



Tábor ICHTYS 2020

Posledný júlový týždeň sa stretli starí aj noví tábormníci na 7. ročníku Tábora ICHTYS. Tento rok sa ho zúčastnilo celkovo 50 detí z celého Slovenska. V prostredí krásnej prírody Sninských rybníkov sme si užili veľa zábavy.

Na začiatku sme sa rozdelili do tímov a otec Nikifor mal pripravený vedomostný kvíz. Každý deň už tradične prebiehala ranná rozcvička, ranné a večerné modlitby či bodovanie izieb. Zaujímavosťou v tomto ročníku bolo zvolávanie na modlitby, a to špeciálnym nástrojom simandrom, pomocou ktorého nás zvolával na ranné a večerné modlitby náš šikovný mládežník Adam. Ide o veľké drevo, na ktoré sa pomocou drevených kladiviek vyklepkáva. Taký spôsob zvolávania na modlitby je typický pre monastiere. Aj v tomto roku boli pre deti pripravené rôzne zábavné hry, súťaže a športové aktivity, ako napríklad Ovocníčkovia, Vodná olympiáda, Plachtobal, Športová olympiáda, Múčna hra, Vilomeniny i prechádzka v prírode. Keďže počas celého tábora bolo krásne počasie, každý deň sme sa mohli kúpať v bazéne, z čoho sa sme veľmi tešili. Streda bola pre nás slávnostným dňom, pretože sme slúžili sv. Liturgiu v prírode. Navštívil nás aj o. diakon Matúš s rodinou, o. Viktor a o. Jaroslav. Takmer všetci účastníci tábora sa stretli s Christom vo svätej Eucharistii. Vo štvrtok sme mali opekačku, ktorej výnimočnú atmosféru posledného večera umocnil o. Biloruský spevom a hrou na gitare a všetci sme si spolu s ním zaspievali známe táborové pesničky.

Na záver tábora mali jednotlivé izby za úlohu si pripraviť nejaký program. Videli sme spev, tanec, básničky aj ukážku karate. Všetci sme si z odtiaľ odniesli veľa zážitkov, nových vedomostí a tak, ako o. Vladimír hovoril na začiatku tábora, stali sme sa počas týchto dní jednou veľkou rodinou.

V prvom rade by sme sa mali poďakovať nášmu Hospodinovi za to, že nám umožnil, aby sa aj v týchto neľahkých časoch mohol konať náš každoročný tábor, a že nám daroval dobré počasie. Veľká vďaka patrí aj otcom duchovným o. Vladimírovi a o. Nikiforovi, vedúcim a zdravotníčke, ktorí nás sprevádzali celým táborom. A v neposlednom rade patrí veľká vďaka aj našim sponzorom, a to Úradu michalovsko-košickej pravoslávnej eparchie, Filantropii Charis sv. Jána Milostivého, Bratstvu pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS, veriacim a rodičom, ktorí nám pomohli svojimi darmi tento tábor zorganizovať. *Sláva Bohu za všetko!*

Mládežnícky Jasmínka a Naty

Letný tábor BPM v Humennom

V dňoch 13.7 až 18.7 sa mládežníci Bratstva pravoslávnej mládeže spolu so svojimi kamarátmi stretli v letnom tábore, ktorý organizovalo Bratstvo pravoslávnej mládeže a Pravoslávna cirkevná obec v Humennom. Finančnú podporu nám poskytlo aj mesto Humenné. Kvôli pandémie Covid - 19 sme počas celého týždňa nadmerne



dbali o hygienu a dodržiavanie bezpečnostných opatrení v meste či mimo neho.

Tábor sa konal v chate Alexander na Sninských rybníkoch. V pondelok sa po príchode a ubytovaní účastníci zoznámili a boli im pridelení vedúci. Popoludní sme sa vybrali na krátku prechádzku v okolí a večer sme sa spolu zabavili na diskotéke. V utorok dopoludnia si deti zmerali sily v rôznych stanovištiach a disciplínach. Po obede sme navštívili mesto Snina. Večer si mládež preverila vedomosti pri zábavnej hre Piaty proti piatim. V stredu dopoludnia sa športovalo. Zatiaľ čo si chlapci zmerali sily vo futbale, dievčatá sa venovali volejbalu. Po obede sme sa vybrali na túru k miestnemu pomníku. Večer sa deti zabavili pri nočných hrách na ihrisku. Vo štvrtok sme pre deti znova prichystali súťažné disciplíny vo vonkajšom priestore chaty. Poobede nám otec



duchovný pripravil náboženský kvíz, ktorého sa zúčastnili všetci nad 15 rokov. Večer sme strávili grilovaním a posedením vonku, pri čom nás navštívil otec Ivan Biloruský spolu s vedúcimi z bývalých ročníkov tábora.

V piatok sme si v spoločenských priestoroch odslúžili svätú Liturgiu, pred ktorou sa mládežníci spoločne vyspovedali. Poobede nasledovalo spoločné poze-



ranie náboženských filmov. Večer vedúci vyhlásili výsledky celotýždňových súťaží a posledný večer sme strávili na jednej veľkej diskotéke. V sobotu sme sa po raňajkách pobalili, upratali izby do pôvodného stavu a pobrali sa domov.

Počas celého týždňa sme sa všetci zúčastňovali ranných a večerných modlitieb, aby sme si pripomenuli, čo je podstatou nášho tábora. Veľká vďaka patrí pani Čornaničovej a jej zamestnancom, ktorí sa postarali o to, že sme sa v priestoroch chaty cítili príjemne. Vďaka patrí samozrejme mestu Humenné za finančnú podporu, otcovi Petrovi Humeníkovi za trpezlivosť a organizáciu tohto projektu, no najmä Bohu, ktorý sa postaral, aby sme v zdraví a spokojnosti prežili spoločne celý týždeň.

Viktor Kostoval', vedúci BPM v Humennom

Púť zo Sabinova do Ľutiny

Dňa 29. 8. 2020 sme sa zúčastnili na 20. púti zo Sabinova do Ľutiny (Ľutiny). Začali sme sv. Liturgiou v Sabinove a po nej výborným pohostením, ktoré pripravili veriaci pre nás. Po dlhšej prestávke sme začali pešiu púť, počas ktorej nám otec duchovný Pavol Bobák hovoril o tom, že máme s vierou chodiť do chrámu, hlavne na sv. Liturgie a diakon Ján Husár rozprával svoje zážitky z predchádzajúcich pútí, ktoré sa nám veľmi páčili.

Mali sme aj prestávku, na ktorej sme sa trochu posilnili. Počasie nám veľmi prialo, pretože slniečko sa na nás celý čas usmievalo. Počas púte sa spievali pekné duchovné piesne. Púť sme s Božou pomocou všetci zvládli. Po príchode do Ľutiny nás otec duchovný Demeter Paster privítal a občerstvil teplým gulášom. Potom bolo posvätenie vody, vsenočné bdenie a sv. Liturgie v noci aj ráno.

Účastníčky púte Janka a Alexandra

Návšteva monastiera

Napriek zložitejšej situácii vo svete sa nám s Božou pomocou podarilo navštíviť ženský monastier Pokrova Presvätej Bohorodičky v Turkowiciach (Poľsko). Dedinka Turkowice sa nachádza v juhovýchodnej časti Poľska, blízko hraníc s Ukrajinou a patrí do lublinsko-chelmskej eparchie, ktorej najvyšším predstaviteľom je vladyka Ábel.

Monastier má bohatú históriu. Počas svojho najväčšieho rozkvetu (začiatkom 20. storočia) sa v okolí monastiera stavali sirotince, nemocnice a školy, v ktorých sestry pomáhali. V období 1. svetovej vojny muselo sesterstvo monastier opustiť. S požehnaním miestneho arcibiskupa Ábela bol obnovený v roku 2008.

Dnes je tam spolu 10 sestier, igumenou je matuška Elisaveta. Veľkou vzácnosťou tohto monastiera je Turkowická ikona Presvätej Bohorodičky, ktorej história siaha až do 14. storočia a ostatky prepodobnej Paraskevky Turkowickej, ktorá sa tu v 20. storočí podvzerala a dodnes je veľkým príkladom pre všetkých kresťanov.

Do monastiera sme dorazili v nedeľu večer unavené a plné očakávania. Privítala nás sestra Sofia, ktorá je našou rodáčkou zo Slovenska a sestra Natália. Ubytovali nás v útulnom byte neďaleko monastiera. Bežný deň začínal o 5. ráno polnočnicou, utreňou a prvým časom, tak sme si mohli na dve hodinky oddýchnuť a o 9. nás čakali spoločné raňajky so sestrami v jedálni. Potom nasledovala práca, o 14. nás čakal obed a po ňom vytúžený oddych. Večerná s povečerím začínala o 17. hodine, po ktorej nasledovala večera, ale na nej zväčša boli účastní len hostia. Mali sme tú česť zúčastniť sa aj na Liturgii. Tento monastier je jediný v Poľsku, v ktorom sa spieva byzantskými nápevmi, čo vytvára nádherný dojem počas bohoslužby.

Naším najčastejším poslušáním bolo čistenie sušených bylín, z ktorých sa vyrába čaj a práca v kuchyni. Každý deň nám priniesol niečo nové; spoznali sme rôznych ľudí, ktorí navštevovali monastier; videli sme, ako postupujú práce na výstavbe nového chrámu, ktorý bude zasvätený prepodobnej Paraskeve Turkowickej. Tento chrám bude jediný na svete svojho druhu.

Naším najkrajším zážitkom bola možnosť čítať rôzne modlitby v chráme a spievať so sestrami na klirose. Skoro každý večer nás čakali zaujímavé besedy na rôzne témy ako napríklad o ikonopisectve a histórii monastiera so sestrou Irinou. Okrem práce sme sa mohli aj bicyklovať a spoznávať okolie. Strávili sme tam 1 týždeň, a niektoré z nás tam ostali ešte o jeden týždeň dlhšie. Za tak krátky čas sme si domov priniesli pekné spomienky a túžbu sa opäť vrátiť. :-)

Milí mládežníci, odporúčame vám návštevu v monastieri! Ak máte trochu voľného času, určite choďte!

S láskou v Christu

Mládežníčky: Michaela, Lenka, Janka, Marína a Anastázia

Modlitba a jej zmysel v duchovnom živote kresťana

Modlitba a bohoslužba má v sebe schopnosť a silu trvalej obnovy človeka, jeho vnútornej premeny, bez ktorej nemôžeme mať účasť na plnosti života v Christu. Svätý Serafím Sarovský hovorí, že cieľom kresťanského života je získanie Svätého Ducha a modlitba je najvhodnejším prostriedkom na dosiahnutie tohto cieľa. Modlitba je teda zameraná na to najcennejšie, na dosiahnutie spoločenstva s Bohom, na zjednotenie s Christom, na získanie milosti Svätého Ducha. Význam a sila modlitby je dosvedčená v živote a spasiteľnej činnosti Isusa Christa, ktorý bez modlitby nevykonal ani jeden svoj čin. V Evanjeliu podľa Lukáša nachádzame toto svedectvo: *„V tých dňoch vyšiel Isus na vrch modliť sa a na modlitbách k Bohu strávil noc“* Lk (6, 12).

Svojich učeníkov naučil modlitbu Otče náš, ktorá sa stala modlitbou Jeho svätej Cirkvi. Neprekonateľným vzorom modlitby je takzvaná arcipastierska modlitba, ktorú Isus Christos vyriekol po ustanovení Eucharistie a pred svojím spasiteľným utrpením (Jn 17, 1-26). Svätý Ignatij Brjančaninov hovorí: *„Život kresťana bez modlitby je nemysliteľný.“* Podľa učenia Pravoslávnej cirkvi je modlitba stredobodom nášho duchovného života, v ktorom sa duša usiluje vstúpiť do živého kontaktu a spoločenstva s Bohom. V dnešnej uponáhľanej dobe je ťažké si nájsť čas na to, aby sme sa venovali veciam, ktoré sú po duchovnej stránke pre nás nepostrádateľné.



Pri dnešnom naháňaní sa za prácou zabúdame na modlitbu, na chrám, na Boha. Až keď nás postihne súženie, vtedy sa vieme na Boha obrátiť skutočne s úprimnou modlitbou a venovať jej dostatok času. Svätý Jozef Hesychasta hovorí: *„Dost' sa unavíš, než pochopíš, že modlitba bez pozornosti a bdelosti je strata času, práca bez mzdy.“* Modlitbou človek získava svoju vnútornú rovnováhu, poznáva, odkiaľ pochádza a kam má ísť. Kresťan sa ocitá v spoločenstve s Bohom od prvej chvíle svojho života, čiže od narodenia. Je do chrámu vedený a poznáva, čo je to chrám, čo sú sv. Tajiny, čo je bohoslužba a aký je jej zmysel a význam v rámci jeho duchovného života.

Každý jeden deň, každý jeden úkon v živote kresťana by sa mal začať modlitbou. Svätý ctihodný jeroschimonach Ilarion hovorí: *„Každú vec je potrebné začínať prizývaním Božej pomoci, lebo práce posvätené modlitbou sú blahodarné pre naše spasenie.“*

Modlitbou doma sa rozvíja náš duchovný život. Ctihodný jeroschimonach Makarij (Ivanov) hovorí: *„Duchovný život nespočíva v tom, aby sme videli svoje nápravy, ale v tom, aby sme videli svoje hriechy. Prvé nás privádza k pýche a hrdosti, to druhé zase k pokore.“* Keď však prichádzame do cirkevného zhromaždenia, naša modlitba

splyva s celým bytím Cirkvi a cez ňu aj my vystupujeme zo svojej samoty, niekedy aj izolovanosti, zabúdame na svoje osobné starosti, začleňujeme seba i našu modlitbu do spoločnej modlitby Cirkvi.



Preto nestačí naučiť sa prekrásne modlitby otcov, aby sme ich potom len tak mechanicky odriekali, ale treba sa vžiť do ich obsahu, v ktorom je vyjadrená ich viera, láska, oddanosť a vernosť Bohu, dary Ducha Svätého a veľká duchovná skúsenosť. Preto je dôležité modliť sa aj doma, ale aj v chráme spolu s veriacimi, lebo v Cirkvi sa človek prestáva modliť svojimi slovami a za seba, ale učí sa modliť s celou Cirkvou a za všetkých, čím aj jeho viera a zbožnosť získava celkom iný charakter. Cirkevná modlitba má soborný charakter, a preto ju treba uprednostňovať pred súkromnou, domácou modlitbou, hoci to vôbec nezmenšuje význam a potrebu domácej modlitby.

Chránová modlitba je modlitbou Cirkvi ako Tela Christovho, v tomto modlitebnom zhromaždení je prítomný sám Christos i Svätý Duch, je to modlitebné zhromaždenie Božieho ľudu (Žd 10, 25). Ale Bohu je milá aj naša súkromná modlitba, naše modlitebné pohnutky a želania nášho srdca. Starec Paisij Svätohorský učí, že stále musíme vyslovovať slová modlitby. V našom srdci a v našej myslí musí prebývať len meno nášho Christa, lebo keď vynecháme modlitbu, našu komunikáciu s Bohom, vtedy nás diabol začína omamovať cez myšlienky a nevieme, čo chceme, čo hovoríme, ani čo robíme. Cirkev sa modlí Božími slovami, vyznáva Božiu vieru (Mk 11, 23), dáva nám bohatstvo svojej viery (Jk 2, 5), ktorú ona chráni neporušenú cez celé stáročia. Takto človek prestáva žiť pre seba a pre svoje, ale vstupuje aktívne do života Cirkvi.

Svätý Ján Kronštadtský hovorí, že modlitba je živá voda, ktorou duša uhasí smäd. A preto sa snažme modliť sa čo najčastejšie. Nenechávajme si modlitbu len na dni, kedy nás niečo trápi, alebo sa niečo zlé deje v rodine. Obracajme sa na Boha častejšie a vtedy bude náš život krajší a duchapnejší.

Zdroje:

Prot. Štefan Pružinský, Pravoslávna duchovnosť 1. časť

<http://www.pravoslavie.ru/32462.html>

Jeromonach Christodoulos svätohorský: Starec Paisij. Prešov 1999

<https://litres.ru/svyatoy-pravednyy-io/kak-pravilno-molitsya-nastavleniya-v-molitve-svyatogo/chitat-onlayn/>

Prot Marek Ignacik Poučenia starcov Optinskej pustovne 2012

„Keď Boh pripustil mladý pár až k svadbe a obrad sa uskutočnil, potvrdzuje to, že sú Bohom požehnaní na spoločný život. Znamená to, že sú jeden pre druhého tým najlepším párom. Keby bol pre Boha tento zväzok neželaný, množstvo situácií by skomplikovalo uskutočnenie tejto sv. Tajiny. Čo Boh dopustil, nespochybňuj. Tento človek, ktorý stojí pri tebe, je Boží dar, a cez neho môžeš nájsť spásu.“

Archimandrit Georgij Šestun

„Zrezávaš strom a jeho konáre hneď vysychajú. Keď polievaš jeho korene, vetvičky sa naplňajú silou. Takisto i rodičov možno pripodobniť stromu – sú akýmijsi koreňmi svojich detí. Keď sa snažíte zavlažovať samých seba pôstom, modlitbami, almužnou a dobrými skutkami, Boh chráni vaše deti. No keď vysycháte od hriechov, Boh umŕtvuje i vaše deti, vysielajúc ich do pekla spolu s vami. Keď jabloň rodí kyslé jablká, kto je vinný? Jabloň, či jablká? Predsa jabloň. Rodičia, snažte sa postupovať správne, aby vaše jablká boli sladké.“

Sv. Kozma Etolský

„Modlitba rodičov, zvlášť matkina, býva vypočutá, lebo vyviera zo srdca a je pokrytá bolesťou.“

Prep. Paisij Svätohorec

„Každý človek má svoju úlohu tu na zemi. Každý lístoček, trávica, kvietok majú svoju úlohu, ktorú musia vyplniť. Veľa sa namáhame, no Boh rozhoduje, čo a ako bude v našom živote. Keď sme vdáční za svoje rozpoloženie, za stav, v ktorom sa nachádzame, vtedy sa nám darí vo všetkom. Nič nie je bez významu, naopak - je to veľmi dôležité...“

Archimandrita Tadej Vitovnický

„Musíme vedieť odbremenit' jeden druhého, keď vidíme, že inému je ťažko. Je potrebné prísť k človeku, zobrať na seba jeho bremeno, uľahčiť ho, pomôcť, s čím treba. Tým, že vypočujeme iných, berieme na seba ich bremeno. Ved' bôľ zdieľaná s inými sa stáva už len polovičnou bolesťou.“

Sv. prav. Alexej Mečev

„Je na škodu, že je dnes deťom všetko zľahčované – nielen štúdium, ale i hry a hračky. Len čo dieťa začína dŕžať prvú slovu, už mu všetko zjednodušujú. Celá pedagogika v súčasnosti smeruje k zjednodušovaniu. To nevedie k rozvoju dieťaťa, no práve naopak - k jeho úpadku...“

Fiodor Michailovič Dostojevský, Denník pisateľa

Spracovala: Eva Kahancová

Ako si vybrať manžela/ku

(pokračovanie)

Ako sme už vyššie povedali, v každom mužovi sú tri rozdielne osoby: nastávajúci, manžel a otec. Preto pre budúcu manželku a matku nie je ľahké predpovedať, akým otcom bude jej nastávajúci. Zároveň práve tento aspekt nám pri rozhodovaní môže veľmi pomôcť.

Poviem vám „recept“, ktorý som počul od jednej známej. Ako 19-ročná sa chcela vydať za 46-ročného muža, ktorý už mal za sebou dve rozpadnuté manželstvá. Dlho premýšľala, kým sa rozhodla vstúpiť do manželstva. Nakoniec si položila otázku a odpoveď na ňu definitívne vyriešila jej problém. Otázka znela: *„A chcem určite, aby tento muž bol otcom mojich detí?“* A sama si odpovedala: *„Áno!“* – a bez pochybností vstúpila do manželstva, hoci jej rodina bola jasne proti. Práve takto by mala znieť správna otázka. *„Nehľadám muža pre seba, ale hľadám otca pre svoje deti.“* Pre seba si dievča väčšinou nájde toho, s kým by mohla ísť na diskotéku, s kým by sa mohla promenádovať po ulici, aby jej druhí závideli. No pre svoje deti predsa len nájde niekoho lepšieho, možno nie najbohatšieho a najkrajšieho, ale určite najspolahlivejšieho.

Preto, keď si vyberáte svojho budúceho manžela, treba sa pokúsiť na chvíľu zastaviť a opýtať sa samej seba: *„Chcem, aby tento človek bol otcom môjho dieťaťa? Chcem, aby vychovával môjho syna? Chcem, aby sa môj syn naňho podobal?“*

„Druhý recept“ je veľmi jednoduchý. V Trojicko-sergijevskej lavre je mnoho skúsených duchovníkov, t. j. kňazov, ku ktorým prichádzajú ľudia po radu v duchovnom živote. A títo duchovníci zvyčajne dávajú blahoslovenie postupovať takto: od zoznámenia sa do sobáša musí prejsť najmenej rok. Prečo tak dlho? U mňa s mojou manželkou už po polroku neboli žiadne pochybnosti a my sme jednoducho ďalší polrok iba čakali, kedy sa nakoniec budeme môcť vziať.

Pokúsím sa vysvetliť, na čo je potrebný dostatočný čas na overenie jeden druhého a ako treba túto dobu stráviť. Obraciam sa teraz na ženskú časť tejto triedy. Vymenujte mi tie vlastnosti, ktoré musí mať každý budúci manžel.

**Dobry
Silny**



Múdry**Pekný** (podľa väčšiny dievčat to nie je nevyhnutná vlastnosť)**Verný**

Podme si rozobrať aspoň tieto hlavné charakterové vlastnosti. Začnem od vernosti. Predstavme si takúto situáciu. Dcéra príde domov a hovorí mame celá natešená: „Mama, včera som sa zoznámila s takým chlapcom! On je taký verný! Zajtra sa zaňho vydávam!“ Znie to komicky, však? Vernosť sa overuje rokmi. V tomto prípade nám nebude stačiť ani rok. Nieкто z vás povie: „Môžem sa opýtať na jeho vernosť u iných, napríklad u priateľov.“ To asi ťažko! Po prvé, o svojom priateľovi nikto zle hovoriť nebude, a ak aj bude, skôr to znamená, že vás chce u priateľa prebrať. Koniec-koncov, takto by ste verili iba nejakému priateľovi viac ako svojmu nastávajúcemu. To je nelogické.

(pokračovanie nabudúce)

Zdroj: <https://azbyka.ru/odin-raz-na-vsyu-zhizn#n3>

Spracovala: Jana Kapraľová

Blahoželanie

*V nedeľu 26. júla 2020
sa v Úbreži v Sobraneckom okrese
veselilo mnoho skúsených mládežníkov.*

*V miestnom chráme
Zostúpenia Svätého Ducha
v tento deň sv. Tajinu manželstva prijali
bývalá viceprezidentka Bratstva a
technická redaktorka Istiny*

Marcela Hvižďáková

a

Miroslav Oravec.

*Aj touto cestou sa chceme
pripojiť ku gratuláciám
a mladomanželom do spoločného života
vyprosujeme hojnosť Božích milostí.*



Mnohí z mládežníkov majú púť do Ladomirovej spojenú s usmievavou tvárou jedného človeka, ktorý vždy za Vagrincom začína rátať počet účastníkov. A mnohí už aj počuli meno Jožko Jurčišin. Ale nevedia, že práve jemu patrí tá usmiata tvár. Sme radi, že Jožko súhlasil s rozhovorom do Istiny a odpovedal na pár otázok.

1. Slava Isusu Christu! Jožko, ako si spomínaš na svoje začiatky v mládeži, v Bratstve?

Písal sa začiatok roka 1990. Po jednej nedeľnejšej sv. Liturgii nás oslovil vtedajší študent bohosloveckej fakulty Ján Zozulák, či by sme na chvíľu ešte neostali v chráme. Keďže tam ostal aj môj kamarát Jakub Jacečko, ostal som aj ja. Ako 13 ročný chlapec som vtedy ešte netušil, že týmto okamihom sa v Stropkove začína písať história stropkovskej skupiny Bratstva pravoslávnej mládeže a pre mňa jedna krásna kapitola môjho života – „Môj život s Bratstvom pravoslávnej mládeže“.



Možno to vyznieva až trochu pateticky, ale verte mi, je to tak. Spomienky na duchovné stretnutia, púte a hlavne na letné tábory, či už v Krajnej Porúbke, no najmä Ruskej Volovej (za ktoré som o. Ivanovi Biloruskému a jeho mátuške dodnes nesmierne vďačný) ma aj po rokoch naplňujú krásnym pocitom a príjemnou nostalgiou.

2. Púť do Ladomirovej sa bude konať už po 30.krát. Ako vyzerali prvé púte, kto stál pri ich začiatkoch?

November 1989 priniesol do života našej Pravoslávnej cirkvi nielen náboženskú slobodu, ale aj množstvo takmer existenčných problémov. Boh však v čase skúšok daroval mnohým ľuďom, pre ktorých pravoslávna viera bola skutočnou súčasťou a zmyslom ich života takú silu, entuziazmus a odhodlanie, vďaka ktorému sa nebáli o svojej viere nebojácne svedčiť aj v tých „pohnutých“ 90-tych rokoch. A tak vďaka o. Petrovi Cuperovi, o. Sergejovi Cuperovi a odhodlaným bohoslovcom ako Ján Zozulák, Ján Kost', ale aj iným vznikali rôzne akcie na podporu pravoslávnej viery. Jednou z takých akcií boli aj púte. Samotnej púti do Ladomirovej predchádzali púte aj do Krásneho Brodu či na Bukovú Hôrku. Tu sme dokonca priniesli a osadili aj kríž, ktorý však po pár dňoch nejakí „bohobojní“ kresťania spálili. A tak Jánovi Zozulákovi skrsla myšlienka zorganizovať púť aj na miesto nášho bývalého pravoslávneho monastiera

– do Ladomirovej. V roku 1990 bol na takéto akcie potrebný aj kúsok odvahy, pretože protipravoslávne nálady boli veľké. A tak s požehnaním vladyku Nikolaja pri príležitosti sviatku Usiknovenija hlavy Jána Krstiteľa zorganizovali stropkovskí mládežníci 1. ročník púte zo Stropkova do Ladomirovej. Zúčastnilo sa jej okolo 35-40 ľudí. A som nesmierne rád, že s Božou pomocou sa túto už tradičnú púť darí stropkovským mládežníkom a tiež veriacim organizovať každoročne až dodnes.

3. Aký vidíš Ty zmysel v mládežníckych púťach?

Ak niečo prinášame Bohu s láskou a úprimne, neostane to u Boha bez povšimnutia. A tak aj každé naše putovanie, ktoré prinášame Bohu s láskou ako dar, v podobe našej námahy, nám prináša úžitok a duchovnú radosť. Uvediem jeden príklad z osobnej skúsenosti. V roku 1999 som sa zúčastnil púte na sv. horu Grabarku v Poľsku. Tretí deň putovania začínal ráno o 8 hod. sv. Liturgiou. Na cestu sa okolo 10:30 hod vydalo odhadom okolo 800 ľudí. Organizátori však kvôli novej trase pobľúdili. V ten deň, ako som sa neskôr dozvedel, sme prešli asi 35-40km. Okolo 21. hod začali vyčerpaných ľudí k chrámu v cieľovej dedine zväzť autobusy, autá a dokonca aj sanitky, ktoré zorganizovali tamojší veriaci a organizátori. V ten deň nás do cieľa došlo okolo 22:30 hod len asi 150 ľudí. Tým cieľom v tmavej noci bol vysvietený chrám, ktorý mi v tej chvíli pripomínal maják v prístave. A ja nikdy nezabudnem na ten radosný pocit, ktorý nás sprevádzal, keď sme vstupovali za spevu duchovných piesní do tohto chrámu. V tom pocite nebola len radosť, že sme to s Božou pomocou v ten

deň dokázali, ale aj niečo viac. A nasledovali ďalšie 2 dni putovania (aj v hustom daždi, chladnom vetre), až prišla sv. hora Grabarka, obchod chrámu na kolenách... tieto pocity sú neopísateľné. Vtedy človek pochopí a precíti význam a zmysel putovania.

4. Je ročník, ktorý Ti najviac utkvel v pamäti?

Pravdu povediac, každý ročník prináša niečo špecifické a krásne. Ale takým výnimočným bol snáď rok 1999, v ktorom sme na našu 9.púť pozvali mládežníkov z poľského Bialystoku. Teraz trochu odbočím – v rokoch 1996 až 1999 som sa s našimi mládežníkmi zo Stropkova zúčastňoval nádherných niekoľkodňových pútí na sv. horu Jawor (pútnické miesto neďaleko našich hraníc) v Poľsku. Tam sme postupne spoznali množstvo



poľských mládežníkov. Na ich pozvanie sme sa v auguste 1999 zúčastnili aj spomínanej púte na sv. horu Grabarku. Pohostinnosť, ktorú nám preukázali, bola obdivuhodná. Z tejto púte sme odchádzali po mnohých stránkach nadšení. Organizácia práce a fungovanie poľského Bratstva, organizácia samotnej púte, sprievodný program pre nás – zahraničných hostí – to všetko ma ohromne motivovalo, povzbudilo a inšpirovalo aj v organizácii našej púte. A napr. aj pre iniciovanie obnovenia vydávania nášho časopisu Istina, ktoré som inšpirovaný poľským mládežníckym časopisom „Bratczyk“ a „Arche“ ako viceprezident Bratstva práve v roku 1999 začal presadzovať. Ale vráťme sa – už počas tejto púte som našich poľských hostiteľov pozval k nám na púť do Ladomirovej. A s Božou pomocou sa to podarilo a k nám vtedy prišlo na niekoľko dní 12 mládežníkov z Poľska. Tiež veľmi rád spomínam na rok 2002, keď sa vďaka bratovi Danielovi Podhajeckému podarilo pozvať na 12. ročník o. Alexeja s asi 12 mládežníkmi z Bieloruska. Tiež 26. ročník, keď sme na púti vďaka o. Petrovi Savčakovi mali aj mníchov zo srbského monastiera Kovilj. To sú pre mňa asi najпамätnejšie ročníky. Ale výnimočnými bolo aj niekoľko posledných ročníkov. Vďaka čomu? Vďaka počtu rodín s malými deťmi. Bohu sláva, keď človek vidí po rokoch opäť prichádzať na púť tých, ktorí 15-20-25 rokov naspäť boli účastní púti ako mládežníci a teraz prichádzajú už so svojimi deťmi. Je to skutočne duchovná radosť.



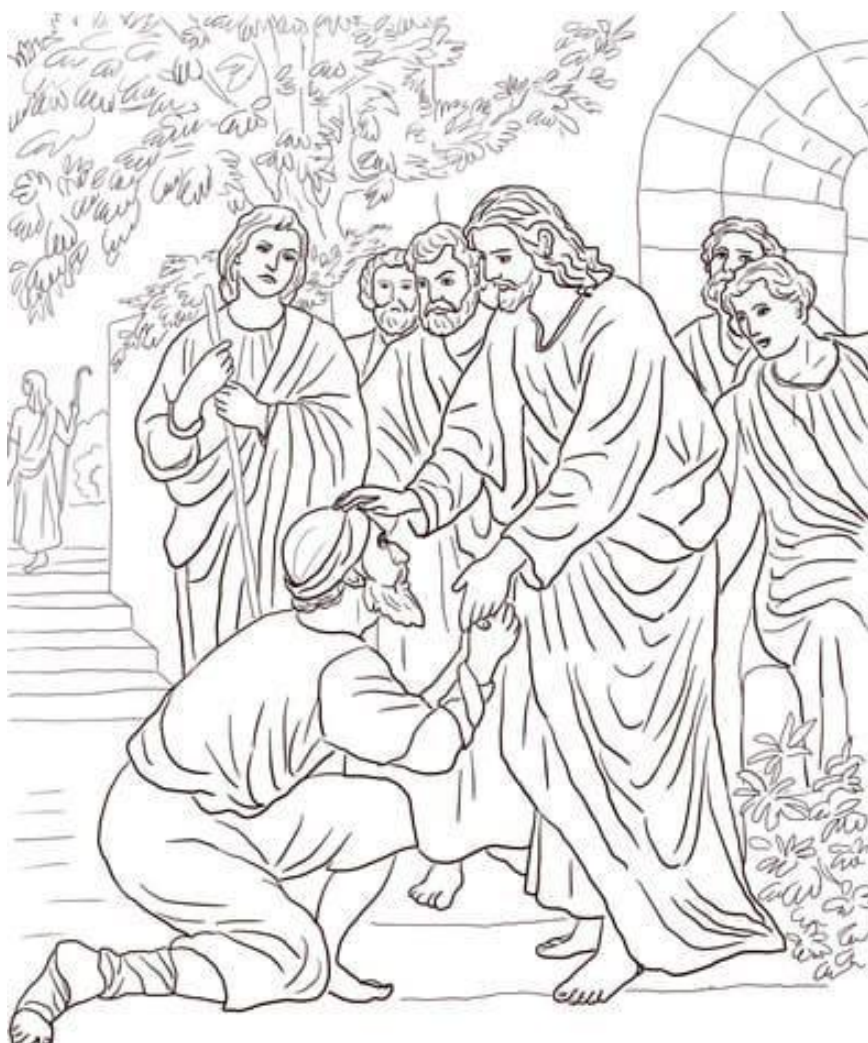
5. Je spomienka, spojená s púťou, ktorá Ťa vždy rozosmeje?

Áno, napr. keď sa manželky naša 5-ročná dcéra už na konci Stropkova spýtala: „Mamka, to už o chvíľu bude Ladomirová, že?“ :-) :-) :-) (a do Ladomirovej ešte 14 km).

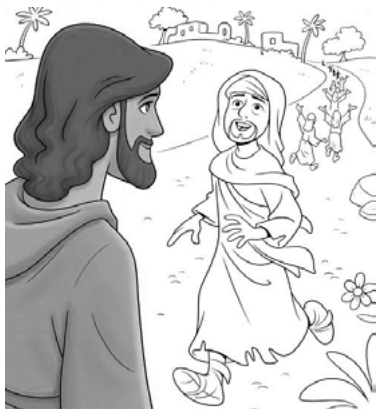
Ak Boh pomôže, tak v tomto roku nás čaká jubilejný 30. ročník. Prezradím, že téma v tomto roku bude venovaná spomienke na život a dielo nedávno zosnulého starca Efréma Arizonského, s ktorým sa ešte na Sv. hore Atos osobne stretol aj Prof. Ján Zozulák, ktorý prijal pozvanie na tohtoročnú púť a príde nám ho priblížiť. Preto pozývame všetkých, ktorým to zdravie a okolnosti dovoľia a ktorí chcú duchovne posilniť nielen seba, ale aj ostatných, aby ste využili túto príležitosť a nelenili priniesť Bohu s láskou trochu svojej námahy.

O VĚČKA 9

DESAŤ MALOMOCNÝCH



DESAŤ MALOMOCNÝCH



Isus sa vydal na cestu do Jeruzalema. V dedine, ktorou prechádzal, stretol desať malomocných. Zďaleka zastali a kričali: „Isus, Učiteľ, zmiluj sa nad nami!“ Isus k nim pristúpil a povedal: „Chod'te, ukážte sa kňazom!“ Poslúchli Ho a odišli. Ako kráčali ku kňazom, Isus ich uzdravil. Veľmi sa radovali a celkom zabudli na Isusa. Len jeden z nich sa

vrátil, aby sa Isusovi poďakoval.

Keď Ho zbadal, pokľakol si k Jeho nohám. „Ďakujem Ti, Pane. Ty si ma uzdravil.“ „A kde sú ostatní?“ spýtal sa ho Isus. „Ty si cudzinec, a predsa si sa ako jediný vrátil, aby si sa Bohu poďakoval. Teraz chod'. Tvoja viera ťa uzdravila.“

VIERA KANAÁŇČANKY

Raz prišla za Isusom akási Kanaánčanka. „Pane, prosím Ťa, zľutuj sa nado mnou! Moju dcéru veľmi trápi zlý duch.“ Isus jej však neodpovedal ani slovo.

Učenci pristúpili k Isusovi a prosili Ho: „Pošli ju preč, lebo kričí za nami.“ Ale On jej odvetil: „Ja som poslaný iba k ovciam strateným z domu Izraela.“ Žena sa Mu poklonila a prosila Ho: „Pane, pomôž mi!“

Isus jej odvetil: „Nie je dobré vziať chlieb deťom a dať ho šteňatám.“ „Áno, Pane, ale aj šteňatá jedia odrobinky, čo padajú zo stola ich pánov.“ Isus sa pousmial a povedal jej: „Žena, veľká je tvoja viera! Nech sa ti stane, ako chceš.“ A od tej hodiny bola jej dcéra zdravá.



Učíme sa cirkevnoslovanský jazyk (CYRILIKU)

Ja, ja

Ѧ, ѧ

Ja, ja

Ѧ, ѧ

Ѧ ѧ Ѧ ѧ

SLOVNÍČEK

SLOVO	VÝSLOVNOSŤ	VÝZNAM
ѦВЛОЊЬ	jablón	pomaranč, pomarančový strom
ѦВЛѦНІЄ	javlěňije	jav, zjavenie sa
ѦГОДІЦА	jahodíca	vinič, stravec hrozna
ѦЗВА/ѦЗА	jázva / jázja	rana, jazva, štrbina / nemoc, choroba
ѦЗЫКЪ/ѦЗЫКЪ	jazyk	jazyk, reč / kmeň, rod
ѦРОСТЬ	járost'	hnev, zlosť

Úlohy pre škôlkarov

- *Isus uzdravil 10 malomocných, ale len jeden z nich sa vrátil k Isusovi, aby Mu Doplň správne slovo a vyfarbi ho.*

NAVARIL

ZAPLATIL

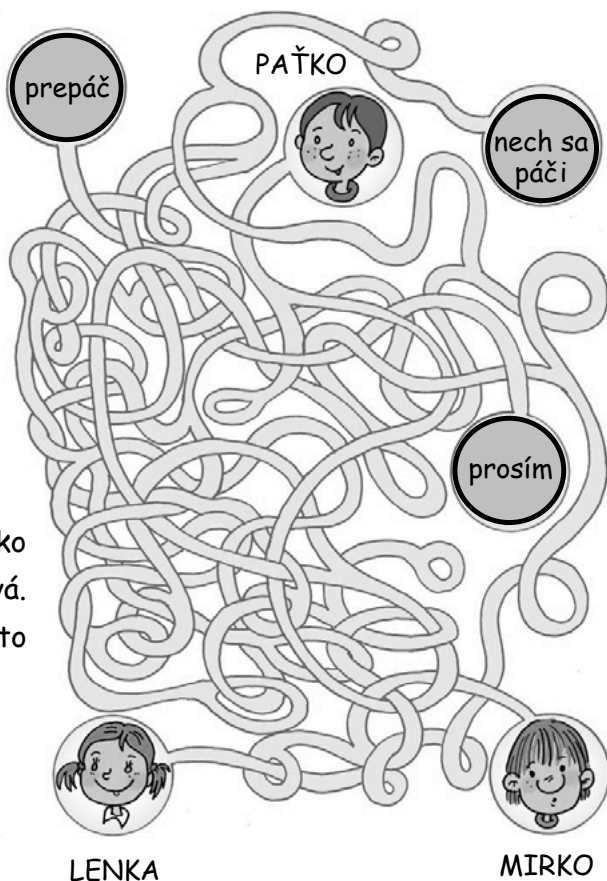
ZASPIEVAL

POĎAKOVAL

ZAMÁVAL

- Každý z nás môže vysloviť slová, ktoré človeka potešia, urobia mu radosť a zohrejú ho pri srdiečku. Medzi tieto slová patrí aj slovo **ĎAKUJEM**.

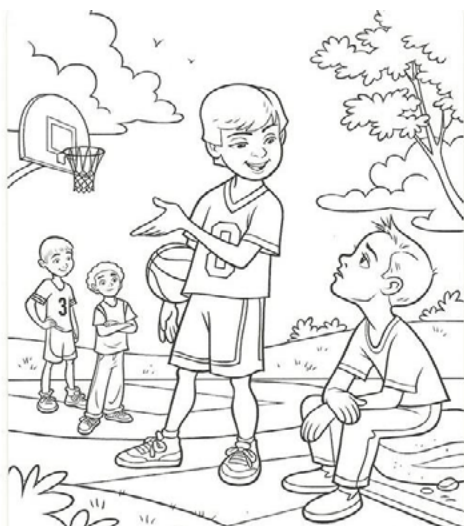
Lenka, Mirko a Paťko poznajú ďalšie pekné slová. Pomocou bludiska zisti, kto vyslovil aké slovo.



Čo je to modlitba?

Je to náš rozhovor s Bohom, naším Stvoriteľom. Môžeme Mu povedať všetko, čo nás trápi. On vypočuje každú našu prosbu. A ak to, o čo prosíme, bude prospešné pre našu spásu, určite nám to splní. Deti, nezabudnime Bohu aj ĎAKOVAŤ. Za Jeho lásku a starostlivosť.

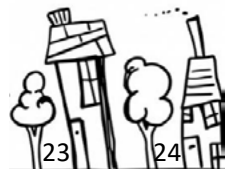
- Prezri si obrázky a vyfarbi tie, na ktorých niekto niekomu d'akuje. Skús porozprávať, kto komu d'akuje a za čo.



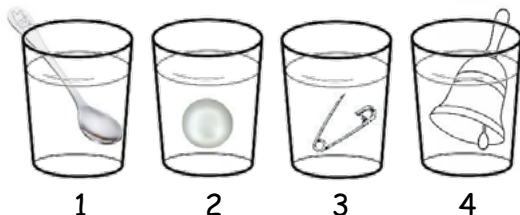
Úlohy pre školákov

➤ VYRIEŠ LOGICKÝ TEST.

Na ulici stoja domy očíslované od 1 po 24. Koľkokrát sa nachádza dvojka (2) v týchto číslach?



V ktorom pohári je najviac vody?

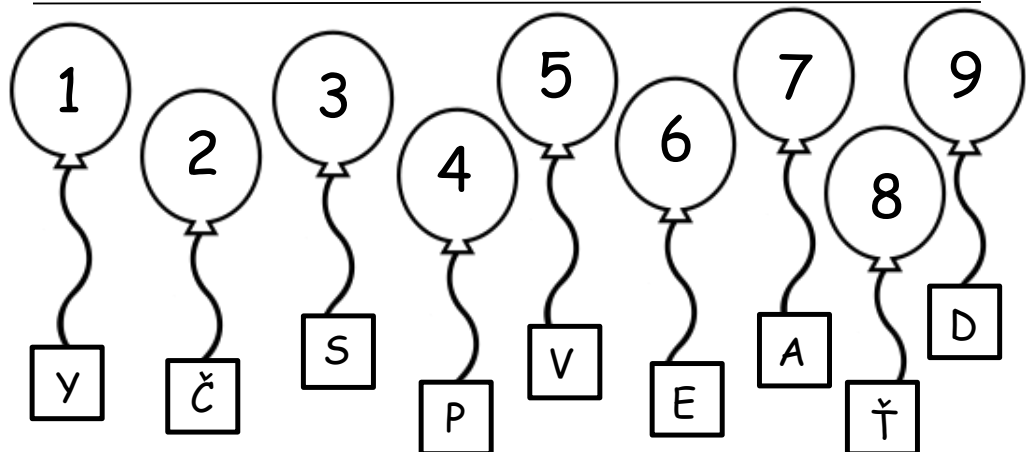
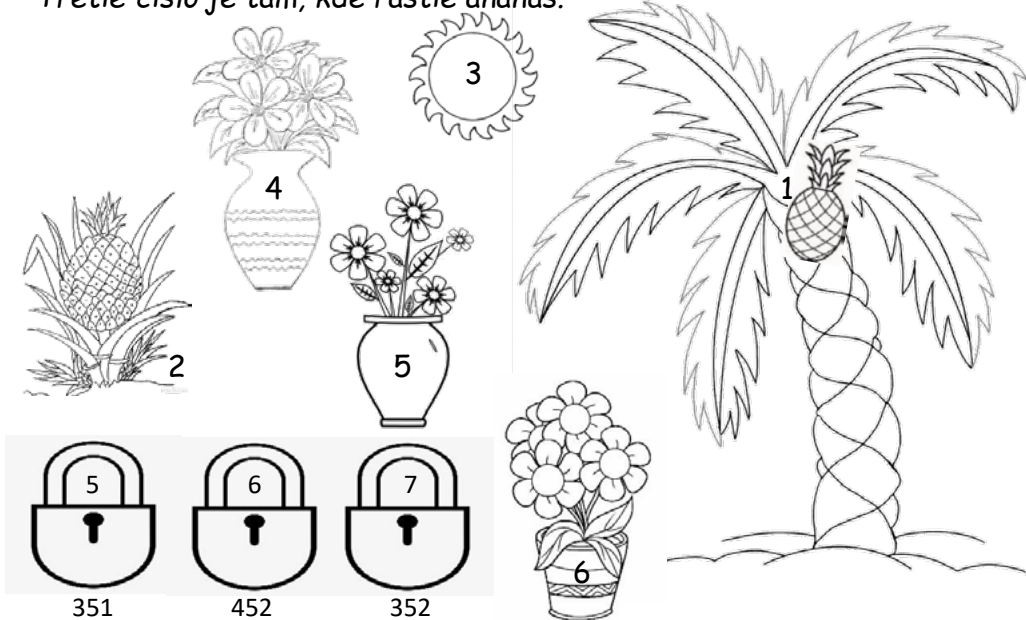


Na lúke vyrástli 2 dubáky. Na druhý deň ich bolo 2x viac. Na tretí deň ich bolo opäť 2x viac. Tak to pokračovalo 10 dní, až bola celá lúka pokrytá dubákmi. Na ktorý deň mám prísť zbierať dubáky, ak chcem nazbierať polovicu?



Keď som mala 8 rokov, moja mladšia sestra mala o polovicu menej. Teraz mám 10 rokov. Vieš, koľko rokov má moja mladšia sestrička?

Na ktorej kladke je správny kód?
 Prvé číslo je na najhorúcejšom mieste.
 Druhé číslo je tam, kde je najviac kvetov.
 Tretie číslo je tam, kde rastie ananás.



➤ Vyfarbi 5 balónov so svojimi správnymi odpoveďami a z príslušných písmeniak poskladaj a doplň slovo:

Isus uzdravil _ _ _ _ _ malomocných.

Žena Kanaánčanka prosila Isusa o pomoc. Jeden z 10 malomocných prišiel Isusovi poďakovať. Takto sa s Isusom rozprávali.

Aj my sa môžeme rozprávať s našim Hospodinom. Prostredníctvom modlitby. Naša modlitba môže byť **prosebná**, kedy potrebujeme od Boha pomoc, **d'akovná**, kedy Mu chceme za niečo poďakovať, alebo **oslavná**, kedy oslavujeme Jeho všemocnosť.

- Prečítaj si nasledujúce tri modlitby a skús určiť, aká modlitba je prosebná, aká je d'akovná a aká je oslavná.

БЦѢ ДѢО, РАДѢНЦА, БЛАГОДѢТНАА МІРІЕ,
ГДЪ ИЗ ТОБОЮ: БЛГОСЛОВЕНА ТЫ ВЪ ЖЕНАХЪ,
И БЛГОСЛОВЕНЪ ПЛОДЪ ЧРЕВА ТВОЕГѠ,
КАКО ЕПСА РОДНАА СІИ ДШЪ НАШНХЪ.

Pán a Vládca môjho života, nedaj mi ducha prázdnoty, sklúčenosti, panovačnosti a prázdnovravnosti. Daruj mi, svojmu služobníkovi, ducha čistoty, pokory, trpezlivosti a lásky. Pane, Kráľu, daj, aby som videl svoje hriechy a neodsudzoval svojho brata, lebo si požehnaný na večné veky. Amen.

Ďakujem Ti, Christe Bože náš, že si nás nasýtil svojimi pozemskými blahami; učiň nás hodnými aj Tvojho Nebeského kráľovstva, lebo tak ako si prišiel medzi svojich učeníkov, Spasiteľu, a daroval si im pokoj, príd' aj k nám a zachráň nás.

Amen.

Zo starých kódexov: východná modlitba pravoslávneho pápeža

Videli ste niekedy krosná? Že sa pýtam! Na rôznych jarmokoch ešte vídať krojované babičky za starým tkáčskym strojom. Čo má spoločné tkanie látky a písanie textov? Latinské slovo *textus*, z ktorého slovenčina zdedila termín text, pochádza zo slovesa *texere*, čiže tkat'. Dávni gramatici si písanie predstavovali ako tkanie súkna, či ako navliekanie korálikov na niť Pravdy.¹

Vzácnou látkou, utkanou zo slov Božích i ľudských, je modlitba. Autor knižky zvanej *Sacramentarium gelasianum* bol takýmto slovným tkáčom: priadol usilovne ako pavúček.² Tento prameň, manuskript³, je bohoslužobnou knihou, ktorú odborná verejnosť považuje za druhý najstarší prameň k štúdiu kresťanskej liturgie⁴, ako sa vyvinula na Západe dávno pred smutným rozkolom z roku 1054, ktorý odťal suchú ratolesť, ale srdce nezabil.

Znie vám slovo *sacramentarium* tajomne? Tak nahliadnime za oponu. Sakramentár pomenúva starolatinskú zbierku liturgických textov, ktoré patria iba do úst kňaza. Modlitby, ktoré prednáša napríklad diakon alebo ľud, tu (až na maličké výnimky) chýbajú. Z obsahového hľadiska je sakramentár, zjednodušene povedané, kombináciou liturgikona (služebníka) a euchológia (trebníka). Nájdeme v ňom kňazské formuláre potrebné k sláveniu eucharistie, ale aj modlitby sprevádzajúce udeľovanie svätých tajín, sviatostí. A práve slovo sviatosť, v stredovekej latinčine *sacramentum*, dalo knihe svoj názov.

Slovenský preklad „sviatosť“ je nepresný. Keď by sme mali stroj času a spýtali by sme sa starého Rimana, čo je to *sacramentum*, odpovedal by: vojenská prísaha vernosti. Aj kresťania, prichádzajúci k tajinám, pečatujú svoj vzťah k Bohu neviditeľným *sigillum fidelitatis*, znamením vernosti⁵ ako vojaci Božieho kráľovstva. Rímske právo pozná termín *sacramentum* v podobe finančného depozitu, ktorý v antike skladali obe strany súdneho sporu ako prejav vzájomnej dobrej vôle (*bona fide*). Výherca spo-

1 *Textus* je čosi utkané, tkanina. V slovenčine sa stretávame tiež s pojmom textúra. Textúrou voláme vnútornú štruktúru, napríklad vzor hornín a nerastov. Aj toto slovo nám zanechali tkáčski remeselníci, ktorí textúrou nazývali „výplet“ látky, usporiadanie vzorov a nití.

2 Pavučina sa po latincky povie *texta aranea*. Opäť vnímame súvislosť s „naším“ slovom *text(us)*.

3 rukopis

4 Ak je *Sacramentarium gelasianum* druhou najstaršou bohoslužobnou knihou orthodoxnej liturgickej praxe Západu, ktorá je staršia? Prvenstvo patrí kódexu objavenému v tmavom kúte dejín Kapitulárnej knižnice katedrály v talianskej Verone. Zvedavé oči učencov ho mohli opäť obdivovať až v prvých desaťročiach 18. storočia, kedy veda a textová kritika už dokázala oddeliť zrno od pliev. Dovtedy bol považovaný za stratený (žeby Božia prozretelosť skryla knihu pred heretikmi?). Volá sa *Sacramentarium leonianum* podľa pápeža svätého Leva Veľkého (Dvojeslova), ktorý odovzdal dušu Pánovi v roku 461. Kniha obsahuje modlitby, ktoré podľa tradície zostavil práve on.

5 Slovo *sigillum*, pečať, je symbolom sily a záväzku (dávne pečate mali tvar prsteňa). Ešte v pohanstve boli malou soškou bôžika (*sigillum*), nazývanou tiež *signum*, čiže znamenie. To, čo bolo zaznamenané, stávalo sa v ľudských očiach večným. Preto aj samo písmo malo posvätný význam. Dokázalo premeniť nestály piesok myšlienok na trvalý a nedotknuteľný diamant.

ru dostal svoju vloženú sumu peňazí späť, ale porazený ju musel kajúcne obetovať štátu na financovanie náboženských obradov. Dôvod treba hľadať v antickom chápaní prísahy ako duchovného puta. Ak sa v súdnom konaní dokázalo, že ktosi jedná protizákonne, znamenalo to, že jeho prísaha (umocnená depozitom) bola falošná. Kto krivo prisahal, previnil sa voči nebesiam.

Stredoveké latinské kresťanstvo nie bezdôvodne „pokrstilo“ starobylé slovo *sacramentum*. Každodenne skladáme Bohu „depozit“ v podobe svojich skutkov. Latinská strana pravoslávnej Cirkvi chce zdôrazniť, že sviatosť je múdra prísaha a večný znak vernosti. Gréci a Slovania v slovách *mysterium* a *tajina* oproti tomu podčiarkujú tajomný charakter sviatosti ako Božieho daru, ktorý je našim očiam neviditeľný a presahuje kognitívny potenciál človeka.

Neviditeľné puto svätej vzájomnosti medzi Západom a Východom inšpirovalo dávneho pápeža z 5. storočia Gelasia, aby skomponoval modlitbu, ktorá akoby z oka vypadla našim ekténiám. Áno, *Sacramentarium gelasianum* nesie meno práve po tomto rímskom patriarchovi. Narodil sa v krajoch blaženého Augustína v severnej Afrike a na petropavlovskú katedru⁶ zasadol v marci 492. Počas svojej služby sa musel boriť s rozkolmi a s nezmyselným politickým bojom vo vnútri Cirkvi aj mimo nej.⁷ O to vrúcnejšie pôsobí modlitba orthodoxného rímskeho biskupa za pokoj. Jej slová môžeme zobkať ako vtáčiky aj dnes.

Z formálneho hľadiska je *deprecatio gelasiana*⁸ syntézou prosieb z byzantskej veľkej ekténie, zo „suhubej“ (vrúcnej) ekténie po čítaní Evanjelia, z ekténie za katechumenov i z prosebnej ekténie, ktorej účinok spečatujeme slovami *Podaj, Hospodi* (po latinsky *concede* alebo *præsta, Domine*). Pápež Gelasius vyberá z týchto ekténií dvadsať prosieb⁹ a zdobí ich zlatými kvetmi poézie. Po každej z nich nasleduje grécke *Kyrie, eleison* alebo latinské *Domine, miserere*¹⁰, čo zodpovedá slovanskému *Hospodij, pomiluj*.

„Vravme všetci: Hospodine, vypočuj nás a zmiluj sa.“ Týmito slovami pápež

6 Raná latinská Cirkev odvodzovala svoju autoritu od oboch apoštolov, Petra i Pavla, rovnako (augmentatívny dôraz na osobu svätého Petra je výsledkom krivej križovatky dejín, na ktorej mnohí teológovia havarovali...). Traduje sa, že bazilika svätého Pavla za hradbami Večného mesta (San Paolo fuori le mura) vyrástla nad hrobom tohto apoštola a v dobe svojho posvätenia rozmermi presahovala pôvodný svätopeterský chrám vybudovaný Konštantínom Veľkým (renesanční katolíci ho zbúrali, aby na jeho mieste postavili súčasný barokový kolos). Dodnes stojaca Bazilika svätého Pavla je kamenným svedkom lásky rímskeho ľudu k tomuto rozsievateľovi Slova. Latinské ústa ho preto nazvali apostolus gentium, apoštol (pohanských) národov. Zdá sa, že úcta k svätému Pavlovi v Ríme v niektorých aspektoch zatieňovala rybára svätého Petra!

7 Pápežovi Gelasiovi I. sa podarilo odstaviť na slepú kolaj dejín divoký februárový pohanský sviatok Luperkálií, počas ktorého muži šľahali ženy remienkami z kože obetovaných zvierat.

8 Nadpis textu v slovenskom preklade znie: Modlitba, ktorú ustanovil pápež Gelasius, aby sa spievala v celej všeobecnej Cirkvi. Zaujímavosťou je, že Gelasius zdobí Cirkev prívieskom *universalis*, univerzálna (termín *catholica* sa užíval synonymne). Latinské *deprecatio* označuje vrúcnu modlitbu za odvrátenie niečoho zlého.

9 „Hlavných“ prosieb je osemnásť, rámuje ich úvodná a záverečná aklamácia (zvolanie).

10 Grécke a latinské texty sa v pravoslávnom Ríme dopĺňali, používali sa paralelne, ako dve ruky toho istého tela.

Gelasius otvára svoju „univerzálnu ekténiu“.¹¹ Prvá prosba je namierená voči ariánskej heréze: „S dušami plnými dôvery vzývajte Otca Jednorodného, Syna z Božského Ploditeľa zrodeného a Boha Svätého Ducha. Kyrie, eleison.“ Gelasius v súlade s učeníom otcov zdôrazňuje konsubstancialitu¹² osôb Svätej Trojice a pravdu, podľa ktorej zhromaždenie veriacich prednáša svoje prosby pred prestolom Trojjediného Boha.

Nasledujúce tri prosby venuje starobylý pápež blahu Cirkvi. „Nepoškvrnenej Cirkvi živého Boha ustanovenej na celom svete vyprosujeme hojnosť božských dobier.“ To je blízke veľkej ekténii, v ktorej sa spoločne modlíme sa „blahožitie“ Cirkvi¹³. „Za sväté kňazstvo veľkého Boha¹⁴, za služobníkov svätého oltára a za všetok ľud uctievajúci pravého Boha pokorne prosíme Hospodina.“ pokračuje pápež Gelasius. „Pre všetkých, ktorí správne zvestujú slovo Pravdy¹⁵, osobitne vyprosujeme mnohotvárnosť múdrosti Boha Slova.“ Úvodný súbor modlitieb za Cirkev Gelasius ukončuje prosbou za mníšstvo: „Za tých, ktorí sa pre nebeské kráľovstvo očisťujú myslou i telom, a ktorí sa duchovne namáhajú v pote tváre, prosíme štedrého Darcu duchovných darov.“¹⁶

Predstavili sme si prvých päť prosieb z ekténie pápeža Gelasia, autora väčšiny textov Gelasiánskeho sakramentára. Pokračovanie prekladu tejto modlitby (utkanej v 5. storočí na krosnách pravoslávneho Západu) nájdete na stránkach ďalšieho čísla Istiny. V pokračovaní sa zamyslíme nad osudom sakramentára, ktorý nás zavedie k misionárovi svätému Bonifácovi i na dvor Karola Veľkého.

Spracovala: Mgr. Lucia Laudoni, PhD.

Zdroj:

Text Gelasiovej litánie (ekténie) cirkuluje vo viacerých latinských antológiách. Zvolili sme si transkripciu modlitby z pera anglosaského mnicha z 8. storočia Alcuina z Yorku. Flaccus Albinus Alcuinus bol opäť (igumenom) monastiera svätého Martina v Tours, kde viedol chýrnu kláštornú školu. Gelasiov text v Alcuinovej redakcii je zdigitalizovaný na internete: <http://monumenta.ch/latein/text.php?tabelle=Alcuinus&rumpfid=Alcuinus,%20Officia%20per%20ferias,%20%20%20p48&level=3&domain=&lang=0&links=&iframe=1&links=1&hide_apparatus=1>

11 Latinské dicamus omnes exaktne zodpovedá cirkevnoslovanskému rcem vsi, ktorým začíname „suhubú“ ekténiu s trojitým Domine, miserere.

12 jednopodstatnosť

13 O blahostojaniji svjatych Božijich cerkvej, v latinčine pro (bona) stabilitate.

14 So spojením veľký Boh (magnus Deus) sa stretávame v liturgickej aklamácii kňaza: I da budut milosti velikaho Boha. Pápež jednoznačne čerpal živú vodu z východnej studne.

15 Prvé slová gelasiánskej prosby evokujú formuláciu pravo pravjaščich slovo tvojeja istiny, ktorú pozná každý aktívny účastník pravoslávnej liturgie (je to súčasť komemorácie hierarchov po mariánskom hymne Dostojno jest). Gelasius píše to isté v latinčine: pro recte tractantibus verbum veritatis.

16 Východná služba spomína na mníšstvo tiež v „suhubej“ ekténii: Ješče molimsja o... svjaščennomona-sich i vsem vo Christi bratstvi našem. Východnú príchuť má aj akuzatív largitorem spiritalium munerum (darcu, rozdávatela duchovných darov). Stačí sa pozrieť na modlitbu k Svätému Duchu Carju nebesnyj. Je krásne, že pápežom Gelasiom zvolené slovo munus (v genitíve munerum) značí dar, povinnosť aj službu v jednom.

Svätý nový mučeník Gorazd, biskup český a moravsko-sliezsky 22. 8. / 4. 9. / 15. 6. / 28. 6

Svätý nový mučeník Gorazd, svetským menom Matej Pavlík, sa narodil 26. mája 1879 v dedine Hrubá Vrbka. Po ukončení základnej školy a gymnázia nastúpil na rímskokatolícku bohoslovec-kú fakultu v Košiciach. Už ako študent navštívil Kyjev, kde mal možnosť spoznať krásu Pravoslávia a jeho duchovný odkaz. V roku 1902 ukončil štúdium na bohosloveckej fakulte a následne bol v olomouckom katolíckom chráme sv. Václava vysvätený na kňaza.

Po skončení vojny o. Matej ťažko ochorel a prišiel vtedy takmer o zrak. Dlhú dobu musel zostať v nemocnici; závažnosť jeho zdravotného stavu spôsobila, že aj napriek svojmu mladému veku odišiel čoskoro do penzie. 11. októbra 1920 o. Matej oficiálne vystúpil z rímsko-katolíckej cirkvi a pripojil sa k novovzniknutej Československej cirkvi so zámerom obhájiť v nej pravoslávny smer a cez ňu sa zjednotiť s Pravoslávnou cirkvou.

Vďaka veľkému úsiliu o. Mateja prijal I. snem Československej cirkvi pravoslávnu etiku a vierouku. Na II. sneme bolo s konečnou platnosťou prijaté rozhodnutie o tom, že vierouka Cirkvi musí byť pravoslávna a bol vyslovený súhlas s ustanoveniami siedmich všeobecných snemov. Druhý snem okrem iného vydal rozhodnutie, že oficiálny názov cirkvi bude ČESKO-SLOVENSKÁ CIRKEV PRAVOSLÁVNA. V Srbsku 21. septembra 1921 prijal na Frušskej hore v monastieri Krušedol mníšsky postrih s menom Gorazd. 22.



septembra 1921 bol jeromonach Gorazd povýšený v monastieri Grgetek do hodnosti igumena. Už večer toho istého dňa bol igumen Gorazd povýšený vладыkom Dositejom v monastieri Chopov do hodnosti archimandritu. 25. septembra 1921 sa v belehradskom chráme sv. archanjela Michaela konalo biskupské svätenie.

Viedol vyčerpávajúci zápas s radikálnym krídlom takmer dva roky, pričom sa snažil ochrániť veriacich Československej cirkvi pravoslávnej pred herezou; sily na oboch stranách však boli zjavne nerovné. Napokon vystúpil z Československej cirkvi a začal znovu s organizáciou Českej pravoslávnej cirkvi, teraz však ako eparchie Srbskej pravoslávnej cirkvi. Už na začiatku si vytýčil cieľ, aby každá cirkevná obec mala svoj vlastný chrám a cirkevný dom.

V priebehu každého nadchádzajúceho roka sa vладыkovi a veriaciim podarilo postaviť jeden chrám, či inú cirkevnú stavbu. Organizoval stavby chrámov pre jednotlivé cirkevné obce, spolu s veriaci-

mi pracoval priamo na ich stavbách, inú formu pomoci (napr. finančnú) realizoval tajne. Pod jeho vedením bolo od roku 1928 do roku 1942 postavených celkom 14 chrámov. V neúnavnej práci ho spre-vádzali neustále prekážky.

Jeho všestrannosť na poli cirkev-nom bola obdivuhodná, najviac zo všet-kého bol biskupom - misionárom: keď prišiel do niektorej cirkevnej obce, veľmi úzko sa s ňou zžil, pobudol s veriacimi i niekoľko mesiacov a snažil sa navštíviť každú pravoslávnu rodinu. Súčasne s nábožensko - misijnou činnosťou pracoval usilovne tiež veľa v oblasti literárnej. Zostavil Zborník modlitieb a liturgických



spevov Pravoslávnej cirkvi, svoje najväčšie literárne dielo, ktoré malo slúžiť ku konsolidácii spoločného cirkevného spevu v tých farnostiach, ktoré nedisponovali profesionálnymi spevákmi. Prial si, aby si ľud skoro osvojil spev podľa zborníka, a sám jazdil po cirkevných obciach a vy-

učoval národ jeho základom. Aktívne sa tiež zúčastnil zasadnutia Synody srbskej cirkvi a roku 1930 bol menovaný členom misijného odboru.

Ani v dňoch okupácie neprestal vyvíjať svoju misionársku, náučno - literárnu a vlasteneckú aktivitu. Začal písať Životy svätých a s jeho požehnaním mohla byť začatá stavba chrámu Svätej Trojice v Čelachovicích na Hané. Roku 1940 bol vydaný Pravoslávny katechizmus, ktorý sám vytvoril. Vo svojich kázňach, listoch a článkoch vyzýval všetkých veriacich k plneniu svojich kresťanských a vlasteneckých povinností. 25. júna 1942 ho zatklo gestapo; vo väzení, v ktorom bol vystavený ťažkému mučeniu a výsluchom, zostal až do 4. septembra 1942.

Počas pravidelných výsluchov mu ani cez deň nebolo dovolené odpočívať. Skoro vôbec nejedol, lebo si pre svoju slabosť nestačil po celách rozváženia jedlo väčšinou ani nabráť, alebo ho dozorcovia od neho priamo odkopli. Život Gorazda bol plný utrpenia a završil sa mučeníctvom za Christa. Vojenský tribunál odsúdil biskupa Gorazda spolu s jeho najbližšími druhmi na trest smrti, ktorý bol vykonaný 4. septembra 1942 zastrelením v pražských Kobylysiach. Ostatky vладыky Gorazda boli spálené a vhozené do Vltavy.

Roku 1987 v katedrálnom chráme sv. Gorazda I. v Olomouci bol za veľkej účasti veriacich a duchovných kanonizovaný za svätého nového mučeníka Gorazda, biskupa českého a moravsko-sliezskeho. Pamiatka svätého vладыky Gorazda sa v Pravoslávnej cirkvi slávi 4. septembra.

Zdroj: zivotysvatych.blogspot.com

Spracovala: Zuzana Sadilková

Hlboký žiaľ alebo zázrak svätej Ľudmily Českej

Každý rok 29. septembra prichádzajú do Chrámu sv. Nikolaja v Kotelníkách stovky žien menom Ľudmi-

Potom ho zabili. Podlo. Nožom pred bránou domu. Útočníkov nenašli. Čo od neho chceli? Nikdy pri sebe viac ako 300 rubľov nenosil. Vždy si peniaze ukladal do krabičky doma v skrini. Nemal veľa peňazí, no zarobil si ich sám a čestne.



la. Mošči svätej Ľudmily sa nachádzajú v tomto chráme. Medzi nami môžeme vždy nejakú z nich stretnúť. Veľmi dobre vedia, že im svätá Ľudmila vždy pomôže. Ľudmila číta akafist mučeníčke Ľudmile pred jej svätou ikonou. Vidno, ako sa jej potichu hýbu pery, v očiach má lúče svetla, nádeje a vďaky mučeníčke Ľudmile, ktorá ju nenechala samú s jej trápením.

Nešťastie Ľudmily sa začalo, keď pochovala svojho manžela. Bola to neskorá láska. Stretli sa, keď mala Ľudmila 48 rokov a on 50. Ľudmila a Viktor prežili spolu 5 rokov. Nikdy nebola taká spokojná a šťastná. Tešili sa z toho, čo mali, dokázali sa tešiť aj z úplných maličkostí. K svojmu šťastiu nepotrebovali veľa. Ľudka vedela šiť, pliesť, chutne varila. Žili spokojne a šťastne.

Ľudmile sa zrútil svet. Akoby niekto zhasol svetlo v jej živote. Ostala sedieť sama v tejto temnote. Prestal pre ňu existovať celý svet. Meravo sedela, prestala chodiť do práce, prestala sa obliekať, umývať sa, čistiť si zuby, prestala sa rozprávať s ľuďmi. Deti ani priatelia ju nemohli dostať z domu. Schudla 20 kg, z jej bytu bolo len tmavé miesto, zrkadlá boli pokryté čiernou látkou. Zostarla...

Raz v jeseni vošla k nej do bytu kamarátka Valentína. „*Tak, moja drahá, teraz sa oblečieme. Dnes mi v autobuse povedali, že v Moskve je chrám, kde je ikona tvojej svätej - Ľudmily. Nikdy v živote som takú nevidela. Podí, pôjdeme k nej a poprosíme ju o pomoc. Pozri, si kost' a koža, chladničku máš prázdnu, už sa podobáš na čarodejnicu. Myslíš, že*

Vítovi sa to takto páči? Potrebuje tvoje modlitby za jeho dušu, a ty tu len sedíš a ľutuješ sa!"

Ľudmila ďalej sedela na posteli. Neľutovala sa. Hlavou jej prebehla myšlienka: „Nemôžeš mi rozumieť... Ľutuješ ma... Tvoj muž je živý. Nepochopíš ma...“ Nepodarilo sa jej dvihnúť Ľudmilu z miesta. Do chrámu šla predsa len sama.

Vrátila sa o tri dni. Vošla do bytu. Nič sa tam nezmenilo. „Bola som tam, - Valentína si začala rozopínať svoj kabát, - musela som nájsť ten chrám. Nevedela som, kadiaľ ísť. Je tam viacero chrámov. Pýtala som sa ľudí, posielali ma kade-tade. Nakoniec som ho našla. Neľutovala som to, je to krásny chrám.“

Zdalo sa, že Ľudmila nepočúva svoju veľavravnú priateľku. Valentína však uvidela po dlhom čase vedomý pohľad a záujem. Rozpovedala jej, čo všetko v chráme zažila, ako vlastne chrám vyzerá, ako našla ikonu a mošči svätej Ľudmily, ako sa modlila akafist a páčila sviečky. Knihu s akafistom priniesla aj svojej kamarátke. „Svätá Ľudmila bola tiež vdovou. So slzami v očiach som sa modlila, aby ti pomohla. Ved' nie si jediná takáto na svete. Koľko žien už pochovalo svojich mužov a musia žiť ďalej. Nie je ti dnes trochu lepšie? Pod, prejdeme sa na čerstvom vzduchu.“

Ľudmila sa pozrela na kamarátku, akoby jej chcela niečo povedať. Smutne odvrátila pohľad a zase len meravo a bez slov pozerala. Valentína si myslela, že čochvíľa prelomí Ľudmilino mlčanie a trápenie. So zápalom začala rozprávať: „No, teraz ti tu trochu poupratujeme, umyeme podlahu, ty sa umyješ, budeš krásna!“ Ako to hovorila, začala zberať Ľudmiline veci z podlahy, rozťahla záclony, podišla

k zrkadlu a sňala z neho smútočné plátno.

„Nieee! Aaaa! Odíd!“ Ľudmila vyskočila a začala hystericky kričať, zatáhovala záclony, opäť zakryla zrkadlá. „Odíd! Nechcem ťa vidieť! Prečo? Nechaj všetko tak!“ Plakala tak clivo, len ťažko by ju niečo utišilo.

„Nie,“ pomyslela si Valentína, „nič jej už nemôže pomôcť. Tak sa zdá, že sa už chystá zomrieť. Chcela som jej dobre. Ani svätá Ľudmila nijak nepomáha. Vraveli mi, že rýchlo odpovedá na modlitby a prosby.“ Valentína stratila trpezlivosť. Obliekla si kabát a odišla.

Ľudmila nariekala od bolesti, smútku a neporozumenia. Neskôr sa trochu utišila, no stále ťažko vzdychala. Pred očami mala stále šťastné dni prežité s Viktorom, ktoré už absolútne nič ne-



mohlo vrátiť späť. Otočila hlavu, na stole ležala pohodená brožúra s akafistom. Otvorila ju niekde v strede: „*Rádujsja, jáko sirotám byla jesi máti i vdovícám pitá-tel'nica: rádujsja, jáko niščíim bylá jesi mí-lostivaja podátel'nica i obídímých bláhaja zaščít'nica.*“ - Sirotám a vdovám - čítala Ľudmila, - veď aj ja som vdova a sirota. Bez môjho Viktora už nemám nikoho na svete - hovorila si a ďalej čítala akafist.

Nasledujúce ráno sa Valentína prebudila na neutíchajúci zvuk zvončeka a buchot na dvere. Bolo pol 8. Ešte polhodinu si mohla pospať. Obliekla si župan a šla otvoriť.

„*Ľudka!*“ Za dverami stála Ľudmila, presnejšie len to, čo ostalo z jej kedysi veselej kamarátky Ľudky.

„*Válja*“ zachripela Ľudmila, lapajúc po dychu. Od toľkého sedenia zabudla chodiť. Po tom, čo vyšla pešo na 3. poschodie, už nemala silu.

„*Válja, kde je ten chrám? Pomôž mi dostať sa tam.*“ Valentína horlivo premýšľala. Dnes mali mať v obchode, v ktorom pracovala, kontrolu. Nemohla sa z toho vyvliecť. Ale ani kamarátku nemohla nechať len tak. „*Čo sa to stalo? Určite jej pomohla svätá Ľudmila,*“ pomyslela si.

Ľudmila sa nedala odbiť. Hovorila veľmi uchvátena a nástojčivo len o tom, že sa musí ísť pokloniť moščam svojej svätej. Valentína rozumela, že keď už raz svätá Ľudmila volá k sebe jej kamarátku, tak tam musí ísť. Avšak kontrolu v obchode zrušiť nemohla. Rozhodla sa teda napísať kamarátke na papierik adresu a dala jej podrobný nákres, ako sa dostať do chrámu. Aj keď už meškala do práce, odprevadila kamarátku na vlakovú stanicu.

Ľudmila vyšla z metra na ulicu. Jej

oči si opäť začali zvykať na denné svetlo. Šla veľmi opatrne. „*Alkoholička,*“ mysleli si okoloidúci, no Ľudmile bolo úplne jedno, čo si o nej ľudia myslia. Chcela sa len čím skôr dostať do chrámu. Bežnému zdravému človeku zaberie cesta od metra do Chrámu sv. Nikolaja v Kotelníkách 7-10 minút. Pre Ľudmilu to bola cesta života. Pri každom kroku vydávala veľkú námahu, jej svaly boli ochabnuté, slabé a nechceli ju počúvať. Po každých 20 krokoch musela zastaviť a trochu predýchať. „*Svätá Ľudmila, pomôž mi,*“ hovorila si v duchu. Pomaly prišla k chrámu.

Chrám bol prázdny. Nepotrebovala sa ani opýtať, kde sa nachádza ikona sv. Ľudmily, našla by ju aj so zatvorenými očami. Ľudmila stála dlho pred svätým obrazom Ľudmily Českej, dlho sa modlila a vylievala si pred ňou svoje srdce. Ako by vôbec nebola zoslabnutá, akoby stál niekto pri nej a pridržoval ju.

Neskôr Ľudmila hovorila, že bolo len ťažko uveriteľné to, že keď podišla k ikone s celým svojím zármutkom a trápením, pocítila teplo, ktoré šlo od svätej. Zrazu začala vidieť predmety okolo seba v plných farbách. Dovtedy videla všetko len tmavé. Pochopila, že jej milovaný Viktor za ňu vyprosuje modlitby, a ako egoisticky a hriešne sa správala. Myslela len na seba.

Z chrámu vyšla po niekoľkých hodinách už ako úplne iný človek. Vrátila sa do nášho sveta a dôstojne niesla svoj kríž. Do chrámu, kde sa zbavila svojho nešťastia, sa teraz snaží chodiť pravidelne, aspoň raz za mesiac pokloniť sa svätým ostatkom mučeníčky Ľudmily Českej.

Zdroj: pravoslavie.ru/82526.html

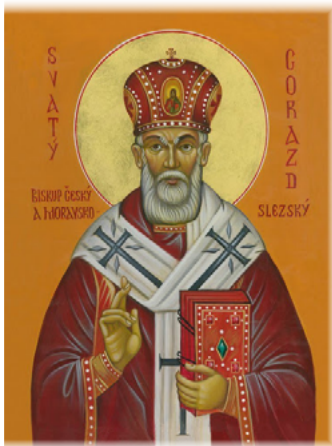
Spracovala: Martina Berezná



Modlitba ku svätej mučeníčke a kňaznej Ľudmile Českej

Ó svatá služebnice Kristova, kněžno a mučednice Ludmilo, prvosvětice země České a klenote sídelního města Pražského, vroucí naše přimlůvkyně před Hospodinem! Pohleď na nás, mnohými hříchy obtíženě, jak se ti pokorně koříme a modlíme se: nedopusť, abychom zahynuli v bažině hříchů našich, ale povznes prosebný svůj hlas k Hospodinu, aby se nad námi smiloval a daroval nám pokání. Ó nejhovívavější máti Ludmilo! Nezapomeň navštěvovat dítko svá, ačkoli ses od nás přenesla do nebeských příbytků, spolu se svým vnukem, svatým mučedníkem Václavem. Modlíme se k tobě, svatá babičko

ko Václavova: vypros i nám hříšným požehnání Boží pro naše děti i pro nás všechny, abychom i my, tolik hříšní, vzdali díky Hospodinu za dar jeho blahodati a abychom s tebou oslavili Otce i Syna i Svatého Ducha, i tvou velkolepou záštitu na věky věkův. Amen.



Modlitba ku svätému mučeníkovi a svätiteľovi Gorazdovi II.

Ó, posvěcená hlavo, předivný arcipastýři a Kristův mučednice, otče Gorazde! K tobě se utíkáme a prosíme tě my hříšní, otce dítky své milujícího: zasej do srdcí našich lásku, kterou jsi byl za svého pozemského života, k Bohu i lidem naplněn, co tě přivedlo, že jsi duši svou položil za druhy své. Nauč nás tebe následovat, Boha a bližních našich milovat, přikázání Boží plnit, abychom se stali skutečnými Božími dítkami a celým svým životem to v každý čas dokazovali. Vzhleďni milostivě na každou duši křesťanskou, milosti a pomoci Boží žádající. Buď v nemocech našich nám lé-

kařem, v zármutku utěšitelem, za všelike bídy a nouze vysvoboditelem. Za pomoc tvých svatých modliteb, nechť se i nám hříšným dostane věčné spásy i účasti v Království Božím. Svatý otče náš Gorazde, Kristův věrný služebnice a mučednice, neodvracuj tvář svou od modliteb a naděje naší, projev k nám i nyní milostivou pomoc a ochranu, abychom slavili a velebili lidumilnost Boží, divně skrze svaté své působící, Otce i Syna i Svatého Ducha, nyní i až na věky věkův. Amen.

Zdravotné benefity cíceru:

- znižuje cholesterol
- pomáha znižovať telesnú hmotnosť
- chráni pokožku
- posilňuje imunitu
- zlepšuje trávenie
- reguluje hladinu cukru v krvi
- dodáva energiu
- chráni nervový systém
- má skvelé antioxidantné účinky

Recepty z cíceru

Cícerovo-karfiolová polievka

Suroviny: sušený cícer alebo cícer z plechovky, karfiol, cibuľa, strúčik cesnaku, paradajka, olej, soľ, mleté čili, kurkuma, zázvor, rasca, bobkový list

Postup: Cícer deň vopred namočíme, na druhý deň ho v novej vode, do ktorej sme pridali bobkový list, uvaríme domäkka. Na rozpálenom oleji orestujeme cibuľu a cesnak, pridáme na drobno nakrájanú paradajku. Podusíme a vyberieme z panvice. Priamo do tej istej horúcej panvice dáme rascu a minútku opražíme. Pridáme ružičky karfiolu a orestujeme. Paradajkovo-cibuľovú zmes dáme do hrnca, zalejeme vodou a rozmixujeme. Vhodíme orestovaný karfiol, dochutíme kurkumou, zázvorom a čili korením a varíme, kým nie je karfiol mäkký. Nako-

niec pridáme cícer a prevaríme.

Hummus (cícerová nátierka)

Suroviny: 200 g sušeného cíceru, 2 lyžice sezamovej pasty tahini, lyžička olivového oleja, šťava z citróna, soľ, petržlenová vňať, mletá sladká paprika, strúčik cesnaku

Postup: Sušený cícer po namočení uvaríme do mäkka, pridáme trochu oleja a rozmixujeme do hladka. Ak je príliš hustý, ešte ho rozriedime vodou. Dochutíme tahini pastou, soľou, šťavou z citróna, pretlačeným cesnakom, mletou paprikou alebo petržlenovou vňaťou podľa chuti.

Cícerové guľky v kakau

Suroviny: 500 g uvareného cíceru, 3 lyžice arašidového masla alebo jablkového pyrė, 3 lyžice medu, ¼ hrnčeka rastlinného mlieka, 3 lyžice múky, 1/3 hrnčeka hrozienok/orieškov, 3 lyžice kakaa

Postup: Cícer s rastlinným mliekom a medom rozmixujeme ponorným mixérom dohladka. Pridáme ostatné ingrediencie okrem kakaa a zmiešame dokopy. Následne z hmoty tvarujeme guľky, ktoré obalíme v kakau. Uložíme ich do vzduchotesnej nádoby a skladujeme v chladničke.



Ďatelina ako liek

Ďatelina lúčna kvitne od mája do októbra. Kvety sú jedlé a dodajú sviežu chuť zeleninovým aj ovocným šalátom, s obľubou sa pridávajú do čajových zmesí. Vždy zbierame plne rozkvitnuté kvety bez známok odkvitania. Odstraňujeme z nich drobné lístky.

Zdravotné benefity ďateliny

Kvety obsahujú silice, flavóny, flavonoidy, glykozidy, vitamín C, E a vitamíny skupiny B. Z minerálov je významne zastúpený mangán, selén, horčík i zinok. Rastlina má vynikajúce dezinfekčné účinky, ktoré pozitívne pôsobia na tráviacu sústavu aj na prečistenie krvi. Zvonku sa využíva na dezinfekciu rán, pri hojení popálenín, liečbe ekzémov a vyrážok, pričom sa pridáva aj ako prísada do kúpeľov. Oplatí sa po nej siahnúť, keď si chceme dopriať detox, pretože pomáha zbaviť sa nežiaducich toxínov. Je účinným pomocníkom pri chudnutí. Uplatní sa aj pri kašli či zahlienení, kedy pomáha pri prečistení dýchacích ciest. Vtedy je vhodné popíjať čaj z kvetov alebo si pripraviť sirup. Ďatelina patrí tiež medzi tzv. ženské byliny. Vďaka obsahu estrogénnych látok pomáha pri ťažkostiach spojených s prechodom. Zmierňuje nepríjemné príznaky klimaktéria, ako sú návaly tepla či nespavosť.

Pozor na množstvo!

Vo väčšom množstve by sa ďateline mali vyhnúť malé deti, tehotné, dojčiacie ženy a tie, ktoré užívajú hormonálnu antikoncepciu. Nevhodná je aj pri niektorých onkologických ochoreniach, pre ľudí so žilovou trombózou či poruchami krvného tlaku.

Recept pre zdravie - Ďatelinový sirup

Potrebuje: veľký košík kvetov ďateliny, 1 kg kryštálového cukru, 2 l prevarenej a vychladnutej vody, 1 a pol lyžičky kyseliny citrónovej.

Postup: Do hrnca dáme kvety ďateliny, zasypeme ich cukrom, zalejeme vodou, pridáme kyselinu citrónovú, premiešame drevenou vareškou a na dva dni odložíme na chladnejšie miesto. Potom šťavu precedíme, z kvetov poriadne povytlačíme zvyšok tekutiny a za stáleho miešania privedieme tesne pod bod varu. Horúcim sirupom naplníme sklenené poháre, dôkladne uzatvoríme a otočíme hore dnom. Necháme vychladnúť. Sirup skladujeme v chlade a po otvorení v chladničke.



Zdroje: Časopis záhradkár- august 2020

Dvojstránku spracovala: Petra Kahancová

OBSAH

Akcie BPM.....	3
Liturgické okienko.....	7
Pravoslávna rodina.....	9
Blahoželenie.....	11
Rozhovor.....	12
Ovečka.....	15
Medzi Východom a Západom.....	23
Novodobí svätí.....	26
Súčasný zázrak.....	28
Modlitby.....	31
Pôstny receptár.....	32
Prírodná lekárň.....	33



Obálka: Pút' do Ľutiny, 2020

Strana 2: Tábor ICHTYS 2020, PCO Košice

Strana 35: Mládežnícky v monastieri Turkowice, Poľsko

Strana 36: Pút' do Ľutiny, 2020

ISTINA - Mesačník Bratstva pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS.

Redakčná rada: Jana Gubová, Daniel Havaj, Lucia Laudoni, Eva Kahancová, Petra Kahancová, Jana Kapraľová, Martina Berezna, Zuzana Sadilková, Natália Spišáková

Šéfredaktorka: Zuzana Petrovajová

Korektúra: Jana Gubová

Grafik: Jaroslav Smoleň

Technický redaktor: jerej Miroslav Guba

Pokladník: Anton Sorokáč

Ročník XXV/2020. 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 web: www.bpmorthodox.sk/istina

IBAN: **SK928330000002401561588**

Ročný príspevok 6 € + poštovné, uviesť krátke meno odosielateľa

Cirkevne schválené. Za obsah príspevkov zodpovedajú autori.

Uzávierka prijímania príspevkov je vždy 10. deň v mesiaci.

Dátum vydania: september 2020

Tlač: GRAFOTLAČ Prešov



