentmi a otcami duchovnými na fakulte. Keby som ich mal všetkých vymenovať, tak by to bolo určite vyše 50 osôb. S nimi som strávil nezabudnuteľné roky v Bratstve. V dobrom spomínam hlavne na otcov duchovných, ktorí boli v tom čase činní v BPM: o. Ivan Biloruský, o. Peter Kačmár, o. Vladimír Spišák a o. Peter Savčak. Veľmi mi pomohli v mojom duchovnom živote. Začal som cez BPM žiť nový život v Christu a naučil som sa obetovať pre druhých. Boli to určite najkrajšie roky môjho života, ktoré kladne poznačili aj môj nasledujúci život. Spoznal som skvelých priateľov, nových bratov a sestry v Christu, s ktorými sme tvorili jednu veľkú rodinu, ktorej hlavou je Christos. Tu som v praxi pochopil, čo to znamená „Christos posredi nas!“ Robili sme rôzne duchovné akcie po celom východnom Slovensku. Mali sme zápal a radosť v srdci z toho, že robíme niečo užitočné pre našich pravoslávnych veriacich - malých aj veľkých. Asi najkrajšie boli víkendové duchovné stretnutia (cvičenia) v rôznych cirkevných obciach.

### **3. Kde v súčasnosti žiješ?**

V súčasnosti žijem v Grcku, kde som prišiel po skončení školy. Rozhodol som sa tu nasledovať iné bratstvo, a to spoločenstvo mníchov v Monastieri sv. Jána Ruského. Jeho členom som už 10 rokov. Tento maličký monastier sa nachádza na prvom prste polostrova Chalkidiki s názvom Kasandra, asi 3km nad dedinou Pefkochori. Z lásky k Christovi a aj vďaka BPM som sa rozhodol zasvätiť svoj život Bohu na tomto prekrásnom mieste.

### **4. Povieš nám niečo o vašom monastieri?**

Náš monastier sa vypína na úpäti malej hory pokrytej borovicovým lesom,



s výhľadom na Egejské more. Naproti sa v diaľke týči mohutný vrch sv. hory Atos. Je to jediný monastier na tomto polostrove, bol založený naším starcom – igumenom Timotejom v roku 1989. Okrem toho sa na polostrove Kasandra nachádza 5 čudotvorných ikon Presvätej Bohorodičky, jaskyňa, kde sa skrýval ap. Pavol a mnoho kapličiek a chrámov. Naš monastier je zasvätený sv. Jánovi Ruskému ispovidníkovi (vznávačovi) z 18. storočia, ktorý ako mladý vojak bránil svoju ruskú vlasť (dnešnú Ukrajinu) pred tatárskymi vojskami za čias cára Petra Veľkého. Bol vzatý do zajatia a predaný ako otrok do Kapadokie (oblasť v strede Turecka). Tu strádal za pravoslávnu vieru od mohamedánov. Dvadsať rokov trpezlivo znášal mučenia, bitky, hlad a väzenie, až kým si ho Boh 27. mája 1730 nepovolal k sebe do večnosti. Jeho ostatky boli odkryté po troch rokoch zázračným spôsobom - neporušené a úplne zachované s kožou a vlasmi, ako keby spal. Dnes sú ostatky uložené v meste Prokopije na ostrove Evia. Naše bratstvo má 10 členov, na čele s naším predstaveným, archimandritom Timotejom a riadi sa atoským typikonom bohoslužieb v gréckom jazyku. Okrem čiastočky mošči z ľavej ruky sv. Jána Ruského sa tu nachádzajú desiatky mošči rôznych svätých. Najznámejší sú azda: sv. apoštol a diakon Filip, traja svätitelia - sv. Ján Zlatoústý, sv. Vasil' Veľký, sv. Gregor Bohoslov, ispovidník sv. vladyka Lukáš Krymský.

### **5. Predstav nám v krátkosti váš každodenný život.**

Náš každodenný program bohoslužieb sa začína o 5.00 hod. ráno polnočnicou, utreňou a ak je nejaký sviatok, tak nasleduje sv. Liturgia. Nasledujú raňajky a práca na rôznych poslušaniach (napríklad v záhrade, pri zvieratách, v olivových sadoch, v dielni, a pod.) až do 14.00 hod. Vtedy máme obed a po ňom oddych až do 17.00 hod., kedy sa začína večerňa. Po nej ešte pokračujeme v práci až do 21.00 hod., kedy je večera. Potom ešte slúžime povečerije a o 23.00 hod. má každý svoje modlitebné pravidlo v kélii a odpočinok.

### **6. Mal by si nejaký odkaz pre čitateľov Istiny, mládežníkov, členov Bratstva pravoslávnej mládeže na Slovensku?**

Modlím sa za všetkých, aby si zamilovali Christa, pretože jedine On môže urobiť človeka šťastným. Duchovný odkaz sv. Justína Popoviča: *„Najprv treba očistiť seba, až potom iných učiť čistote. Najprv seba učiť múdrom a až potom iných učiť múdrosti. Najprv sám sa stať svetlosťou, až potom ostatných osvetľovať. Najprv sa sám priblížiť k Bohu a až potom k Nemu privádzať aj druhých. Najprv sa sám stať svätým, až potom iných posväcovať.“*

## Nevšímavosť alebo ľahostajnosť k blížnemu

Vo imja Otca i Syna, i Svjataho Ducha, Christos voskrese!

Drahí bratia a sestry, svätý evanjelista Lukáš vo svojom Evanjeliu opisuje udalosť zo života nášho Isusa Christa, keď prišiel za Christom jeden znalec Zákona s otázkou, kto je mu blížny. Christos mu na to rozpovedal príbeh o človeku, ktorého po ceste do Jeruzalema prepadli zbojníci. Tí tohto človeka zbili, olúpili a potom ho polomŕtveho nechali ležať pri ceste. Neskôr po tejto ceste prešiel kňaz a nejaký človek z chrámovej obsluhy. Obaja tohto chudáka síce videli, no ani jeden z nich sa pri ňom nezastavil a nepomohol mu. O istý čas okolo tohto miesta prechádzal jeden pocestný, ktorý bol Samaritán. Židia Samaritánmi veľmi opovrhovali, považovali ich za nečistých, a preto sa im aj vyhýbali. No keď Samaritán uvidel pri ceste zbitého človeka, prišlo mu ho ľúto a postaral sa oňho.

Drahí bratia a sestry, vieme, o kom nás Christos v tejto evanjeliovej udalosti hovorí?

Hovorí bez výnimky o všetkých nás, ktorí si síce hovoríme, že sme Boží služobníci, ale naše skutky, tie o tom nehovoria. A podľa slov svätého apoštola Jakuba, keďže je naša viera bez skutkov, je mŕtva. My všetci sme nielen takí, akých Christos opísal vo svojej reči k zákonníkovi, ale sme ešte oveľa horší. Ako hovorí Christos, nielenže sami nečiníme dobro voči našim blížnym, ale ak by chcel aj niekto iný svojmu blížnemu urobiť nejaký dobrý skutok, my sa z neho vysmejeme, alebo ho od dobrého skutku odradíme. A takto sa stávame ešte horšími, stávame sa chladnými a ľahostajnými voči Bohu a našim blížnym.

Známy grécky duchovník, otec Andrej Konanos o nás hovorí, ako často sme veľmi krutí a pomstychtiví, ako je náš blížny pre nás ľahostajný a nevšímame si ho, ale napriek tomu tvrdíme, že veríme v Christa.

Hovoríme, že sme cirkevní ľudia, a napriek tomu, kvôli našej tvrdosti, nemôžeme našim blížnym s ľahkosťou odpustiť, nemôžeme prejavíť milosrdenstvo a nemôžeme našim bratom prejavíť lásku. Ani si nevieme predstaviť, ako táto naša tvrdosť a ľahostajnosť k blížnemu Christa bolí..

Boh, ktorý je tým milosrdným Samaritánom, si nikdy nekladie otázku, „prečo by mal človeku prejavíť dobro“. Boh nás ľúbi, odpúšťa nám a nepotrebuje na to žiadne logické odôvodnenia. Boh, aby nám odpustil, nepotrebuje dary a ani si nekladie žiadne vypočítavé podmienky. Odpúšťa nám, pretože On, Boh, je láska. My dávame, aby aj nám dávali. Robíme dobro, iba keď nám robia dobro - toto je nízky zákon prírody, ktorý je nám všetkým vlastný: ty dáš mne - ja dám tebe. A Boh hovorí: „Nie! Ukrižujem sa za vás ešte predtým, ako ma začnete ľúbiť, skôr než padnete na kolena a poviete: „Bože, zhršil som!“ Skôr než začnete plakať nad svojimi hriechmi, predtým ako začnete činiť pokánie, skôr ako sa začnete postiť, bdieť pri modlitbách a začnete s duchovným bojom - ešte pred tým všetkým vám odpúšťam. Lúbim vás, ukrižujem sa za vás, prelievam Svoju drahocennú Krv za celé ľudstvo a za všetky vaše hriechy. A to ešte pred tým, než ich spáchate, ak by aj boli akékoľvek!“

Veľmi pekným príkladom všímavosti a starostlivosti o nášho blížneho je udalosť zo života jedného skúseného starca - duchovníka. Raz jeden človek, ktorý spáchal veľké množstvo ťažkých hriechov, učinil pokánie a chcel sa zo svojich hriechov pred Bohom vy-

spovedať. Prišiel za jedným kňazom a poprosil ho, či by sa uňho nemohol vyspovedať. Kňaz súhlasil, no keď začala spoveď a on počul, z akých hriechov sa tento človek spovedal, nezvládol to a tohto človeka vyhnal. Nešťastný hriešik bol veľmi zúfalý z toho, čo ho postretlo. No raz, keď ho takto smutného stretol istý človek, odporučil mu, aby sa išiel vyspovedať k miestnemu starcovi, veľmi známemu a skúsenému duchovníkovi. Nešťastný muž neveril, že mu niekto ešte môže pomôcť a namietal. Nakoniec sa však dal presvedčiť, prišiel k star-



covi a začal mu hovoriť o svojom nešťastí. Duchovník po chvíľke počúvania muža prerušil a láskavo mu povedal: „Chápem tvoje ťažkosti, dieťa moje, vo svojej mladosti som hrešil tak, ako vravíš, ba dokonca ešte oveľa horšie,“ a začal mu vymenúvať svoje hriechy, ktoré spáchal v mladosti. Nešťastný muž, keď počul, že tento duchovník sa dopustil takých istých hriechov ako on sám, a dokonca ešte oveľa horších, sa osmelil a s ľahkosťou sa vyznal pred týmto kňazom zo všetkých svojich hriechov Bohu. Po spovedi stretol toho istého človeka a radostne mu povedal, že sa vyspovedal a že tento duchovník mal presne takú mladosť ako on sám. Tento človek mu ale povedal: „Čo to vravíš, veď tento človek je mníchom od svojho útleho detstva a jeho svätosť je už od jeho mladosti všetkým známa.“ Radostný kajúcnik všetko pochopil, a v slzách ďakoval Bohu za jeho lásku, milosrdenstvo a pomoc.

Drahí bratia a sestry, apoštol Pavol vraví, že Christov Zákon naplníme iba tak, že budeme nosiť ťažkosti svojich blížnych, čo znamená, že máme byť všímaví a pozorní k našim blížnym, ktorí sú v ťažkostiach, a prakticky pomôcť každému, kto potrebuje našu pomoc alebo pozornosť. Nech nám náš dobrotivý Hospodin daruje svoju svätú Blahodať a silu robiť podľa príkladu, ktorý nám dal.

Christos posredi nás!

**čtec Mikuláš Pružinský**

**Bibliografické odkazy:**

KONANOS, A. 2019. Посему Царство Небесное подобно царю, который захотел сосчитаться с рабами своими. [online]. [cit.2019-3-5]. Dostupné z: <https://pravlife.org/ru/content/arhimandrit-andrey-konanos-seychas-tebe-hochetsya-spravedlivosti>

Anonym. 2019. Evanjelium podľa Lukáša (Lk 10, 25-34). [online]. [cit. 2019-3-5]. Dostupné z: <https://biblia.sk/citanie/seb/lk/10/33>

## Myronosice ženy



Ženy sa v cirkevnom umení zobrazovali pomerne málo, väčšinou sa zobrazovala Presvätá Bohorodička. Ostatné ženské postavy sa delili do niekoľkých skupín. Jednu takú skupinu tvoria aj sväté ženy myronosice. Je im zasvätená tretia nedeľa po Vzkriesení Christa. Myronosice boli ženy nosiace myro, vzácny a veľmi drahý voňavý olej. Boli to: Mária Magdaléna, Salome, Jana, Lazarove sestry Mária a Marta, Mária Kleopova a Zuzana.

Sv. Mária Magdaléna - apoštolom rovná myronosica. Pôvodom bola z mesta Magdala. Bola mučená siedmimi zlými duchmi, od ktorých ju oslobodil Hospodin Isus a učinil ju zdravou. Na Golgote pod krížom stála s Presväťou Bohorodičkou. Po Christovej smrti trikrát navštívila Jeho hrob. A keď vstal z mŕtvych, dvakrát Ho videla: raz ona sama, a raz

s ostatnými myronosicami. S Máriou Magdalénou sa spája jedna legenda, ktorá tvrdí, že po Christovej smrti ju pozval na oslavu cisár Tiberius. Keď sa s ním stretla, držal biele vajíčko v dlani a zvolal: „Kristus vstal z mŕtvych!“ (Christos voskrese!) V zapätí sa zasmial a povedal: „Vzkriesenie Isusa Christa je rovnako pravdepodobné ako keď biele vajce, ktoré držím v ruke, zrazu bude červené.“ Podľa legendy, len čo to dopovedal, vajce v ruke očervenelo. Preto ju niekedy môžeme vidieť na ikone s červeným vajíčkom v ruke alebo v červenom odevu s nádobou na myro.

Sv. Jana myronosica - manželka Chúzu, Herodesovho úradníka (Lk 8,1). Keď Herodes dal sťať Jána Krstiteľa, hodil jeho hlavu na nečisté miesto. Jana Krstiteľovu hlavu zobrala a s úctou ju pochovala na Olivovej hore.





Sv. Salome myronosica – matka sv. apoštolov Jakuba a Jána, manželka Zebedeova a dcéra Jozefa, snúbenca Presvätej Bohorodičky. Slúžila Hospodinovi v čase Jeho pozemského života a stala sa hodnou byť medzi prvými zvestovateľmi Jeho Zmŕtvychvstania.

Sv. Mária Kleopova myronosica – tiež nazývaná Mária Jakubova, matka apoštolov Jakuba a Jozefa. „Keď sa pominula sobota, Mária Magdaléna, Mária Jakubova a Salome nakúpili voňavých vecí, aby šli a pomazali Ho“ (Mk 16, 1). Myronosice na Christovom hrobe sa v pravoslávnom umení spájajú s príbehom, ktorý hovorí o svedectve Christovho Vzkriesenia. Je opísaný vo všetkých štyroch evanjeliách (Mt 28, 1-8, Mk 16, 1-7, Lk 21, 1-12, Jn 20, 1-7). Hovorí o tom, ako ženy myronosice na čele

s Máriou Magdalénou prichádzajú k hrobu Isusa Christa s myrom, aby pomazali Jeho telo. V nedeľu, keď prichádzajú na Isusov hrob, nachádzajú ho otvorený a na kamenividia sediaceho anjela (podľa apoštolov Jána a Lukáša tam boli dvaja anjeli), ktorého „tvár bola ako blesk a oblečenie žiarilo ako sneh“. On im povedal, že Ten, ktorého hľadajú, vstal z hrobu, a nech radostnú zvesť zvestujú učeníkom, apoštolom.

Kompozíciu ikony obyčajne tvoria dve Márie, pričom jedna je Mária Magdaléna a druhá Mária, matka Jakuba a Jozefa. Zobrazujú sa s nádobami na olej - myro. Centrálnu postavu ikony tvorí biely anjel sediaci na hrobe. Na niektorých ikonách sa môžeme stretnúť aj s väčším počtom žien - niekedy až sedem. Anjel má biely chitón a himatión. Sedí na ná-



hrobnom kameni alebo sarkofágu s otočenou hlavou k ženám myronosicam. Nebeský posol drží v jednej ruke žezlo a druhou rukou ukazuje ženám prázdny hrob s plaštenicou, pohrebným plátnom, do ktorého bolo povité telo Isusa Christa a obrusom, ktorým bola prikrytá Jeho hlava. Anjel môže sedieť aj na odvalenom kameni, pretože podľa východnej tradície sa mŕtvi pochovávali do jaskyne, ktorá sa zatvorila veľkým kameňom, čo sa spomína aj v evanjeliu: „Kto nám odvalí kameň od otvoru hrobu? Ale keď pozreli, videli kameň odvalený; a bol veľmi veľký“ (Mk 16, 3-5).



Pri hrobe ležia alebo sedia spiaci vojaci, ktorí strážili zapečatený hrob. Opierajú sa o kópie a štíty, pričom jeden z vojakov môže zmä-

tene pozerat' na anjela. „A hľa, nastalo veľké zemetrasenie, lebo anjel Pánov zostúpil z neba, prišiel, odvalil kameň a sadol si naň. Jeho zjav bol ako blesk, jeho rúcho biele ako sneh. A strachom pred ním chveli sa strážcovia a zostali ako mŕtvi“ (Mt 28, 3-4). Vojaci boli poverení strážiť Christov hrob, lebo podozrievali Christových učeníkov, že sa pokúsia ukradnúť Jeho telo, čím by dokázali prorocstvo o Zmŕtvychvstaní Christa. Židovská pečať na hrobe – to je snaha diabla a všetkých jeho posluhovačov zabrániť Vzkrieseniu Christa v našich srdciach. Veľký kameň privalený k dverám hrobu symbolizuje aj chorobu našej duše a ten drží ostatné naše choroby v našom srdci.

„Kto nám kameň odvalí?“ je otázka, ktorú si cestou k hrobu dávajú ženy. Otázka plná žiaľu, rozpakov a starostí. Pociťujú to všetky duše, ktoré sa vydali ku Christovi. Ženy sú neúnavné, nemôžu spať, ponáhľajú sa k hrobu, aj keď nevedia, či sa tam vôbec dostanú. Ženie ich láska, aby poskytli poslednú službu milovanému Christovi. Nesú drahocenné voňavé myro, používané v židovskej tradícii k pomazávaniu tiel zosnulých. Apoštoli sú zmätení, vystrašení, zamknutí za dverami v strachu zo židov. Mesiáš je v hrobe – rozum nezvládne pochopiť niečo také – ako sa to mohlo stať. Myronosice a apoštoli, to je cit a rozum. Oba sú potrebné v duchovnom živote človeka. (Sv. Theofan Zatvorník)

**Spracovala: Ľubomíra Kosová**

## Duša a telo

Iba duša človeka je večná, a preto ako jediná je celostne reálna. Naopak, existenciu súčasného materiálneho sveta neminie koniec: „Vtedy sa nebesia s rachotom pomínú, živly sa rozplynú v ohni a zem i jej diela budú súdené“ (2Pt 3,10).

Ako píše o. Ioann S.: „Celý svet je pavučina v porovnaní s dušou človeka-kresťana; nič v ňom nie je stále a spoľahlivé; na nič sa v ňom nedá spoľahnúť: všetko sa trhá. Preto sa netreba k ničomu srdcom pripútať, okrem jediného Boha, ktorý utkal túto pavučinu, stará sa o ňu a dáva jej život.“ Na pozadí vyššie uvedeného by sa malo vytvoriť aj zodpovedajúce hodnotenie duše a tela. Aj Hospod' nás učí: „A nebojte sa tých, ktorí zabíjajú telo, ale dušu nemôžu zabiť. Bojte sa skôr toho, kto môže aj dušu aj telo zahubiť v pekle“ (Mt 10,28).

František z Assisi nazýval svoje telo „môj priateľ osol“. Toto pomenovanie hovorí o hĺbke chápania významu tela pre život človeka. Telo je predovšetkým priateľ, je potrebné si ho vážiť a starať sa oň. Od tohto priateľa závisí schopnosť pracovať a, čo je veľmi



dôležité, stav tela u drvivej väčšiny ľudí vo veľkej miere vplýva aj na stav duše.

Človek (s nie čistým srdcom) môže byť čulý a radostný, iba ak má zdravé telo. A naopak, zvyčajne bývame smutní a zúfalí, ak je naše telo choré. Preto prep. Serafím upozorňoval: „Nesmiete brať na seba viac, ako je únosné, ale snažiť sa, aby priateľ – naše telo – bolo poslušné a schopné vykonávania dobrých skutkov... Treba dávať duchu duchovné a telu telesné, potrebné pre dočasný život.“

Pravda, Christos hovoril: „Duch je síce odhodlaný, ale telo slabé“ (Mt 26,41). Takýto protikladný stav ducha a tela môže byť iba u svätých: „Vtedy keď som slabý, som silný,“ hovoril apoštol Pavol. No pre priemerného kresťana, ktorý sa nachádza v štádiu boja za znovuzrodenie svojej duše, stav telesnej schránky vo veľkej miere vplýva na stav ducha.

A teda, ešte raz. Telo je náš priateľ. Avšak tento priateľ je stále oslom. A preto je potrebné brať stále do úvahy jeho charakter, vrtochy, tvrdohlavosť a nemennosť túžob, aby sa vedel pred nimi človek vystríhať. Skúste nechať bez disciplíny telo-osla, naučiť ho svojvôli, a ono zatúži panovať nad vami. Bude vyžadovať nadmerné množstvo vyberanej stravy a bude neprestajne dobiedzavo pripomínať uspokojovanie všetkých svojich životných potrieb.

Vykŕmené a rozmazané telo – to už nie je priateľ, ale nepriateľ človeka. Jeho požiadavky umlčujú a potláčajú duchovné úsilia a schopnosti.

## Duchovná abeceda archimandritu Efréma, igumena svätého a čestného monastiera Vatoped (Svätá hora Athos)

### Láhostajnosť v duchovnom živote

Čo by ste poradili človeku, ktorý sa láhostajne stavia k duchovnému životu, ale chce byť spasený?

Je dôležité, aby u neho bola duchovná stálosť. V tom pomáha zaužívaný program (poriadok dňa), ktorý bude presne dodržiavať. A aj keď nebude chcenie, treba sa nútiť dodržiavať stanovený program.

### Duchovnosť

Neexistuje jedna duchovnosť pre laikov a iná pre mníchov. To, čo sa vraví mníchom, týka sa všetkých. Je také porekadlo: „Aj keby sa zem prilepila k nebu, mních bude pokojným.“ Niežby mu bolo všetko jedno, alebo aby bol mních necitlivý, ale je pokojný. Prečo pokojný? Pretože verí a nádeja sa na Božiu prozreteľnosť. Dnes sa zabúda na tzv. vieru rozjímania – pamätania na Boha (neviem, či ste počuli o takej).

Čo znamená viera rozjímania? Keď sa človek snaží žiť podľa Christa, osvecuje sa jeho um. A keď sa osvecuje um, človek začína vidieť, ako sa Boh stará o neho osobne, začína vidieť a cítiť osobitosť starostlivosti o neho (nezabúdajte, že um a mozog sú rôzne veci). Potom začínaš chápať ako Boh riadi svet. A práve tento stav svätí otcovia nazývajú poznaním stvoreného bytia. V žiadnom prípade to nie je psychologický stav, ale duchovný. A v takomto stave, v tom cite, človek cez zrak umu a rozjímanie zväčšuje svoju vieru a bezprostredne cíti Božie otcovstvo. Vtedy o tom človeku môžeme povedať, že našiel úspech a šťastie. Hľa, čo máme predávať Božiemu národu, takéto zvesti a správy.

Christos je ten, po kom túži naša duša, Christos nám chýba. Nedávno k nám do monastiera prišiel jeden otec, jeho syn – tinedžer skoncoval so svojím životom, spáchal samovraždu. Chlapec nikomu nič nepovedal, odišiel zo školy, vyšiel na 6. poschodie susednej budovy a skočil dole. Môžete si predstaviť akú bolesť prežíval otec. A poslali ho k nám do Vatopedu, aby sa upokojil. Medzi rečou, je veľmi známy človek, zaujíma dôležité



miesto v spoločnosti. Jeden časopis písal o tej tragédii a zverejnili fotografie detskej izby toho chlapca. Mal počítač, plagáty so spevákmi a názov článku bol „Mal všetko, čo mu chýbalo?“. Zdalo sa mi veľmi necitlivé takéto prehlásenie. Vtedy som povedal otcovi, že Váš syn nemal všetko, čo potreboval. „A čože mu chýbalo?“ zadivil sa otec: „Christos! Chýbal mu Christos!“

Hovoríte o duchovnosti. Ale duchovnosť Pravoslávia, budhizmu, islamu je rozličná a utvoriť medzi nimi dialóg je veľmi zložitý.

Naša duchovnosť sa silno odlišuje. Budhisti a moslimovia majú inú kultúru. U moslimov v Koráne nenájdete miesto, kde by bolo predpísané milovať svojich nepriateľov, ale naopak, keď zabíjaš nepriateľa, získavaš raj, pretože ako je napísané v Koráne – ak zabiješ neverného (teda každý, kto nie je moslim), znižuješ zlo vo svete. Vo svojom základe preto terorizmus vychádza z islamu.

### Duša človeka

Dnes sa dáva prednosť poznaniu. Keď svätí otcovia hovorili o poznaní, mali na mysli predovšetkým skúsené duchovné poznanie a až potom rozumové, intelektuálne. Ale v intelektualizme duša nemôže nájsť pokoj. Dušu človeka nasycuje duchovná skúsenosť.

**Pripravil: jeromonach Alexander**



„Každý deň proste od Boha LÁSKU. Spolu s láskou prichádza množstvo bláh a cností.“

**Sv. Nektarij Eginský**

„Láska - to znamená so súcitom si vypočúť cudziu bolesť. Láska - to znamená všímavosť a slovo povedané človeku v ťažkej chvíli. Láska - to znamená podeliť sa s jeho trápením, utíšiť ho v ťažkostiach. Láska - to znamená prijať od neho i hrubé slovo. Všetko je to užitočnejšie než mnohé slová a predstierané prejavy.“

**Prep. Paisij Svätohorec**



## Poučenie starca Paisija Svatohorca „O rodinnom živote“

Aj rodinný aj mníšsky život je požehnaný

**„Čo odpovedať mladým chlapcom a dievčatám, ktorí sa pýtajú či je mníšsky život hodnotnejší než rodinný?“**



„Najskôr musia pochopiť k čomu je človek povoláný a aký je zmysel jeho života. Potom treba mladým vysvetliť, že obe Cirkvou načrtnuté cesty sú požehnané, nakoľko ak ľudia, ktorí si ich vybrali žijú s Bohom, tak obidve tieto cesty ich môžu priviesť do Raja. Povedzme, že dvaja ľudia putujú po svätých miestach. Jeden ide po ceste a druhý po chodníku. Obidvaja však majú ten istý cieľ. Boh sa raduje s prvým a obdivuje druhého. Situácia sa zhorší len vtedy, ak ten čo ide po chodníku začne odsudzovať vo svo-

jom srdci toho, ktorý ide po ceste, alebo naopak.

Dobre je, aby mladí, ktorí rozmýšľajú o mníšstve vedeli, že povolanie mnícha má veľký význam. Úlohou mnícha je pripodobniť sa anjelom. „V inom živote, na nebesiach, budeme žiť ako anjeli“, povedal Christos saducejovi. Preto niektorí mládenci a dievčiny túžiaci po cnostiach sa stanú mníchmi a žijú anjelským životom už tu na zemi.

A však, netreba si myslieť, že všetci, ktorí odídu do monastiera budú spasení len preto, že sa stali mníchmi. Každý človek sa bude zodpovedať Bohu za to, či osvietil život, ktorý si vyvolil. V ktoromkoľvek živote je potrebné byť cnostný. Boh nestvoril ľudí predurčených k úspechu alebo neúspechu. Ten, ktorý nie je cnostný, ktorúkoľvek cestu by si zvolil, neuspeje. A naopak, cnostný človek má úspech všade, kde by sa neocitol, pretože v ňom prebýva Božia Blahodať. Niektorí ľudia, majúci rodiny žijú veľmi cnostne a posväcujú sa. Keď hlava rodiny ľúbi Boha, keď ho ťahá Božia dobrota, tak vtedy môže duchovne uspieť. Okrem toho, takýto človek obdarúva svoje deti cnosťami, vytvára dobrú rodinu a dostáva od Boha dvojitú odmenu.

Preto každý mladý človek si musí ustanoviť takýto cieľ: snažiť sa zachovať cnosti bez duševného nepokoja – tak, aby osvietil cestu, ktorú si vyvolil. Chce vstúpiť do manželstva? Nech sa ožení, no nech sa usilovne snaží stať sa dobrou hlavou rodiny a žiť sväto. Chce sa mu prijať mníšstvo? Nech odíde do monastiera, ale nech sa usilovne snaží stať sa dobrým mníchom. Nech zváži svoje sily, prikloní sa k tomu, ktorú životnú ťarchu zvládne a podľa svojho výberu ide po zvolenej ceste. Napríklad, keď dievčina vidí, že jej nestačia sily na to, aby sa stala mníškou, nech pokorne poprosí Boha: „Bože môj, som slabý človek a nedokážem žiť ako mníška. Pošli mi muža, aby mi pomáhal, (aby sme vstúpili do manželstva), aby som založila dobrú rodinu a žila duchovne.“ V tomto prípade ju Boh neopustí. Keď sa vydá a založí si dobrú rodinu, bude žiť podľa Evanjelia, tak Boh od nej nebude nič iné očakávať.

Pravdaže, existujú mladí ľudia, od ktorých Boh nevyžaduje veľa. Lenže oni z túžby zachovať cnosti, berú na seba veľkú askézu, a tým že si volia mníšsky život, prinášajú Bohu



viac (toho, čo On od nich žiada). To znamená, keď niekto, majúci náklonnosť k rodinnému životu, zachce od veľkej túžby k cnostiam všetko obetovať a postaviť sa na cestu mníšstva, tak Boh sa tomu veľmi teší. A však takémuto človeku, treba obozretne dávať pozor na to, aby jeho prvotný zámer bol veľmi čistý: nesmie tak spraviť z pýchy. Keď človek zachová túto podmienku, tak s Božou pomocou sa jeho starosti vytratia.“

**Preložila: m.Natália Spišáková**



„Ži jednoduchšie - ako malé dieťa. Hospodin je tak milujúci, že si to ani nevieme prestaviť. Hoci sme hriešni, treba ísť hneď k Hospodinovi a prosiť o odpustenie. Len nezúfaj, buď ako dieťa. Hoci sa stane, že rozbije najdrahší porcelán, vždy s plačom príde k otcovi, ktorý uvidiac svoje plačúce dieťa, zabúda i na ten drahý porcelán. Vezme dieťa na ruky, bozkáva ho, privinie si ho k sebe a utešuje ho, aby neplakalo. Tak i Hospodin, hoci robíme i smrteľné hriechy, On vždy čaká, že keď k Nemu prídeme s pokáním...“

**Archimandrita Afinogen (Agapov)**

„V živote bude všetko jednoduchšie i ľahšie, keď sa rozhodneš robiť všetko pre Boha, kôli Bohu a na slávu Božiu. Všetko v živote a v duši sa dostane na svoje miesto.“

**Archimandrita Ján (Krešćankin)**

## Lucinska hora

1. Mily christijane  
Novinu vam sKažu,  
Kotora prichodila  
Na lucinsku horu

2. Stary knihy tverďat  
Čto Boh sja zmiloval  
Stary ľude znajut  
Jak svjatoho poslal

3. Na Preobraženije  
Pred mnoho hodami,  
Boh utverdil viru  
Svojimi tajnami

4. Vo seli Lucina  
Bidna vdova žila,  
Iz svojich bidnych ruk  
Ona sja živila

5. Toho dňa jak vstala  
Zajdku zhotovila  
I išla do lisa  
By hriby sbirala

6. Jak hriby sbirajet  
Strach na ňu napadet  
Bo svjaščenic v rizach  
Pred nej sja zjavľajet

7. S velikoho strachu  
Na kolina pala  
I sama potichi  
Molitvu šeptala

8. Svjaščenic hovorit:  
Čto ty zdis dilaješ?  
V cerkvach služby služat  
Ty hriby sbiraješ



9. Za sej hrich ty budeš  
Tak pokutovati  
Čto na sije místo  
Budeš vse chodity

10. Teper id' na faru  
K otcu duchovnomu  
Skaži jemu všitko  
Čto ja tebi sKažu

11. Naj daś postavity  
Krest tut na tim místi  
Bohosluženija  
Naj daś vse končity

12. Žena rozkazala  
Čto ona spoznala  
V lici svjaščenika  
Otca Nikolaja

13. S otkazom bižala  
I vsjo rozkazala  
No viry nenašla  
Ni pravdy nemala





14. Lude vysmivali  
 "hrišnico" kazali  
 I ku tomu vsehda  
 Šalenoj volali

15. No žena na prikaz  
 Pokutu deržala  
 Na mesto chodila  
 I sja žalovala  
 16. Svjaščenic vo rizach  
 Javilsja bolše raz  
 Ženu napominal  
 O sej krest mnogo raz

17. „Za odnu sedmicu“  
 Jak krest nepostavjat  
 To ne pohovoriš  
 Slova ni odnokrat



18. Sedmica končilasja  
 I v posledne rano  
 Svjaščenic pred dvermi  
 Kričet: „Ženo!“

19. „Dnes jak solnce vyjdet  
 A kresta nebudet  
 To ty onimiješ  
 Poka ho nebudet“

20. Žena ubižala  
 Starostu klikala  
 I vsjo rozkazala  
 Čto ona slyšala

21. Kim starosta prišol  
 Vo komnatu ženy  
 Nikoho nebylo  
 Ni dnu, ni pred dvermi.

22. Starosta hovorit:  
 „Čto nič ne nachodit“  
 Ozvalsja do ženy  
 Na čto jeho zvodit

23. Žena do starosty  
 Slovo neskazala  
 Bo po svojim slovam  
 Uže zima byla

24. Lude ne virili  
 Na klamstvo dumali  
 A bidnuju ženu  
 Vsi bezspokojili

25. Novinu širili  
 Vrečnoštam prinesli  
 Zuzanu Fekete  
 Vrači izslidili

26. Komissija vračov  
 Konečno rišila  
 Čto v ženi divstvujet  
 Nadprirodna sila



27. Vist' sja rasširila  
 Ľudej udivila  
 Jak vrači skazali  
 Čto čudna novina

28. Lucinski seľane  
 Sja dohovorili  
 Na horu Lucinsku  
 Hneť krest postavili

29. A jak krest posvjatili  
 Svjaščeniĥ tohdašnj  
 Ľude voskliknuli  
 „Boh jest' Všemohučnij“!

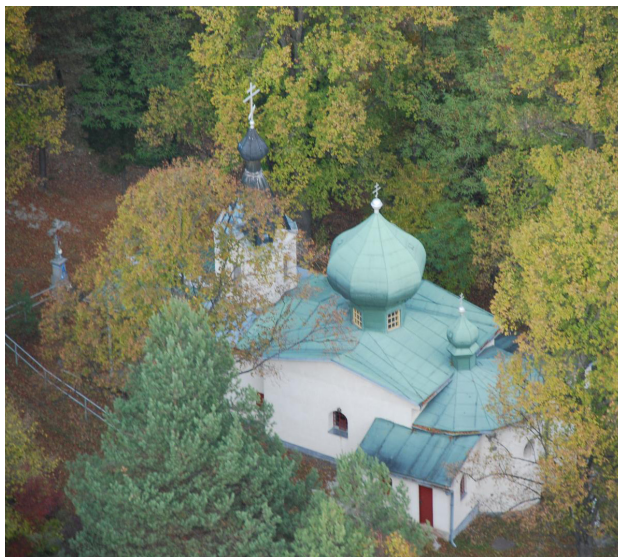
30. A nimaja žena  
 Teperj zakričala  
 Novyj krest na hori  
 Ona privitala

31. Pri hlavnoj kaplički  
 Sej krest postavljenyj  
 Vsim ľud'ám holosit  
 Tajnu božoj sily

32. Sej tajny svjaščeniĥ  
 Koli sja on zjavil  
 Tu bidnuju ženu  
 Ikonoj obdaril

33. Pri tom jej hovoril  
 Čtoby vsim skazala  
 Čtoby na tom misti  
 Kaplčĥka stojala

34. Sčastlivaja žena  
 S ikonoj bižala  
 Otcu duchovnomu  
 Všitko rozkazala



35. V znak dobroditeľstva  
 Ikonu prinesla  
 Kotra v toj kaplički  
 Mat byti slavena

36. Na fari od ženy  
 Tu ikonu vzjali  
 A sej čas pod dvoma  
 Zamkami zamknuli

37. Ot odnoho zamku  
 Na fari ključ ostal  
 A kurator druhij  
 Ključ so soboj vzjal

38. Novinu toj ženy  
 Ne chotili znati  
 I takim obrazom  
 Chotili tajity

39. No Boh svoju silu  
 Chotil vyjavity  
 Virnych christijanov  
 Viru ukripity





40. Druhij raz ta žena  
Na mesto prichodit  
Tu samu ikonu  
Opjať tam nachodit'

41. Jak ikonu dvihla  
Ta na faru išla  
I tak hovorila  
Čto opjať tam našla

42. Na fari ladičku  
Skoro otvorili  
Čto by i tu druhu  
Ikonu tam skrily

43. Daremno chotili  
Tajno vsjo robiti  
No pervoj ikony  
V ladičky nenašli

44. Teper vsi uznali  
Čto to ne cyganstvo  
Ikona služila  
Za dokazatel'stvo

45. Na čudnoje dilo  
Vsi pozeralisja  
Kapličku stavjati  
Dohovorilisja

46. Kaplička už stojit  
Pervaja ot spodu  
Na tom samom misti  
Hd'í našli ikonu  
47. Čudesna ikona  
Tam na prestoli je  
Prichodáščich l'udej  
Vsehda potišajje

48. Ot toho vremeni  
Lucinskaja hora  
Svititsja zareju  
Nebesnaho solnca

49. Tam sebi Marija  
Misto izvolila  
Čtoby ot vsich l'udej  
Proslavena byla

50. Proto vozzyvame  
Userdno blahame  
Zastupaj nas vsehda  
Lucinskaja Marije!



## Zápal stredného ucha

**Prejavy:** prudká pulzujúca bolesť v uchu, ktorá sa stupňuje pri kašli alebo prehltnutí a najvýraznejšie sa prejavuje v noci. Dieťa má horúčku, horšie počuje a pokiaľ pôjde k spontánnej perforácii bubienka, tak pozorujeme aj hnisavý výtok z ucha.

- Antibiotiká zaberajú pri liečbe zápalu stredného ucha veľmi zriedkavo. U malých detí môže byť ich užívanie dokonca veľmi kontraproduktívne.

Špeciálna podpora liečby (dávky pre dieťa znížte na polovicu a menej)

zinok: počas prvých troch dní infekcie cmúľajte pastilky s obsahom zinku 5 - 15 mg v jednej pastilke každé 3 - 4 hodiny alebo užívajte zinok v tabletkách: 50 -100 mg denne prvých 7 dní, potom 30 mg/deň, zinok neužívajte spolu s citrusmi - oslabujú jeho účinok

zázvorový čaj: vypite 2 - 3 šálky denne

cesnak: 2 najemno pokrátané strúčiky zapite pohárom vody - dávku zopakujte 2 - 3x denne počas bolestivých príznakov a ešte aspoň 2 dni po ich odznení, neužívajte surový cesnak nalačno

selen: 100-200 mikrogramov denne prvých 5-7 dní, potom ešte týždeň 100 mikrogramov/deň

cmúľajte skorocelové pastilky s materinou dúškou bez cukru každé 3 - 4 hodiny

vitamín C: 200-500 mg 2 -3x denne - len ak nemôžete prijímať prirodzené zdroje vitamínu

- Ak je infekcia hnisavá a spojená s vysokou teplotou, do ucha nič nekvapkajte, pretože z toho hrozí prasknutie bubienka.

### Dobré rady

- neplávajte a nepotápajte sa, kým nie ste úplne vyliečení

- udržiavajte zvukovod suchý, ale nesusušte ho vatovými tampónmi- radšej fénom



- skúste aplikáciu morskej vody v spreji
- nakvapkajte si do ucha pár kvapiek teplého olivového/detského oleja
- kŕmenie malých detí z fľaše cez cumlík zvyšuje riziko zápalu stredného ucha
- kloktajte teplou slanou vodou 3-5 min. niekoľkokrát denne
- pridajte si do jedla alebo čaju štipku čili
- ľahnite si na zdravú stranu a na bolestivé ucho si priložte nahriaty termo-vankúšik
- keď si fúkate nos, robte to šetrne

### Infekcia z potravín

#### Prejavy:

ľahšia infekcia: bolesti hlavy, žalúdka, kŕče v bruchu, napínanie na zvracanie, nechúť do jedla, hnačka

ťažšia infekcia: napínanie na zvracanie, zvracanie, silné hnačky, silné kŕče v bruchu, nechúť do jedla, zvýšená teplota, smäd, bolesti hlavy, zimnica, celková slabosť, bolesti kĺbov

veľmi vážne stavy: okrem vyššie uvedených sú to krvavé hnačky, bolesti obličiek, celková vyčerpanosť, poškodenie funkcií mozgu

- Ak sa silná bolesť hlavy a vracanie objavia do 2 hodín po konzumácii jedla, môže ísť aj o potravinovú alergiu a nie infekciu

Ako sa tomu vyhnúť?

Konzumujte len čerstvé potraviny. Potraviny podozrivé z prítomnosti plesne alebo baktérii zlikvidujte celé. Varenú stravu, mliečne výrobky, otvorené konzervy, rozmrazené potraviny a podobne uskladnite v chladničke čo najskôr. Z varenej stravy uskladnenej v chladničke ohrievajte vždy len toľko, koľko sa bezprostredne skonzumuje.



Čo môžete pri infekcii ešte urobiť a zvážiť?

Ak vraciate, postarajte sa o dostatočný prívod tekutín a minerálov - nepite sytené minerálky. Užívanie aktivovaného dreveného uhlia (Carbofit) v dávke 4 kapsle s dostatočným množstvom tekutiny každé 2 - 4 hodiny počas akútnej fázy infekcie môže byť užitočné. Užívanie cesnaku ako prirodzené antibiotikum. Užívajte probiotiká.

Zdroj: Igor Bukovský- Miniencyklopédia prírodnej liečby

**Spracovala: Petra Kahancová**

## Pôstny „KEBAB“

**Suroviny:** 1 údené tofu, cibuľa, olej, gyros korenie, zelenina podľa chuti, arabský chlieb, pôstna majonéza

**Dressing:** sójový jogurt, cesnak, kečup/čili omáčka

**Postup:** Cibuľku speníme na oleji a pridáme tofu, nakrájané na kocky. Restujeme a dochutíme gyros korením. Cesnak pretlačíme a s kečupom alebo čili omáčkou, podľa chuti, pridáme do jogurtu. Arabský chlieb zohrejeme, natrieme dressingom a pridáme tofu, nakrájanú zeleninu (paradajka, uhorka, paprika, kapusta červená/zelená) a nakoniec pridáme trochu majonézy. Zavinieme a servírujeme.

## Kelový/ kapustový prívarok

**Suroviny:** 1 hlávka kelu/kapusty, 5 paradajok, 125 g rastlinného masla, soľ, čierne korenie, rasca, 3 dl rozrobeného sójového mlieka alebo pôstnej smotany na varenie, zemiakový škrob, príp. múku na zahustenie, ocot

**Postup:** Kel/kapustu, nakrájanú na hrubšie rezance, dáme do hrnca a do 1 tretiny zalejeme vodou – pridáme nakrájané paradajky, soľ, korenie, rascu a maslo. Spolu dusíme domäčka. Nakoniec pridáme sójové mlieko/smotanu a s trochou škrobu alebo múky podľa potreby zahustíme. Nakoniec dochutíme octom.

## Hlivový paprikáš

**Suroviny:** 500 g hlivy/šampiňónov (najlepšie zmes), olej, cibuľu, soľ, biele korenie, horčicu, 3 dcl sójového mlieka alebo sójovú smotanu na varenie, zemiakový škrob, príp. múku na zahustenie, ocot, alebo citrón na dochutenie

**Postup:** Cibuľu speníme na oleji, pridáme na rezance nakrájanú hlivu/šampiňóny, osolíme, okoreníme, dusíme – pridáme lyžicu horčice, podľa potreby podlejeme trochou vody. Nakoniec pridáme sójové mlieko a s trochou škrobu alebo múky podľa potreby zahustíme. Dochutíme octom, príp. šťavou z citróna.

## Makový hrnčekový koláč

**Suroviny:** 2 hrnčeky rozrobeného sójového mlieka, 1 a 3/4 hrnčeka cukru, 2 hrnčeky múky, prášok do pečiva, 1 a 1/2 hrnčeka celého maku, 1 hrnček oleja  
Poleva: marhuľový džem, čokoláda (horká + tuk 40 – 50 g)

**Postup:** Všetky ingrediencie zmiešame, nakoniec pridáme olej. Vylejeme na plech a pri 180°C pečieme 30 – 35 min. Po vychladnutí natrieme marhuľovým džemom a polejeme roztopenou čokoládou.

## Mangový sorbet



**Suroviny:** 400 g čistej dužiny zrelého manga, 170 g kryštálového cukru, 250 ml vody, šťava z 1 - 2 ks limetky

**Postup:** Do vriacej vody nasypeme kryštálový cukor. Uvaríme cukrový sirup, ktorý necháme úplne vychladnúť. Mango zvisle rozrežeme ostrým nožom, rovnobežne zhora nadol tesne vedľa kôstky uprostred z oboch strán. Mango sa nešúpe dookola, ale najprv sa pripraví týmto spôsobom. Dužinu narežeme len po šupku na kocky, ktoré idú potom nožom ľahko odde-

liť. Kocky manga dáme do nádoby, pridáme limetkovú šťavu a vychladnutý cukrový sirup. Všetko rozmixujeme ponorným mixérom do hladkej jemnej kašovitej konzistencie. Zmes dáme do plastovej nádoby a odložíme na 3 hodiny do mrazničky. Potom vyberieme zmes z mrazničky, ponorným mixérom ju dôkladne rozmixujeme do hladka a vrátime späť do mrazničky na 2 hodiny. Po 2 hodinách zmes vyberieme, znovu premixujeme dohladka a sorbet je hotový. Naservírujeme do pohárov a podávame.

## Bazový sirup

**Suroviny:** 30 i viac kvetov bazy čiernej, 60 g citrodeka, 2 citróny pokrúpané na kolieska, 3 kg cukru

**Postup:** V hrnci prevaríme 2 l vody a po vychladnutí pridáme umyté a očistené kvety bazy čiernej. K tomu pridáme citrodeko a citróny a túto zmes necháme postáť do ďalšieho dňa. Po vyluhovaní precedíme cez husté sitko alebo gázu. Potom povaríme 3 kg cukru v 1 l vody a necháme vychladnúť. Scedenú šťavu dáme do hrnca, pridáme cukrovú vodu, necháme zovrieť, odstavíme a ešte horúcim sirupom naplníme sklenené fľaše. Necháme vychladnúť.

**Spracovala: Petra Kahancová**



**Otázka:**

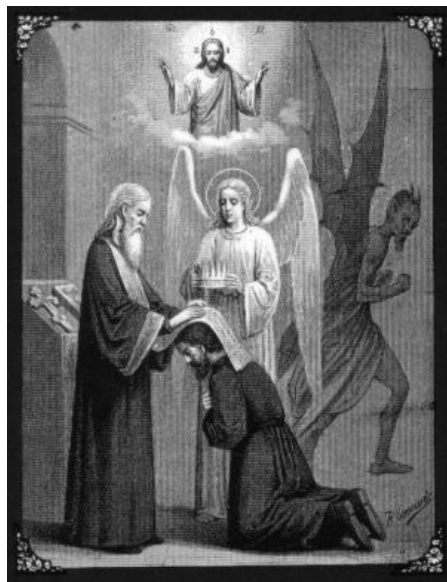
Prečo sa musím spovedať v prítomnosti kňaza, ak sa môžem vyspovedať aj priamo Bohu?

**Odpoveď:**

Jedno nevylučuje druhé. Spovedanie hriechov pozostáva z troch etáp:

1. hneď ako si si hriech uvedomil – priamo Bohu,
2. pri sumarizácii svojho dňa – priamo Bohu (počas večerného modlitebného pravidla)
3. v Tajine pokánia – priamo Bohu v prítomnosti kňaza ako svedka (s odpustením hriechov). Sám Christos (In 20,23) dal Svojim apoštolom a cez nich biskupom a kňazom moc odpúšťať hriechy. Preto sa spovedať môžeme v akejkolvek forme a komukolvek, ale dostať odpustenie hriechov je ustanovené iba od kňazov a biskupov.

P. S. : Prax ukazuje, že ten, kto zadáva takú otázku, v skutočnosti sa Bohu priamo nespovedá.

**Otázka:**

Ako sa spovedať, keď sa mi vidí, že nemám žiadne hriechy?

**Odpoveď:**

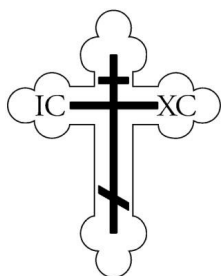
V takom prípade môžeš dať napísať ikonu s tvojou svätou podobizňou a darovať ju do najbližšieho chrámu. Alebo upovedomiť kňaza o vlastnej svätosti, zaručene ešte nemal možnosť rozprávať sa so žiariacou svätou pravoslávia.

A ak seriózne, tak je dobré preveriť svoje svedomie podľa Božích prikázaní. Ak sa nenájde ani jedno narušenie, musíš sa spovedať zo zatvrdnutej nevšímavosti a necitlivosti. Potom ti kňaz pomôže uvidieť svoj skutočný duchovný stav.

**Testík**

1. Umierali zvieratá v raji?
  - a) áno
  - b) nie
2. Koho pred Isusom nazývali Christom?
  - a) cisárov
  - b) veľkňazov
  - c) prorokov
  - d) všetkých vyššie spomenutých
3. Čo bolo skôr?
  - a) svetlo
  - b) Slnko
  - c) kométa, ktorá nebola pomenovaná, ale svietila na Zem





# Pozvánka

Pravoslávna cirkevná obec v Ľutine s požehnaním Jeho Blaženosti metropolitu Rastislava, arcibiskupa prešovského, metropolitu českých krajín a Slovenska srdečne pozýva všetkých duchovných a veriacich na

## Mariánsku púť do Ľutiny,

ktorá sa uskutoční 24. – 25. augusta 2019  
pri príležitosti sviatku

## Uspenija Presvätej Bohorodičky

### *Program:*

#### Sobota 24. 8. 2019

- |       |  |
|-------|--|
| 16:50 | Privítanie pútnikov                          |
| 17:00 | Posvätenie vody pri studničke                |
| 18:00 | Vsenočnoje bdenije                           |
| 20:30 | Osobná modlitba, Mariánske piesne            |
| 21:30 | Akafist Uspénija Presvjatýja Bohoródiči      |
| 23:00 | Molebny a Panychídy                          |
| 24:00 | Čítanie Pravidla – Modlitby k sv. prijímaniu |

#### Nedeľa 25. 8. 2019

- |       |  |
|-------|--|
| 01:00 | Osobná modlitba, Mariánske piesne  |
| 01:30 | Akafist sv. Ľudmily  |
| 02:30 | Prvá sv. liturgia  |
| 06:00 | Druhá sv. liturgia   |
| 08:15 | 3. a 6. čas  |
| 08:30 | Privítanie Jeho Blaženosti Rastislava, arcibiskupa prešovského, metropolitu českých krajín a Slovenska |
| 09:00 | Slávnostná archijerejská liturgia  |

**mitr. prot. Mgr. Dmitrij Paster**  
duchovný správca cirkevnej obce

## OBSAH

Zo životamládeže.....	3	Naši vo svete.....	44
Novodobí svätí.....	8	Kázeň.....	46
Rozprávania pre dušu.....	12	Dielňa ikonopisca od A po Z.....	48
Slovo k mladým.....	15	Pravoslávna duchovnosť.....	51
Príbeh.....	17	Duchovná abeceda.....	52
Cirkevné dejiny.....	18	Poučenie starca Paisija.....	54
Pýtate sa.....	20	Pieseň.....	56
Koly pryjde radosť.....	22	Prírodná lekáraň.....	60
Báseň.....	24	Pôstny receptár.....	62
Tysi Christos?.....	25	Praktické rady.....	64
Detská stránka.....	27		
Príbeh.....	43		



Obálka: Antipascha v Košiciach

ISTINA - Mesačník Bratstva pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS.

Redakčná rada: Jana Gubová, Alexander Hričko, Petra Kahancová, Jana Kapralová, Ľubomíra Kosová, Zuzana Petrovajová, Zuzana Sadilková, Natália Spišáková

Šéfredaktorka: Zuzana Petrovajová

Korektúra: Jana Gubová

Grafik: Jaroslav Smoleň

Technický redaktor: jerej Miroslav Guba

Pokladník: Anton Sorokáč

Distribúcia: Ján Berezný

Ročník XXIV/2019. ISSN 1335-6739. Číslo indexu: EV 3633/09.

Vychádza 12-krát do roka.

Vydavateľ: Bratstvo pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS. IČO 17 075 947

Adresa redakcie: Bayerova 8, 080 01 Prešov

e-mail: [istina12@gmail.com](mailto:istina12@gmail.com) web: [www.bpmorthodox.sk/istina](http://www.bpmorthodox.sk/istina)

IBAN: **SK928330000002401561588**

Ročný príspevok 6 € + poštovné, uviesť krátke meno odosielateľa

Cirkevne schválené. Za obsah príspevkov zodpovedajú autori.

Tlač: GRAFOTLAČ Prešov



**Deň detí v Prešove**

