







## MEDZINÁRODNÝ DEŇ DETÍ V PREŠOVE

Sobota 18. júna 2022 sa niesla v duchu hier a zábavy na Pravoslávnej bohosloveckej fakulte Prešovskej univerzity v Prešove. Práve tam sa konal deň detí, ktorý zorganizovalo Bratstvo pravoslávnej mládeže na Slovensku-SYNDESMOS. Na tomto podujatí sa zúčastnili veriaci a mládež z celého východného Slovenska, najmä z Medzilaboriec, Ľubice, Spišskej Novej Vsi, Cejkova, Kašova, Michaloviec, Bardejova a z mnohých ďalších miest a obcí.

Celý deň začal modlitbou pri kríži, ktorý odslúžil dekan Pravoslávnej bohosloveckej fakulty prot. doc. ThDr. Štefan Pružinský, PhD. Pre detí bol pripravený veľmi zaujímavý zábavný program. Nechýbala súťaž v streľbe zo vzduchovky, futbal, volejbal, badminton a ping pong. Pre najmenších boli pripravené samostatné stanovištia na ktorých sa im venovali naši usilovní mládežníci.

Novinkou na tohtoročnom dni detí boli dva skákacie hrady, ktoré zabezpečilo Bratstvo pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS. Ďalšou z novínok bola súťaž kňazov z oboch eparchií našej miestnej pravoslávnej cirkvi vo varení gulášu. Práve aj táto aktivita pomohla k zblíženiu mladšej a zrelejšej generácie veriacich, utuženiu vzťahov medzi účastníkmi a nadviazaniu nových priateľstiev. Všetky tímy boli odmenené diplomami a pamätnými medailami.



Deti sa rovnako mohli oboznámiť s prácou hasičov. Svoje zložité poslanie nám aj priamo na mieste ukázali simulovaným zásahom hasenia požiaru penou, ktorá sa následne stala centrom zábavy pre deti.

Veľká vďaka patrí v prvom rade Hospodu Bohu za to, že sme sa v takom hojnom počte mohli stretnúť po dlhej dobe odlúčenia na našom tradičnom dni detí v Prešove, všetkým kňazom, ktorí sa zúčastnili na varení gulášu, mládežníkom, ktorí celý deň pripravili. Poďakovanie taktiež patrí aj našim sponzorom, najmä pani Ing. Ivane Niezňanskej z Medzilaboriec a pobočke Prvej stavebnej sporiteľne v Medzilaborciach. Aj na budúci rok pozývame všetkých zúčastniť sa tohto sviatku detí, rodiny, Pravoslávia.

## SPIŠSKÁ NOVÁ VES

Žijeme v dobe, nad ktorou najstaršia generácia len nechápavo krúti hlavou, kedy sa zlo a hriech legalizuje a základné morálne princípy, nehovoriac o spirituálnom spôsobe života, sa stávajú akousi staromódnou a odstrašujúcou stigmu pre ľudí, ktorí sa snažia žiť principiálne, vychádzajúc z učenia našej sv. Cirkvi. Možno vám hlavou prebehla otázka, prečo to spomínáme v našej rubrike. Pravdou je, že sme navštívili rodinku mladého otca duchovného, ktorý je spolu so svojou matuškou živým dôkazom toho, že aj napriek dnešnej „skazenej“ dobe sú ešte stále mladí ľudia, ktorí sa snažia žiť inak ako to ponúka dnešný svet.

Zavítali sme do jedného z najkrajších regiónov východného Slovenska – na Spiš, konkrétne do mestečka Spišská Nová Ves. Tu býva o. Nikolaj Pružinský spolu so svojou rodinou, matuškou Beátkou a ich dvoma malými synčekmi. Radosne nás privítali a usadili k chutnému pôstnemu obedu. Hneď ako sme prišli, nás pri obede prekvapila atmosféra, ktorá v sebe niesla čaro príjemného pokoja, ktorý však nebol len preto, že spali deti, ale bol akousi prirodzenou súčasťou tejto mladej rodinky. Rozhovor sme začali otázkami o nových farnostiach - Závadka, Smolník, Kojšov a Gelnica, ktoré o. Nikolaj dostal krátko po svojej kňazskej vysviacke na dočasný zástup.

Mnohokrát sa hovorí len o kňazoch, avšak pravda je taká, že kňazi by to mali bez matušiek omnoho ťažšie. Na príklade o. Nikolaja a matušky Beátky sme videli, akou dôležitou, neodmysliteľnou a prirodzenou súčasťou vzťahu by mala byť vzájomná pomoc jeden druhému,

rešpektovanie, podpora a zmena zmysľania z „ja“ na „my“. Je krásne, keď muž pomáha svojej žene naplno plniť rolu matky, avšak okrem toho ju podporuje aj v jej osobnom rozvoji, pretože už teraz si uvedomuje, že skutočnosť, že rola



matky

v tak intenzívnej a praktickej podobe je tiež len dočasná. A je krásne, keď je žena svojmu mužovi oporou, múdрым radcom a pri tom všetkom pokornou a milujúcou ženou a matkou. Nevedeli sme si predstaviť, ako môže mladý, v mnohom ešte neskúsený kňaz mať odrazu štyri farnosti, popri tom učiť a pomáhať doma... Ako môže matuška stíhať pri dvoch malých deťoch mať navarené, upratané a pritom



sa učiť do školy a byť na každej bohoslužbe. Po návšteve sme to však pochopili. Na všetko sú dvaja. Všetko robia spolu. Vždy, keď o. Nikolaj s matuškou Beátkou hovorili o ich farnostiach alebo osobných povinnostiach, hovorili pri tom „my“. A vďaka tomu to takto ukážkovo a príkladne zvládajú.

Netrvalo dlho a detský hlas sa striedavo s našou debatou niesol celým domom. Jakubko a Paľko sú ešte naozaj malí. A tí, ktorí mali dočinenia s deťmi, vedia, že je úplným štandardom prezliekať

## na trangači

deti aj desaťkrát v priebehu desiatich minút. A nebolo tomu inak ani v tomto prípade. Očarila nás však matuškina nekonečná trpezlivosť, keď dokázala s absolútnym pokojom prezliecť malého Jakubka asi päťkrát za sebou bez akéhokoľvek náznaku podráždenia či neochoty.

Keď sme sa matušky opýtali, ako vníma štúdium na Pravoslávnej bohosloveckej fakulte, povedala jednu krásnu myšlienku: „Okrem toho, že mi PBF dáva vedomosti, ktoré môžem prakticky aplikovať napríklad v podobe cirkevného ži-

vota, vnímam ešte toto štúdium ako ďalšiu z mnohých spoločných aktivít, ktoré môžeme robiť spolu s o. duchovným.“ Nie je snáď nič krajšie, ako keď sa muž a žena snažia vo všetkom nájsť spoločnú záľubu, ktorá ich spája a zároveň obohacuje.

Pri tom, ako sme sa rozprávali o mnohých ďalších zaujímavých témach však už pokročil čas a keďže otec Nikolaj išiel slúžiť, museli sme sa pomaly rozlúčiť. Napriek tomu sme odchádzali s plným batohom pokoja a radosti, ktorej má táto milá a krásna rodinka hojne, aj na rozdávanie. A znova sme sa vďaka otcovi Nikolajovi a matuške Beátke utvrdili v tom, aké dobré a príkladné kňazské rodiny ukrýva naše okolie. A na záver našej rubriky spomenieme myšlienku prepodobného Serafima Sarovského, ktorá výstižne opisuje to, čo sme videli a zažili: „Nájdí pokoj vo svojej duši a okolo teba sa spasia tisíce ľudí.“

**Istinkáči**



## SOBÁŠ

(pokračovanie) Ak sa manželia ničoho neboja, teda nemajú posvätný cit zodpovednosti pred Bohom, jeden pred druhým, svojimi blízkymi, pred štátom a celým svetom, je tu veľká pravdepodobnosť, že sa nebudú báť ani zničiť rodinu – zapríčiniť nepokoj, hádky, rozvod a nebudú sa ani báť týmto rozvodom spôsobiť svojmu dieťaťu hlbokú ranu na celý život.

Naopak, strach Boží pomáha človeku držať sa v medziach tradície, slušnosti, pravidiel, duchovno-morálnych zákonov a štátnych zákonov. Tým, že súčasný človek odmieta vieru v Boha, odmieta zbožný cit strachu Hospodinovho, má tendenciu myslieť si, že držať sa v určitých medziach mu pomáha niečo iné, napríklad pocit vlastnej dôstojnosti. Ale toto „niečo iné“ v skutočnosti nemôže zachrániť rodinu od rozpadu. Bez tvrdých duchovno-morálnych základov sa rodina rozpadá.

Po poučení apoštola Pavla sa počas sobáša číta evanjeliový príbeh o tom, ako Isus Christos prišiel na chudobnú svadbu do Kány Galilejskej a urobil tam prvý zázrak. Tejto udalosti sme venovali predchádzajúcu kapitolu.

Podľa metropolitu Antonija (Bluma), sobáš je Tajina lásky. A v modlitbe, ktorá sa číta počas Tajiny manželstva, sa kresťanské manželstvo pomenúva „*spojením lásky nezničiteľným*“. Práve nezničiteľnosť takéhoto zväzku lásky mu dáva absolútnu hodnotu.

Sobáš – to je bohoslužba, počas ktorej muž a žena dostávajú Božie požehnanie a požehnanie Cirkvi na rodinný život, ktorého kompas je nasmerovaný na večnosť. Manželia, ktorí sa blahodatelne spojili na zemi, získavajú prísľub večného života. Ako povedal svätiteľ Ján Zlatousta: „...*aj v budúcom živote sa verní manželia bez strachu stretnú a budú prebývať večne s Christom a spolu navzájom*.“ To potvrdzujú aj slová sv. apoštola Pavla, ktorý povedal, že „*láska nikdy nezanikne*“ (1Kor 13, 18).

Cez požehnanie v Tajine sobáša sa muž a žena stávajú manželmi nielen jeden pred druhým, ale aj pred svojimi rodičmi, priateľmi, štátom, ale hlavne pred Bohom. A posvätnú zodpovednosť za svoj manželský zväzok, za svoje budúce deti a svoj celý rod, si musia uvedomovať hlavne pred Bohom.

Čím by mal byť korunovaný rodinný život muža a ženy, s nádhernými vencami (korunami) stoja-



cich pred oltárom v chráme? Slávou a ctou! „*Hospodine, Bože náš, slávou a ctou ich korunuj!*“ – modlitebne prednáša kňaz, požehňavajúc kresťanských manželov.

Nie nezhodami, ani rozvodom, ale slávou a ctou by mal byť korunovaný požehnaný manželský zväzok. Preto Cirkev nesobáši ľudí, ktorí si myslia, že sú v tzv. civilnom manželstve (t. j. spolužití). Nesobáši, pretože ani podľa zákona, ani podľa cirkevnej Tradície sa takéto „partnerstvo“ nepokladá za rodinu.

Kedy sa v chráme nevykonáva sv. Tajina manželstva?

Rytmus života pravoslávneho človeka je určovaný cirkevným kalendárom, ktorý sa formoval v priebehu dvoch tisícročí. Všetko je v ňom premyslené a harmónické. Sú v ňom sviatočné dni a dni pôstu. Sú v ňom dni, kedy sa uskutočňuje Tajina manželstva, a teda aj svadobné hostiny, a sú dni, kedy sa sobáš nevykonáva, a teda nie sú ani svadby.

Tajina manželstva sa nevykonáva v utorky, štvrtky a soboty. V soboty preto, že v sobotu večer sa v pravoslávnych chrámoch začína nedeľná bohoslužba a nie je dôstojné robiť pred nedeľnou bohoslužbou svadobnú hostinu. Streda a piatok sú zasvätené takým udalostiam, ako je zrada Judáša a ukrižovanie na Golgote Isusa Christa. V predvečer týchto dní sa v chráme slúžia osobitné bohoslužby, a preto utorkový a štvrtkový večer nie je vhodný na svadobné hostiny. Sobáš sa neuskutočňuje ani počas viacdňových pôstov, teda v období Veľkého pôstu a taktiež pôstu pred sviatkom Narodenia Isusa Christa, Zosnutia Bohorodičky a svätých Petra a Pavla.

Ženich a nevesta, ktorí chcú posvätiť svoj manželský zväzok prijatím sv. Tajiny manželstva, musia v predstihu prísť do chrámu a porozprávať sa s duchovníkom. Takto sa môžu uistiť, v ktorý deň sa môžu sobášiť, a hlavne, viac sa dozvedieť o zmysle Tajiny manželstva a svojich povinnostiach v manželstve.

Jasavá radosť lásky vytvára neopakovateľnú atmosféru aj v chráme, aj pri svadobnom stole, ak svadobná hostina prebieha podľa pravoslávnych tradícií a nehodnotí sa podľa množstva vypitého alkoholu.

Vence (koruny), ktoré sa kladú na hlavy mladomanželov, majú hlboký symbolický význam. Ako veľmi by sa manželia navzájom ľúbili, aj tak sa nevyhnú ťažkostiam a niekedy aj nebezpečenstvu a nešťastiu na ceste spoločného života. V Evanjeliu sú veľmi dôležité slová Christa Spasiteľa: „*Kto však vytrvá do konca, ten bude spasený*“ (Mt 24, 13). Manželský život si vyžaduje od muža a ženy trpezlivosť, vytrvalosť a odvahy v životných skúškach. V tomto zmysle by sme mohli rodinný život prirovnať k výstupu na vrchol hory: čím vyššie človek vystupuje, tým je to pre neho náročnejšie. Akú však majú radosť tí, ktorým sa podarilo vystúpiť na vrchol! Takúto nevysloviteľnú radosť budú mať aj požehnaní manželia, ak zostanú verní Bohu a jeden druhému a korunovaní predstúpia pred Hospodina aj v blaženej večnosti.

Za to sa modlí kňaz, požehňavajúc manželov počas sobáša: „*Hospodine, Bože náš, slávou a ctou ich korunuj!*“

**Zdroj:** prot. B. I. Pivovarov – Osnovy pravoslavnoj kultury semji (predanie.ru)

**Preložila:** J. Kapraľová



## IGUMEN NIKON: O TOM, AKO ČLOVEK MÔŽE V DUCHOVNOM ŽIVOTE PRÍŠŤ O VŠETKO DOBRÉ KVÔLI PÝCHE

Hospodin chce spasit' každého človeka. No nie každý človek v skutočnosti spásu chce. Slovami chcú byť všetci spasení, no v skutočnosti spásu zavrhnú... Nie hriechmi, lebo boli veľkí hriešnici, ako zbojník na kríži, ako Mária Egypťská, a iní. Oni sa zo svojich hriechov kajali a Hospodin im odpustil. Takým spôsobom získali spasenie.

Ale hynie ten, kto hreší, nekajá sa a sám seba z nich ospravedľuje. Toto je to najhoršie a najtragickejšie. Ak človek nevidí svoje hriechy, neznamená to ešte, že ich nemá. Znamená to, že človek nielenže v hriechu je, ale dokonca aj v duchovnej slepote. Úspech duchovného života sa meria hĺbkou skrušenia srdca a pokory, bez ktorých je všetko márnosť alebo preležť. Ak niet pokánia, tak je preležť. Všetky rozpaky sú od diavla. Netreba ostávať v rozpakoch a hynúť v nich, ale odháňať ich modlitbou. „Správny stav“ je charakterizovaný hlbokým uvedomením si svojej slabosti, svojej nemohúcnosti žiť tak, ako si to vyžadujú prikázania a milovať Boha tak, ako si On zamiloval nás. Z takéhoto stavu sa rodí pocit skrušenia a plač srdca...

Každá udalosť, dokonca aj pád do veľkých hriechov môže poslúžiť k veľkému úžitku a naopak, pôst, modlitba, bdenie a iné námahy môžu byť nielen škodlivé, no dokonca môžu človeka aj zahubiť, ak sú vykonávané nesprávne. Nesprávne je také konanie, ktoré privádza k vysokej mienke o sebe a pýche. Naopak, ak človek cez pády prichádza do pokory, sú pre neho lepšie ako duchovná námaha (podvihy). Aj pýchou je možné plniť takmer všetky prikázania a byť tak nepriateľom Boha. ...prudkosť, hrubosť, krik, naliehavosť, toto všetko nie sú príznaky pokory, ale zjavnej pýchy. Ak niet hlbokého uvedomenia si v srdci svojej nepotrebnosti, nepríde ani silné pokánie.

Znamená to, že človek sa buď ospravedľuje alebo si o sebe veľa namýšľa alebo odsudzuje druhých, ale má voči niekomu nevráživosť a nenávisť. Krátko povedané, je diablom podvedený, teda je v prelesti. ...iba priznanie si svojej nemohúcnosti, biednosti, hriešnosti, nezaplátiteľného dlhu pred Bohom a z toho prameniacy plač srdca, ktorý mali všetci Boží ľudia, je správnym duchovným stavom, ktorý chráni človeka pred



pádov, vedie ho k duchovným darom, chrániac ich, ak ich dostane. Keď budeme očakávať duchovné blahá, môže sa stať, že akurát vtedy ich nedostaneme. Správny stav duše je považovať sa za nedôstojného prijať akúkoľvek duchovnú útechu. Ctihodný Ján Lestvičník hovorí: „*Rukou pokory odmietaj prichádzajúcu radosť, ako nedôstojný jej, aby si sa ňou nedal oklamať a aby si neprijal vlka namiesto pastiera.*”

Askéta nemajúci plač srdca sa nachádza v duchovnej prelesti, teda v klamlivom stave, a ak sa nenapraví, môže padnúť do zjavnej démonskej prelesti a zahynúť. V súčasnosti sa toto všetko deje v nejasnej forme, ale deje, a veľká časť askétov dočasne alebo stále sa nachádza v prelesti. Ak nezbadáme svoje hriechy, zaplačeme dvoj až trojnásobne, lebo to znamená, že naša duša zatvrdla, stratila zdravie vnútorného videnia. So zemnými poklonami prosme Hospodina: „*Daj, aby som videl svoje hriechy.*” Kto seba nepovažuje za hriešneho, ten zišiel zo správnej cesty, odišiel do bahna pýchy a prelesti, odišiel od Boha do krajiny ďalej pást' pomyselné stádo sviň, do otroctva pyšných démonov. Bez pokory dokonca aj tie najväčšie podvihy sú neužitočné a úplne môžu zahubiť človeka.

V súčasnosti môžeme vidieť, že človek, ktorý sa len trochu viac pomodlí, prečíta žalmy, postí sa, už si o sebe myslí, že je viac než iní, odsudzuje bližných a začína učiť, keď ho o to ani neprosia. Tým ukazuje svoju duchovnú pustotu a ako vzdialený je od Hospodina v kraji ďalekom. Boj sa vysokej mienky o sebe. Všetci ľudia sú padlé prirodzenosti, všetci sú duševne chorí, ako aj ty, hoci z ďaleka nie všetci to vidia. V širokom zmysle slova, celé ľudstvo sa nachádza v prelesti. Úlohou kresťanstva je každého veriaceho človeka z toho stavu dostať. Ignatij Brjančaninov si v súlade s dávnymi učiteľmi myslí, že zbaviť sa prelesti a znovu do nej nepadnúť je možné iba pokáním a plačom srdca. Preleť je vysoká mienka o sebe, o svojom ume, o svojich duchovných zážitkoch a úspechoch. Opačný stav ukázaného, ktorý hasí všetky formy namyslenosti a postupne privádza k pokore, je kajúcný plač srdca.

Biedni sme my ľudia. Neberieme to, čo máme pri ruke, ale ťaháme sa za fatamorgánou, nepozerajúc na to, že už tisíckrát sme sa presvedčili o tom, že fatamorgána je iba fatamorgánou, a nie skutočnosť. Ešte nechápate hĺbku pádu človeka, konkrétne jeho vnútorného Ja, chcejúceho konať svoju vôľu dokonca aj v dobrom, čím aj to dobro stráca takmer všetku silu. Hľa, v čom spočíva hĺbka pádu. Utvrdenie svojho Ja v čomkoľvek, a dokonca aj v dobrom je vzdialením sa od Boha, teda je hriechom. Toto je skrytý základ ľudskej a démonskej pýchy. Hospodin chce, aby človek zaprel seba samého. Dávid, Abrahám, Jób, všetci svätí seba považovali za červy a horších než démoni. Preto? Preto, že sa priblížili k Božiemu svetlu, v ktorom uvideli svoju špinu a ničotnosť. My to nevidíme preto, lebo sme ďaleko od Boha, dokonca sa vo vnútri skrývame pred Bohom, ako sa skrývali Adam a Eva po páde. A robíme tak stále dookola, namiesto toho, aby sme pred Bohom odhalili svoje rany a prosili o odpustenie a uzdravenie.

**Zdroj:** pravoslavie.sk/subory/Svetlo%2050.pdf, preklad: jerej Marek Ignacik

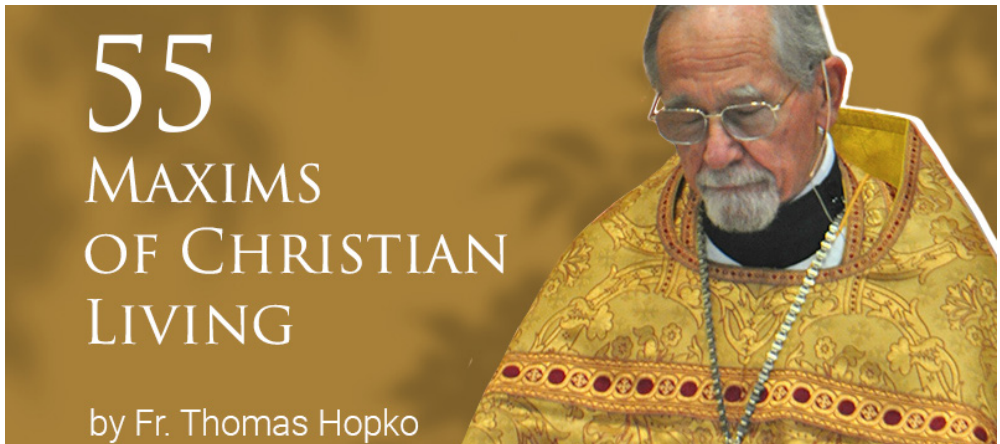
**Foto:** pravoslavie.ru/117000.html

**Ludvig Kináč**

## 55 RÁD OTCA THOMASA HOPKA O ŽIVOTE KREŠŤANA

V predchádzajúcom čísle sme si predstavili a krátko sa oboznámili s veľkou duchovnou osobnosťou Pravoslávia modernej doby, otcom Thomasom Hopkom. Aj toto číslo som sa teda rozhodla venovať ešte jemu. Tentokrát sa však dočítate už niečo konkrétne z jeho diel. V májovom čísle sme spomínali, že o. Thomas napísal množstvo kníh a diel, taktiež sa zúčastnil mnohých konferencií a prednášok, či nahrával veľmi známe podcasty.

Otca Hopka sa raz ktosi opýtal, či by mohol zhrnúť nejaké praktické rady, ako žiť životom kresťana a ako by mal vyzerat' život človeka, ktorý verí v Boha. Práve na základe tejto otázky potom o. Thomas zosumarizoval 55 praktických rád o živote kresťana, ktoré sa stali neobyčajne populárne. V tomto článku si ich môžete prečítať aj vy:



1. Buďte vždy s Christom a dôverujte Bohu vo všetkom.
2. Modlite sa tak, ako môžete, nie tak, ako si myslíte, že musíte.
3. Majte primerané pravidlo modlitby vykonávané pravidelne.
4. Modlite sa modlitbu Otče náš niekoľkokrát denne.
5. Opakujte krátku modlitbu, keď vaša myseľ nie je zamestnaná.
6. Urobte aj pár poklôn, keď sa modlíte.
7. Jedzte dobré jedlá s mierou a postite v pôstnych dňoch.
8. Praktizujte ticho, vnútorné aj vonkajšie.
9. Sedte v tichu 20 až 30 minút každý deň.
10. Robte skutky milosrdenstva v tajnosti.
11. Pravidelne chodievajte na liturgické bohoslužby.
12. Pravidelne chodievajte na spoveď a Sväté Prijímanie.
13. Nezapájajte svoju myseľ do rušivých myšlienok a pocitov.
14. Pravidelne odhaľte všetky svoje myšlienky a pocity dôveryhodnej osobe.
15. Pravidelne čítajte Sväté Písmo.
16. Čítajte dobré knihy, trochu stačí.
17. Budujte si vzťah k svätým.



18. Buďte obyčajným človekom, jedným z ľudu.
19. Buďte zdvorilí ku všetkým, predovšetkým k rodinným príslušníkom.
20. Udržujte čistotu a poriadok vo vašej domácnosti.
21. Majte zdravé a prospešné aktivity.
22. Pravidelne cvičte.
23. Žite dňom, dokonca aj časťou dňa.
24. Buďte úplne úprimní, v prvom rade sami k sebe.
25. Majte vieru v maličkostiach.
26. Robte svoju prácu, a potom na ňu zabudnite. (pozn.: Príliš si ňou nezaťažujte myseľ.)
27. Najprv robte tie najťažšie a najbolestivejšie veci.
28. Čelte realite.
29. Buďte vďační.
30. Buďte veselí.
31. Buďte jednoduchí, skrytí, tichí a malí.
32. Nikdy na seba neupozorňujte.
33. Počúvajte, keď sa s vami ľudia rozprávajú.
34. Buďte bdelí a pozorní, plne prítomní tam, kde ste.
35. Premýšľajte a hovorte o veciach nie viac, ako je to potrebné.
36. Hovorte jednoducho, jasne, pevne, priamo.
37. Utečte od predstavivosti, fantázie, analýzy, zisťovania vecí.
38. Utečte pred telesnými a sexuálnymi vecami pri prvom zistení.
39. Nestažujte sa, nešomrite alebo nekňučte.
40. Nehľadajte ani neočakávajte ľútosť alebo pochvalu.
41. Neporovnáвайте sa s nikým.
42. Neodsudzujte nikoho za nič.
43. Nesnažte sa nikoho o ničom presvedčať.
44. Neobhajujte sa, ani neospravedlňujte.
45. Buďte viazaní na Boha, nie ľudí.
46. Prijmite kritiku a starostlivo ju otestujte.
47. Poradte len vtedy, keď vás o to požiadajú alebo keď je to vaša povinnosť.
48. Nerobte pre ľudí nič, čo by mohli a mali urobiť pre seba.
49. Majte denný rozvrh aktivít, vyhýbajte sa rozmaru.
50. Buďte milosrdní k sebe a k ostatným.
51. Nemajte žiadne očakávania, okrem toho, že budete do posledného dychu prudko pokúšaní.
52. Zamerajte sa výlučne na Boha a svetlo, nikdy nie na temnotu, pokušenie a hriech.
53. Znášajte svoje skúšky a svoje chyby pokojne pod Božím milosrdenstvom.
54. Keď spadnete, okamžite vstaňte a začnite odznova.
55. Požiadajte o pomoc, keď ju potrebujete, bez strachu a hanby.

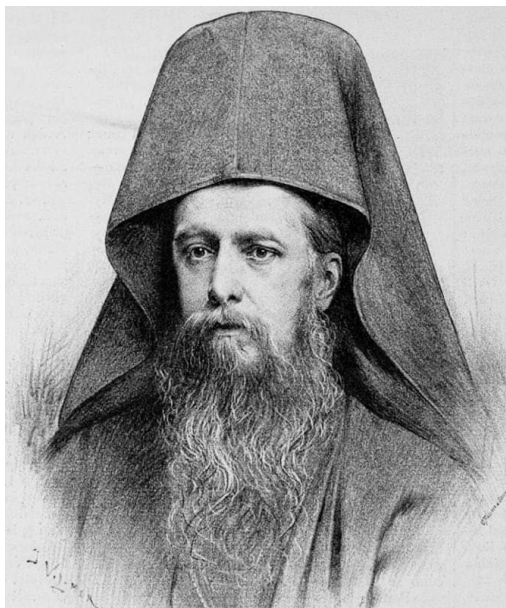
**Zdroj:** 55 Maxims of the Christian Life (holycrossoca.org), Father Thomas Hopko and his Fifty Five Maxims of Christian Living (pravmir.com) **Foto:** catalog.obitel-minsk.com

## STAV SVĚTEJ HORY V OBDOBÍ ŽIVOTA SÁVU CHILANDARCA

Opísať stav miesta, na ktorom žilo mnoho svätcov a bohumilo žijúcich ľudí, nie je úlohou ľahkou. O to viac je potrebné ešte pred samotným opisom stavu tejto Svätej hory z rôznych hľadísk a uhlov pohľadu uviesť aj základné údaje a históriu tohto miesta.

Svätá hora Atos sa nachádza na území dnešného Grécka (konkrétne Chalkidiki) na rovnomennom polostrove Atos (Athos). Obydlie alebo mníšska republika je osídlená najmä mníchmi, ktorí sa na tomto mieste snažia viesť duchovný boj o svoju spásu a modlia sa za celý svet. Na polostrov Atos majú ženy zakázaný vstup a laici sa tam dostanú len po predložení špeciálneho potvrdenia. Obyvateľstvo, pravidlá vstupu a fungovania tohto spoločenského zriadenia sa naprieč stáročiami menili. V minulosti tam pobývali aj pastieri s rodinami a medzi nimi aj osoby ženského pohlavia, ktoré na tomto mieste pásli dobytok, a takisto aj iní obyvatelia, ktorí na Svätú horu utiekli v čase nájazdov cudzích ozbrojencov, prípadne námorných pirátov. Vo všeobecnosti sa však prítomnosť laikov na Atose považovala len za vec krátkodobú a v prípade žien dokonca až za nežiaducu. Dôkazom toho sú aj niektoré historické udalosti, ktoré o tom svedčia. Počas prebývania Sávu Chilandarca na tomto polostrove sa pravidlá taktiež menili. Spočiatku v hlavnom meste Karyes (Kareje) prekypoval čulý obchodný ruch, ktorý bol neskôr výrazne obmedzený. Cudzím obchodníkom bolo zakázané vlastniť remeselnícke krámy, t.j. stánky alebo obchody a predávali sa výlučne výrobky remeselníkov – mníchov. Predaj liehovín bol úplne zakázaný. Tento stav však zamedzil konkurencii a vytvoril monopolný trh s veľmi vysokými cenami, ktorý bolo po istej dobe opäť potrebné zameniť za nový systém, ktorý opäť povolil otvoriť aj niekoľko remeselníckych obchodov prevádzkovaných „nemníchmi“. Avšak predaj liehovín zostal úplne zakázaný a to sa vo finále ukázalo ako riešenie daného problému. Na Svätej hore sa v dobe Sávu nachádzali aj nájomní pracovníci a remeselníci, ktorí pomáhali pri stavebných a iných prácach, nezabúdajúc na tureckých úradníkov a prípadný ďalší personál.

Čo sa týka všeobecnej histórie Svätej hory, resp. polostrova Atos, toto miesto bolo odpradáвна obývané pohanským obyvateľstvom, ktoré na jeho území vystavalo viacero miest. Mnoho z nich aj opevnených, a preto boli v časoch obliehania chránené aspoň čiastočne. Z cirkevnej Tradície poznáme rozprávanie o tom, ako Bohorodičku pri jej návšteve svätého Lazára, vtedy biskupa na Cypre, počas putovania po mori, za-



stihla silná búrka a bola nútená pristáť na polostrove Atos, na ktorom misijne pôsobila a ktorý sa neskôr začal nazývať aj záhradou Bohorodičky. Toto miesto bolo neskôr osídlené mníchmi, ktorí však na ňom prebývali roztrúsene a až Afanasij Trapezuntský založil prvé kinoviálne monastiere, t.j. monastiere, v ktorých mnísi fungovali ako komunita, nie ako jednotlivci – pustovníci. Menovite sa rozprávame najmä o Velkej Lavre, neskôr boli založené ďalšie z najstarších monastierov, ako napríklad Vatoped alebo Iver. Zásluhou Afanasija bol vytvorený prvý mníšsky poriadok alebo typikon, neskôr však vznikli aj ďalšie typikony, prispôbené dobe a komunite žijúcej v danom monastieri. Z vyššie spomínaných ďalších typikonov je známy najmä Chilendarský typikon zostavený Sávom Srbským, prvým srbským arcibiskupom.

Sídlom správy polostrova sa stalo hlavné mesto Karyes, kde sídlil tzv. prót, teda mních, ktorý velil administratívne, ale aj praktickému životu polostrova spolu s ďalšími členmi akejsi rady starších – posvätnej správy (kinot, iera epistasia, protáta), skladajúcej sa zo zástupcov každého monastiera. Povedľa mníšskych typikonov existovali aj určité všeobecné poriadky pre fungovanie Hory, ktoré boli potvrdené panovníkmi a často reflektujú aj nelichotivú situáciu a správanie určitých osôb pôsobiacich na Svätej hore. Nehľadiac na to však tieto súbory ustanovení vyriešili najpálčivejšie problémy danej doby a udali smer ďalšiemu pokračovaniu života mníchov na hore Atos.

Skôr než prejdeme k ďalšiemu pokračovaniu, dovoľím si objasniť názvoslovie, ktoré v danom kontexte používame a ktoré by mohlo nezainteresovaného človeka zmiastať. Terajšia mníšska republika rozkladajúca sa na polostrove Atos má niekoľko rôznych názvov, medzi ktoré patrí Svätá hora, Hora Atos, Atos, Afon, Aton, Athos, Hora, záhrada Bohorodičky, a ďalšie. Tieto názvy sú odvodené od názvu polostrova a takisto aj hory, ktorá sa vypína na jeho konci. Všetky tieto názvy však hovoria o tom istom a opisujú miesto a komunitu mníchov, ktorá na ňom žije.

Z hľadiska počtu monastierov, ktoré na Hore postupne nachádzame, sa ustálil počet na dvadsať. Tento vznikol rôznym spájaním sa menších monastierov s väčšími, a takisto aj dejinným vývojom. Približne v dobe života Sávu Chilandarca, ktorého dielo opisujeme, sa začal veľký rozvoj tzv. Russika, t.j. monastiera svätého Pantelejmona, ktorý sa v dobe Sávovhovho života stal najväčším spomedzi svätohorských





monastierov. Popri veľkých monastieroch sa na Svätej hore nachádzajú aj skýty a pustovne, v ktorých žijú mnísi buď v malom počte alebo individuálne. Z hľadiska historického vývoja mali na Svätú horu vplyv rôzni priaznivci a priatelia svätohorcov, kde sa títo stávali bohatými sponzormi pri stavbe, opravách a rozširovaní monastierov, pri zabezpečovaní bohoslužobných nádob a predmetov, nezabúdajúc na samotný život mníchov žijúcich na Hore, ktorí taktiež potrebovali materiálne prostriedky na uspokojenie základných životných potrieb. V priebehu dejín ide spočiatku najmä o byzantských cisárov a veľmožov, ktorých neskôr nahradili srbskí panovníci, bulharskí veľmoži, valašská aristokracia a ruskí cári, či iní šľachtici. Práve títo mali na financovanie atoských mníchov v dobe Sávu, ale aj pred ňou najväčší vplyv. V istých dobách na území Ruska vykonávali mnísi zbierky a nejednalo sa o minoritný jav, nakoľko existovali určité regule, ktoré ustanovovali pravidelnosť vykonávania týchto zbierok v závislosti od konkrétneho monastiera. Finančná pomoc plynula aj zo zdrojov pútnikov, ktorí pravidelne navštevovali Svätú horu. Práve pred pôsobením Sávu Chilandarca nastalo obdobie úbytku pútnikov v dôsledku vojnového konfliktu v ich domovine a monastiere, ktoré si zvykli na tento pravidelný príjem, sa museli vyrovnat' s novou situáciou a opäť sa začať venovať hospodáreniu a obrábaniu pôdy. Pri otázke financovania nesmieme zabudnúť na rôzny majetok, darovaný svätohorcom mimo územia Svätej hory, z ktorého často plynuli nemalé finančné prostriedky. Takisto nesmieme opomenúť tzv. metochy, na ktorých pôsobili určití mnísi mimo Hory a ktoré pri ich dobrom obhospodarovaní generovali finančnú pomoc pre monastiere a bratstvo žijúce na Svätej hore.

Politická situácia sa pred dobou a v dobe života Sávu niesla v znamení tureckej nadvlády, ktorá mala svoje negatívne, ale aj pozitívne stránky. Veľmi nebezpečné pre obyvateľov Hory boli protiturecké povstania, ktoré si mnohokrát hľadali u svätohorcov podporu, avšak pomoc takýmto povstaniam bola pre monastiere veľmi nebezpečným podnikom, nakoľko často končili katastrofou. Po značnej diplomacii bola táto pomoc (ťažko povedať, či sa v tejto konkrétnej situácii vôbec jednalo o pomoc) potrestaná veľkou finančnou pokutou. Boli aj situácie, kedy vojsko vstúpilo aj na samotnú Svätú horu. Hora bola vyľudnená a jej obyvateľstvo utieklo do bezpečnejších miest. Mnísi sa však na Atos vrátili a turecké vojská už v dobe Sávu Chilandarca Horu neplienili. Na druhej strane je však potrebné poznamenať, že turecká nadvláda nad Atosom zabezpečovala aj určitú istotu, že mníšstvo sa na Hore zachová, nakoľko kresťanské vlády v Európe rušili a rozpúšťali mníšske rády neposkytujúce sociálnu pomoc, či iný (materiálny) úžitok pre spoločnosť. Sáva konštatuje, že by nebolo na škodu zamerať sa aj na takúto sociálnu pomoc viac, hoci treba dodať, že svet má úžitok aj zo samotnej modlitby mníchov a ich duchovných rád. *(na pokračovanie)*

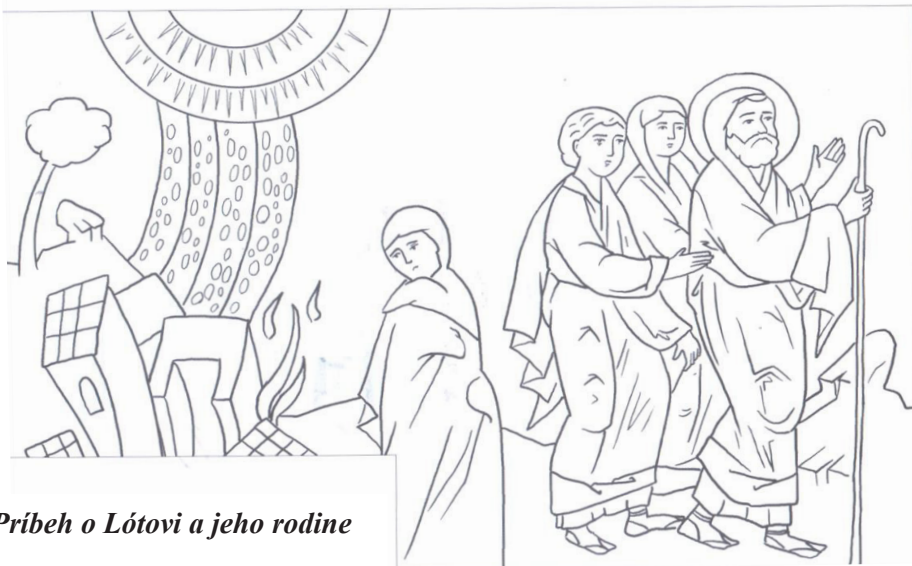
**Zdroj:** Sáva Chilandarec: Kniha o sväté hoře Athonské

**Foto:** facebook.com/PravoslavnyKrestan, dreamstime.comz

# Ovečka 6

## Sodoma a Gomora





### ***Príbeh o Lótovi a jeho rodine***

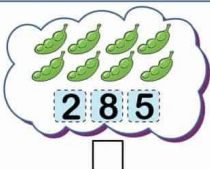
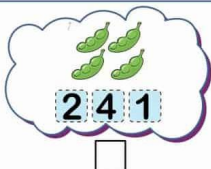
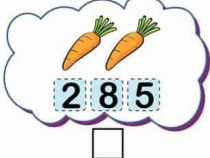
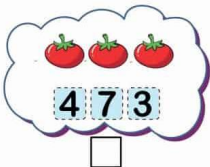
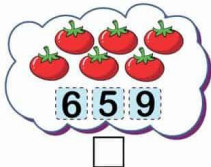
Boh sa nahneval na ľudí a rozhodol sa zničiť Sodomu a Gomoru. Iba Lóta a jeho rodinu sa rozhodol zachrániť, ale zakázal im obzrieť sa naspäť na mesto. Lótovej žene sa ulútostilo za zanechávaným životom a otočila sa. V tej sekunde sa premenila na soľný stĺp.

#### **➤ Odpovedz správne na otázky (pomôcť si môžeš Bibliou):**

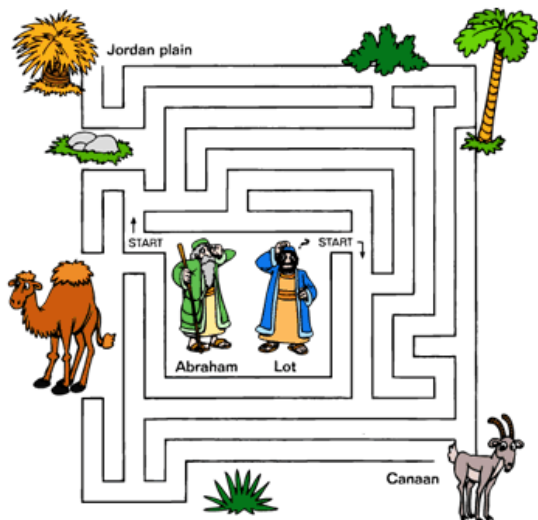
- ✓ Kto povedal Abrahámovi, že Sodoma a Gomora budú zničené? .....
- ✓ Aký bol konečný počet ľudí, kvôli ktorým by Boh ešte mestá nezničil? .....
- ✓ Kto prišiel varovať Lóta pred zničením mesta? .....
- ✓ Koľko detí mal Lót? .....
- ✓ Akým spôsobom boli zničené tieto mestá? .....
- ✓ V akom príbuzenskom vzťahu bol Lót s Abrahámom? .....
- ✓ Vyber správnu možnosť:
  - a) Lótova žena sa premenila na kameň.
  - b) Lót mal 2 synov.
  - c) Abrahám sa s Lótom poznal ešte pred zničením miest.
- ✓ Prečo Lót žil v meste, ale Abrahám nie? .....
- .....

## Úlohy pre škôlkarov

- Správny počet zapíš do rámečka a obľáčik s väčším množstvom zakrúžkuj.



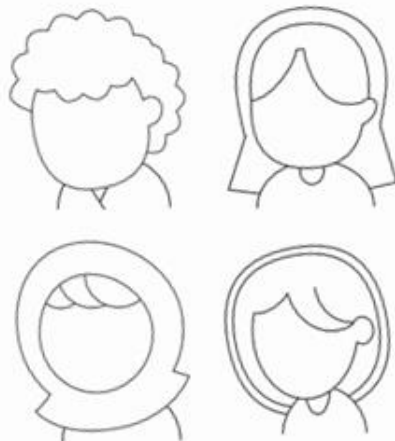
- Lót si vybral stranu tam, kde bol Jordán, a Abrahám išiel do Kanaánu. Pomôž im nájsť správnu cestu domov.



- Lót mal veľa zvierat. Na obrázku nájsi a zakrúžkuj tie veci, ktoré sú v tabuľke. Obrázok vyfarbi.



- Dokresli Lótovej rodine tváre.



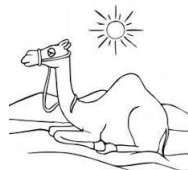
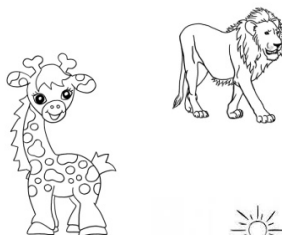
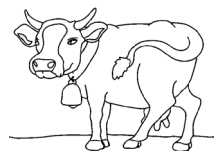


➤ Dokresli do obrázka stromy, kravy a ovečky. Obrázok vyfarbi.



➤ Nájdi 8 rozdielov:

Zakrúžkuj zvieratá, ktoré Lót mohol vlastniť?



## Úlohy pre školákov

➤ Vylúšti zakódované slová a správne z nich poskladaj vetu.

12	2	7	6	8	2	10
----	---	---	---	---	---	----

4	2	7	2	3	10
---	---	---	---	---	----

16	9	1	4
----	---	---	---

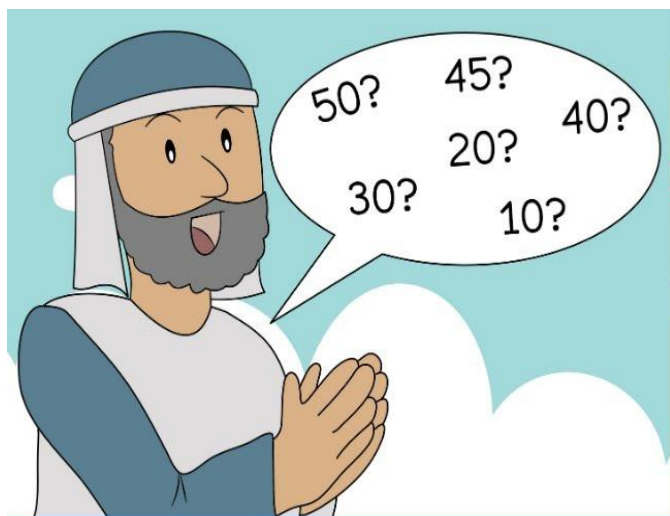
2	13	14	11	15	5
---	----	----	----	----	---

1T	7D	13P
2O	8N	14Ú
3M	9Ó	15Ť
4S	10U	16L
5A	11Š	
6I	12R	

---

---

➤ Boh zničil mestá,  
lebo tam nebolo  
ani .....  
spravodlivých.  
Správnu odpoveď  
zakrúžkuj a doplň  
do vety.

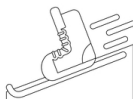
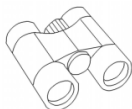
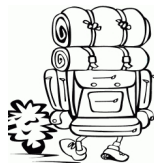


- Lót musel rýchlo utekať a nemohol si so sebou zobrať majetok. Zakrúžkuj a na linku vypíš veci, ktoré si so sebou vezmeš, keď ideš na stanovačku.

---

---

---



### Súťaž pre škôlkarov

- Pospájaj čísla a obrázok vyfarbi.

Riešenia úloh posielajte do konca júla na e-mailovú adresu [ovecka.istina@gmail.com](mailto:ovecka.istina@gmail.com)



### Výhercovia za mesiac marec:

- Školáci: Jakub Krajcár, 11 rokov  
Marína Pružinská, 13 rokov  
Paula Pružinská, 9 rokov

## Súťaž pre školákov



### Lótov život Genesis 12-19

Vybral si zem.

Zobral svojich  
otrokov.

Navštívili ho  
anieli.

Opúšťa  
Sodomu.

Jeho žena sa  
zmenila na  
soľný stĺp.

Žije v jaskyni.



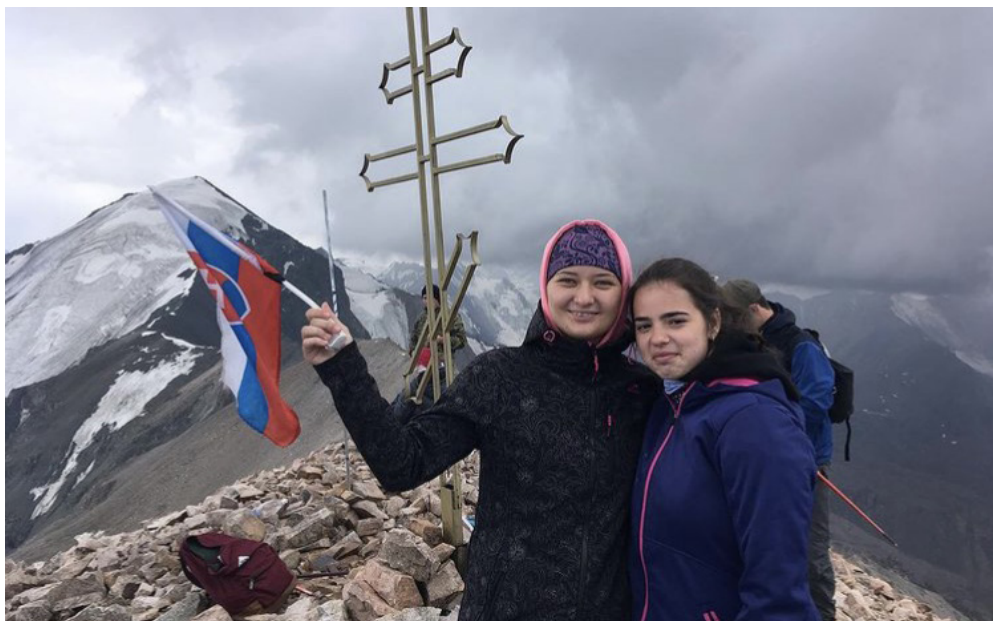
Túto stranu si prefot'. Vystrihni obrázky a nalep ich do jednotlivých  
rámčiek podľa postupnosti.



## ROZHOVOR S MGR. MARTINOU (MARÍNOU) BACHLEDOVOU, REDAKTORKOU ČASOPISU ISTINA, AKTÍVNOU ČLENKOU BPM

### 1. Milá Marína, odkiaľ sú Tvoje korene, v akom prostredí si vyrastala?

Môj ocko pochádza z okolia Popradu a mamka je pôvodom z Ruska, mám staršiu sestru a dvoch bratov. Vyrastala som v Poprade a ako dieťa som bola pokrstená v rímskokatolíckej viere. Od malička som bola rodičmi vedená k viere v Boha, za čo im úprimne ďakujem. Bol to dobrý základ, bez ktorého by sa mi ťažko rástlo a hľadalo pravdu. Chodila som na základnú cirkevnú školu v Poprade, teda bola som v intenzívnom kontakte s ľuďmi rovnakého vierovyznania, zmýšľania a rovnakými hodnotami. Za to som taktiež veľmi vďačná, pretože až po nástupe na strednú školu, ktorá bola štátna, teda nie cirkevná, som zjavne videla rozdiel medzi jednotlivými školami. Týmto nechcem povedať, že stredná škola bola zlá, vôbec nie, bolo to jedno z najkrajších a významných období môjho dospelovania, ale „cirkevné“ prostredie má niečo do seba. Kiežby raz na Slovenku mali rodičia možnosť dať svoje deti do pravoslávnej cirkevnej základnej školy... :-)



### 2. Ako začalo Tvoje duchovné putovanie k Pravosláviu? Ktoré momenty sa Ti najviac zapísali do duše?

K pravosláviu som sa dostala na druhom stupni základnej školy. Keď som mala okolo 11-12 rokov, počas letných prázdnin sme spolu so sestrou navštívili ženský monastier Pokrova Presvätej Bohorodičky v Turkowiciach v susednom Poľsku.



Vždy, keď si na to spomínam, vyčarí mi to úsmev na tvári. Pamätám si s akou nevôľou som tam prišla a ako veľmi som chcela ísť hneď domov. Avšak, po týždni strávenom v monastieri sa natoľko zmenilo moje vnútorné presvedčenie a vnímanie duchovna, že keď som odtiaľ odchádzala, plakala som, aby som mohla ostať dlhšie. Práve toto miesto sa pre mňa stalo míľnikom na ceste k pravoslávii. Keď som sa vrátila domov, začala som sa viac zaujímať o Pravoslávie ako také, začala som čítať a chodiť každú druhú nedeľu do chrámu. Zo začiatku to bolo náročné. V nedeľu som bola zvyknutá chodiť na tzv. „detské omše“, ktoré sa začínali predpoludním, teda pred tým som sa stihla vyspať, najesť.. Ako náhle som začala chodiť do pravoslávneho chrámu, kde bolo potrebné podstatne skôr vstávať, nejesť a kde liturgia nemala konca kraja, bol to boj. No postupne, časom, s trpezlivosťou, Božou pomocou a vedením Mamky Božej som akosi prirodzene jedného dňa zahorela túžbou byť pravoslávnou. A tak som krátko na to prijala sv. Tajinu myropomazaniya v chráme Pokrova Presvätej Bohorodičky v Smolníku u nebohého o. Vasilija Bobáka.

Po prijatí Pravoslávia som intenzívne začala chodiť do chrámu v Poprade a život sa akoby rozdelil na „do“ a „po“. Zároveň som začala chodiť na púte a detské tábory do Medvedieho. Tábor bol druhým míľnikom, pretože práve tu som mala vôbec prvý kontakt s rovesníkmi, ktorí boli pravoslávni a práve tu sa zrodili prvé priateľstvá, ktoré chvála Bohu pretrvávajú dodnes.

### **3. Marínka intenzívne sa venuješ BPM na Slovensku. Čo Ťa naštartovalo a čo všetko Ti to dáva?**

Ako plynul čas, nastúpila som na vysokú školu v Prešove. Cesta, ako som sa tam dostala, bola tiež len Božím vedením cez otca duchovného a ďalších ľudí. Pôvod-

ne som chcela ísť študovať do Košíc, kde ma aj vzali, avšak v hodinu dvanásť som si povedala, že idem predsa len do Prešova. A veru, lepšie rozhodnutie som nemohla urobiť. Tu sa znova len potvrdilo, že: „človek v srdci zvažuje svoju cestu, no Hospodin jeho kroky usmerňuje“ (Prísľ 16, 9). Päť rokov strávených na seminári, kde som počas štúdia bývala v kruhu „svojich“ ľudí, nové priateľstvá, nové možnosti, mať na dosah chrám a kňazov je niečo, čo žiadne iné mesto neponúka. Práve vďaka tomuto som sa mohla aktívne zapájať do akcií BPM a vďaka tomu som sa po čase stala členkou vedenia na určitú dobu. To, ako veľmi ma táto skúsenosť obohatila, koľko nových úžasných ľudí mi poslala do života a koľko nezabudnuteľných spomienok mám vďaka BPM sa snád' nevojde ani do jednej celej Istiny.

#### 4. Významnou súčasťou v živote je u Teba cestovanie. Čím Ťa ako také obohacuje?

Áno, mám ho veľmi rada. Ale nie také to „dovolenkovanie“ na pláži. Myslím, že všetko má mať svoj zmysel. A teda aj cestovanie. Nikdy by to nemala byť strata času, ale obohatenie pre telo i dušu. Keďže na Slovensku monastiere nemáme, vyhľadávali sme ich inde. Vďaka mojim rodičom sme ešte ako deti mohli spoznať mnoho krajín a navštíviť mnoho známych ale aj menej známych monastierov na území Ukrajiny, Ruska, Grécka, Srbska či Macedónska. Ako dieťaťu sa mi to zdalo byť otravné, ale teraz som nesmierne vďačná, že som tam mohla byť. Vždy, keď bola možnosť, tak sme sa ju snažili využiť naplno a so zmyslom, teda spojiť nejaké pekné miesto s návštevou monastierov. O tom by sa však dala napísať celá kniha :D.

Keď som sa neskôr znova akýmsi „Božím promyslom“ dostala do pravoslávnej mládežníckej organizácie „Vместе на планете“ so sídlom v Moskve, cestovanie



som si obľúbila ešte viac. Práve vďaka tejto organizácii sme mali viacerí mládežníci zo Slovenska možnosť zažiť niekoľkotýždňové výlety na Solovecké ostrovy (Solovky)

v Bielom mori, ktoré sú jedným z najznámejších monastierov v Rusku vôbec. Presvedčili sme sa na vlastné oči, že aj v Uzbekistane či Kirgizsku je množstvo pravoslávnych chrámov, ba dokonca škola, kde sa vyučuje bohoslovie. Bolo super zoznámiť sa s mladými ľuďmi a ich životnými príbehmi, ktorí aj napriek ťažším podmienkam ako sú u nás, mávajú pravidelné mládežnícke stretnutia. No a okrem toho sme mali možnosť spoznať kapacitu vlastných síl a uvedomiť si, že všetko, čo k životu potrebujeme z materiálneho hľadiska sa nám vojde do jedného batohu.

Skutočne. Cestovanie je forma sebapoznávania. Okrem toho, že človek spoznáva nové miesta, nové kultúry, nových ľudí, nové jazyky, zároveň spoznáva samého seba. A verte, cestovanie mení ľudí. Už sa nevrátia takí, akí boli pred tým. A práve aj vďaka cestovaniu sa dá nájsť Boha a vnútorný pokoj, ktorí tak všetci hľadáme. Verím, že to niekoho povzbudilo natoľko, že sa toto leto vyberie spoznávať samého seba s batohom na pleciah. Ak to má zmysel a bude to Božia vôľa, určite Vás čaká mnoho nezabudnuteľného. :-)

### **5. Počas nášho života nám Boh posielal do cesty vzácných ľudí, ktorí nás nejakým spôsobom formujú a obohacujú. Komu patrí Tvoje poďakovanie?**

Ďakujem Bohu za mojich rodičov a výchovu, ktorú mi dali. Som vďačná za všetkých ľudí, ktorých mi poslal do cesty, pretože každý z nich ma niečím obohatil a niečomu naučil. Ďakujem za otca duchovného Vladimíra Kocvára, za jeho pomoc, trpezlivosť, pochopenie v každej situácii, za každý nápad a motiváciu niečo robiť a každé „vykefovanie“ žalúdka, ktoré mi bolo tak potrebné :D. Práve oni – kňazi, robia veľký kus práce, o ktorej častokrát nevieme a až po rokoch, keď sa nám spoja isté súvislosti zistíme, ako nás Boh vďaka nim viedol tým správnym smerom.

A taktiež ďakujem matuške Zuzke Petrovajovej, ktorá ma v pravý čas nasmerovala a uviedla do práce pre časopis Istina, za jej cenné rady a povzbudenie. Nebyť jej, asi by som sa k tomu sama nikdy „nedokopala“. Práve matuška Zuzka ukázala svojím príkladom, aké dôležité je podchytiť mladých a navádzať ich na dobré veci. :-)

### **6. Milá Marínka, čo pre Teba znamená Pravoslávie? Čo by si odkázala spolupracovníkom a čitateľom časopisu Istina?**

Pravoslávie mi dalo nový, čistý list papiera. Dalo mi pochopiť zmysel bytia a to, že kresťan nemá byť kresťanom len dve hodiny jedenkrát v týždni. Pravoslávie sa má žiť 24/7. Každý deň, každú minútu, v každej situácii, čo je však veľmi náročný celoživotný proces a boj so samým sebou. Naučilo ma vstávať po každom páde ako márnokratný syn, ktorý okrem toho, že si uvedomil ako veľmi padol na dno, vstal a išiel to zmeniť. A presne toto je pre mňa Pravoslávie. Nekonečná Božia milosť a láska pre všetkých, ktorí chcú vstať a ísť niečo zmeniť. A ak človek urobí zo svojej strany maximum, čo je v jeho ľudských silách, o všetko ostatné sa postará Boh. „*Zver svoje diela Hospodinovi a podaria sa tvoje zámery*“ (Prís1 16, 3).

Za rozhovor veľmi pekne ďakuje **Eva Kahancová**



## SVÄTÝ NOVOMUČENÍK MAREK CHIOSKÝ ZO SMYRNY (5. 6. / 18. 6.)

Svätý Marek, nový Christov mučeník, sa narodil v meste Smyrna. Jeho otec Chadži-Konštantín pochádzal zo Solúna a matka Mária bola zo Smyrny. Bol ženatý, pracoval ako predajca, ktorý za obchodom cestoval do Kusadasi, na Chios a ďalšie miesta. Nakoniec sa nechal svojím bratom prehovoriť, aby odišiel kvôli obchodu zo Smyrny a usadil sa v Novom Efeze. Tam však upadol do hriechu, svoju ženu podviedol s inou kresťankou Máriou. Po udaní boli obaja prichytení pri čine a následne zatknutí. Boli predvedení pred Agu, ktorý ich mal súdiť. Aby sa vyhli trestu za cudzoložstvo, zriekli sa obidvaja kresťanstva a prijali islam. Marek bol obrezaný, nechal sa Agom formálne prijať za syna a žena Mária bola prevedená do jeho háremu.

Obaja ako moslimovia žili po dobu deviatich mesiacov. Po nejakej dobe však Marek pocítil výčitky svedomia a s plačom a so slzami odišiel k jednému kňazovi, ktorému sa vyznal zo svojich hriechov. Kňaz mu poradil, aby odišli z mesta preč, keď to bude aspoň trochu možné. Taktiež poradil Márii, aby predstierala, že je chorá. Jedna ich známa potom vydala Márii náležitý posudok a odporučila, aby sa išla liečiť do Smyrny. Nič netušiaci Aga dovolil Márii, aby tam odišla a tiež povolil, aby ju sprevádzať Marek. Čoskoro si však Aga uve-



domil tento podvod a poslal správu miestnemu Pašovi zo Smyrny, aby dal oboch chytiť a uväzniť. Obom sa však podarilo utiecť a v roku 1792 nasadli tajne na jednu loď, ktorá plávala do Terstu. Keďže sa im však na ceste vyskytli prekážky, vystúpili nakoniec v Benátkach. Tam sa obaja vyspovedali, stali sa dôstojnými pomazania svätým myrom a cez myropomazanie boli znovu prijatí do lona pravoslávnej Cirkvi. Následne prijali sväté Christove Tajiny.

Potom putovali po rôznych miestach, činili pokánie, až sa nakoniec rozlúčili, pretože Marek sa rozhodol prijať mučenie pre Christa, ktorého sa predtým zriekol. Vrátil sa na ostrov Chios a odtiaľ potom do Nového Efezu, kde navštívil svojho prvého duchovníka, ktorému sa zveril so svojím zámerom prijať mučenie. Keďže však bol vtedy obnovovaný chrám v Novom Efeze a prednedávnom už prijal mučenie svätý Juraj, Turci v meste boli na kresťanov veľmi nahnevani. Kňaz preto Markovi poradil, aby svoje rozhodnutie na čas odložil. Marek tohto kňaza poslušol a vrátil sa na Chios. Tam sa modlil vo všetkých chrámoch Bohu a prijímal sväté Christove Tajiny. Neskôr sa opäť ohlásil na tureckom súde, kde smelo pred všetkými vyznal, že už naďalej nemôže byť moslimom, pretože to nie je viera v pravého Boha, a preto sa jej

zrieka, lebo verí len v jedného pravého Boha, ktorým je Isus Christos. Ani lichotivé presviedčanie sudcov, ani ich sľuby, že keď vezme svoje slová späť, mu nikto nič neurobí, nemohli Marka prehovoriť a zabrániť mu v jeho odhodlaní vyznávať Christa. Potom bol svätý vyznávač a budúci mučeník uvrhnutý do väzenia. Vo väzení bol kruto mučený a týraný. On však po celý čas svojho mučeníctva ďakoval Bohu za všetko, spievajúc Mu žalmy a oslavné piesne. Keď bol znovu predvedený pred sudcu, ten sa mu začal vyhrážať. Avšak Marek, chrabrý vojak Christov, na všetky jeho slová odpovedal, že ani oheň ani meč, ani žiadne iné muky ho nemôžu odlúčiť od lásky Christovej (Rim 8, 38-39). Táto jeho odvaha a smelosť ešte viac rozhnevala prísediacich Turkov, ktorí znovu napadli mučeníka, zbili ho a zhodili z kamenného schodiska. Potom bol opäť posadený do väzenia, kde znovu ospevoval a chválil Boha.

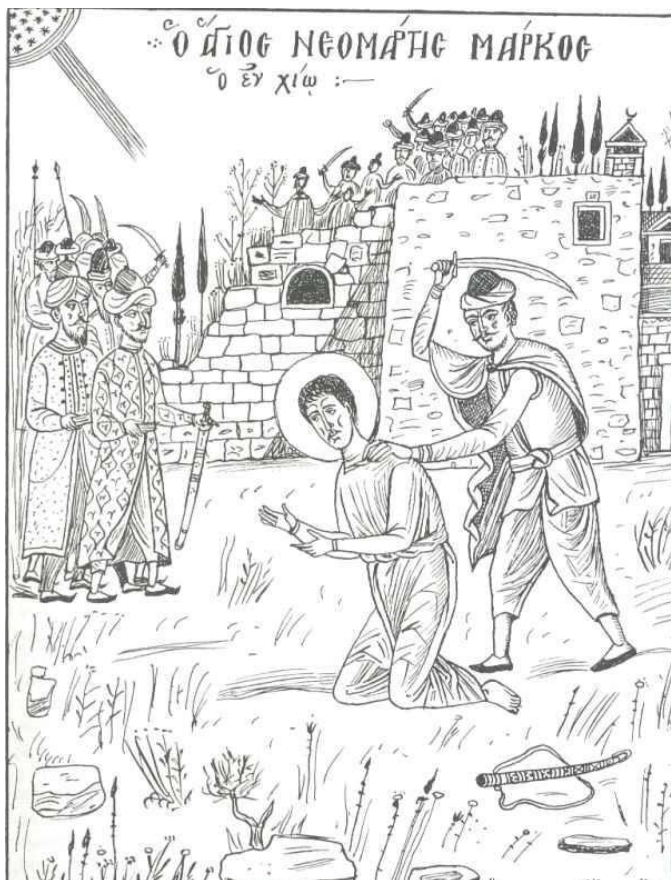
Kresťania na ostrove Chios, ktorí sa dopočuli o jeho odvážnom prebývaní vo viere, sa začali postíť, začali sa za neho modliť k Bohu, aby ho posilnil a utvrdil vo viere. Tajne mu posielali do väzenia sväté Tajiny, aby mohol prijímať sväté božské Dary. Následne bol svätý novomučeník predvedený na súd tretíkrát a vtedy už naposledy. Pred súdom znovu a ešte smelšie vyznal svoju vieru, nádej a lásku k Bohu a Spasiteľovi Isusovi Christovi. Vtedy ho turecký sudca odsúdil na sťatie hlavy. Poprava bola vykonaná 5. júna 1801.

Po jeho mučeníckom

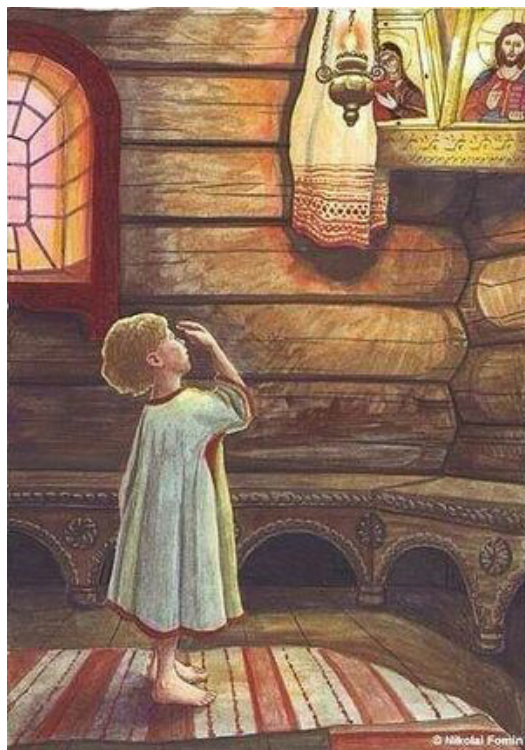
skonaní bol tento nový mučeník ospevovaný veriacim národom a duchovenstvom v chioských chrámoch a všetci ďakovali Bohu, že vďaka jeho odvahe bola kresťanská viera vyvýšená nad prenasledovanie od tyranov. Lebo pre všetkých kresťanov bolo toto odvážne utrpenie a mučenícky skon svätého nového mučeníka Marka znakom sily a víťazstva pravej Christovej viery. Po jeho mučeníckom utrpení pre Christa vykonal svätý Marek mnoho zázrakov medzi veriacimi, aby bol ešte viac oslávený náš Boh, oslavovaný vo Svätej Trojici, Otec i Syn i Duch Svätý, teraz aj vždy, až na veky vekov. Amen.

**Zdroj a foto:** [zivotysvatych.blogspot.sk](http://zivotysvatych.blogspot.sk)

**Zuzana Sadilková**



## DETSKÁ MODLITBA V LITURGICKOM ŽIVOTE



Pre veriaceho kresťana je modlitba neodmysliteľnou súčasťou každodenného života. Naučiť sa modliť, či vedieť sa správne modliť, sa nedá naraz, nezrodí sa to len tak. Podobne, ako sa malé dieťa učí chodiť, hovoriť, vnímať svet vôkol seba, čítať, písať, a tak ďalej, naučí sa aj modliť, len mu v tom treba pomôcť. Tým, že sa dieťa učí modlitby, zlepšuje sa jeho duchovný rozvoj, čo je pre duchovný život kresťana veľmi dôležité. Ak si rozvíjame reč a jazyk, nemôžeme sa naučiť najprv verše. Tak aj malé deti nemožno učiť odrazu, keď sotva povedia „mama“ alebo „otec“. Úplne prvou modlitbou, ktorú môže dieťaťko počuť, je modlitba, ktorú počuje od svojich rodičov nad ním, keď v modlitbe vyprosujú u Boha to, čo dieťa najviac potrebuje.

Za ten dlhý čas, kým sa naučí samo hovoriť, pozoruje mamu a otca, ako sa modlia, žehnajú seba i dieťa a pobozkajú pritom ikonku i Krížik nad postieľkou. To všetko môže byť preňho zaujímavé a môže to považovať za „svätú hru“. Keď sa postupne prežehná samo, kľakne si na kolená, je to preňho taktiež hra, no postupom času zistí, že je to život, pretože už preňho niet rozdielu medzi takouto hrou a obyčajou. S prvými slovami sa začína aj prvá modlitba, ktorú vysloví malý človečik. Či už je to doma alebo v chráme, sú to jednoduché krátke verše: *Hospodi pomiluj, Podaj, Hospodi, Amiň...*

A keď vidí rodičov, chce ich aj ono trošku napodobniť a opakuje po nich. Samo sa začne modliť a spievať postupne, no hlavne od srdiečka a s láskou. V tomto je potrebné podporiť ho a nechať mu voľnosť. Pomaly, s takýmito jednoduchými prosbami, sa začína i jeho rozhovor s Bohom. Aké je len pekné a milé počuť maličké dieťa pred spaním modliť sa za najbližších, či dokonca vidieť ho, ako sa v postieľke pozrie smerom k oknu, zamáva rúčkou a pošepne: „Dobrú noc aj Tebe, Božičko!“

Deti nás učia neuveriteľné veci, ktoré my, dospelí, už vnímame menej. Tešia sa, keď je sviatok Roždestva a narodí sa Spasiteľ, pre nich bábätko, maličký Isusko. Plačú, keď Christa vidia na ikone visieť na Kríži a pýtajú sa, prečo Mu ide krv z rúk, nôh a z boku. Deti sú na to dostatočne chápvavé a citlivé, aby aj zo samotných textov rozlíšili, či sú radostné alebo smutné, pochmúrne. Dieťa rastie, rozvíja sa, viac

vníma a myslí, lepšie hovorí. To všetko sa deje postupne. Ako mu odkryť bohatstvo modlitebného života, ktoré je súčasťou cirkevnej modlitby? Takéto modlitby, ako aj modlitba nášho Hospodina Isusa Christa „Otče náš“, s nami zotrávajú počas celého života, učia nás správne vzťahu k Bohu, k samému sebe, k životu. Aj my, dospelí, sa musíme „učiť“ takéto modlitby, a to až do konca nášho života.

Ak chceme, aby sa túto modlitbu naučilo naše dieťa, slová modlitby najprv musí hovoriť niekto dospelý, mama, otec, babka, dedko. Vysvetľovať by sa mala za každým iba jedna prosba, jeden výraz. Veľmi zreteľne a jednoducho. Príkladom je vysvetlenie „Otče náš“ – to znamená „náš Otec“. Isus Christos nás naučil nazývať Boha Otcom, lebo Boh nás ľúbi tak, ako ten najlepší otec na svete. On nás počuje a chce, aby sme my ľúbili Jeho tak, ako ľúbime otca a mamu.

Tak sa deti naučia opakovať slová modlitby a vekom pochopia aj ich zmysel a význam. Najlepšie je modlitby s deťmi spievať aj na Liturgii v chráme. Vtedy si zapamätajú text aj samotné slová a znenie modlitby. Niekedy je to možno aj ľahšia forma, ktorou sa dieťaťko modlitbu naučí. Ak sa pritom na niečo nejasné opýtajú, neslobodno ich odmietnuť, ale naopak, odpovedať na všetko s láskou a trpezlivosťou, v medziach detského porozumenia a preložiť, objasniť im zmysel slov. Nové modlitby netreba učiť uponáhľane, nedá sa to odrazu, všetko v jeden deň... Je ťažké povedať, kedy nastupuje ten moment v detskom živote, keď sa deti začínajú modliť samé, samostatne, bez účasti rodičov či príbuzných. Ak sa však u detí tak rýchlo nezakorení návyk modliť sa, keď idú spať alebo keď ráno vstanú, vtedy je dobré ich zo začiatku napomínať. Každodenná modlitba sa stane samozrejmosťou.

Je ale veľmi dôležité, aby deti videli a cítili prítomnosť modlitby v každodennom živote rodičov, realnosť obrátenia sa k Bohu i v rôznych momentoch rodinného života. Rodičia sú príkladom pre svoje deti a keď deti vidia svojich rodičov modliť sa, spovedať sa a pristupovať spolu s nimi k Eucharistii, nie je pre nich nič krajšie. Navštevovať chrám čím častejšie je tiež veľmi dôležité, pretože modliť sa učia aj v chráme. Počujú spievať okrem rodičov doslova všetkých veriacich aj deti. S deťmi sa rodičia učia všetko, čo potrebujeme pre spásu našej duše. Učíme sa o pokore, trpezlivosti, láske, snažíme sa ich naučiť všetko čo najlepšie, lebo sú to naše poklady, za ktoré by každý rodič ochotne položil aj život. Ďakujeme za nich Bohu každý deň a detičky nám to stonásobne oplatia.

Učíme deti modliť sa a podporujeme ich v tom, lebo modlitba malého anjelika má obrovskú silu, ktorú sa v mnohých prípadoch nepodarí dospelému nadobudnúť veľmi dlhú dobu. *„Nezabúdajme, že moc modlitby nespočíva v mnohovravnosti, ale v úprimnosti modlitebného povzdychu“* (Ctihodný jeroschimonach Nektarij Optinský).

**Zdroje:** pravoslavie.ru/103974.html, Poučenia starcov Optinskej pustovne – Ignacik Marek, azbyka.ru/otechnik/Sofya\_Kulomzina/semja-malaja-tserkov-zapiski-pravoslavnoj-materi-i-babushki



## SVJAŠČENSTVO

*Slava Isusu Christu! Dorohy (j) otcove (otče) duchovny (j), vozľublenny bratia i sestry vo Christu...*

V pojmi Tajina svjaščerstva sut zjednoteny tri hodnosti, pričom každá z nich je vlastní samostatnou tajinou – sut to čin posvjaščeniya na hodnosť jepiskopa, svjaščennika a diakona.

Jepiskop podľa Cerkvnoej Tradicii sa vyberat z monachov. V prvotnoj Cerkvi byli aj ženaty jepiskopi, apostol Pavol hvarit, že jepiskop mat byty bezuhonnjy, jednoj ženy muž. Medzi znamenitymi Otcami Cerkvi 4. stor. byl lem svjatyj Grigorij Nisskyj ženatyj, zatiaľ što svjatyj Afanasij Velikyj, Grigorij Bohoslov, Vasilij Velikyj, Joan Zlatoustyj a mnoho ďalšych, byly monachmi. Svjaščennici a diakoni v Pravoslavnoj Cerkvi možut byty jak monachmi tak ženatymi, avšak vstupenie do manželstva sa povoľuje do prijatia svjaščerstva a toty, što sa oženily druhjy raz už svjaščennikami byty nemožut.

Tajina posvjaščeniya do duchovnoj hodnosti sa už z apostolskych čas konat čerez rukopoloženie, grecky chirotoniu. V suhlasi s cerkvnyma pravidlami svjaščennika a diakona rukopolahat biskup a jepiskopa dvoje a vecej jepiskopov. Tajina sa uskutočňuje počas liturgii: chirotonia biskupa byvat po pisni Svjatyj Bože, svjaščennika po Velikym vchodi a diakona po Eucharistickym kanoni. Na liturgii sa posväcovanyj vede čerez carsky vrata a oltar a tri raz obchodžat prestol bozkavajuc joho rohy. Počas toho sa spivajut tropary Tajiny Manželstva. Posväcovanyj kľakat na kolina pri prestoli a jepiskop na ňoho klade ruky a čitat molitvu posvjaščeniya, potim novopo-



svjaščennoho oblikajut do obličiča, ktore prinaležit joho hodnosti a narod spivat Dostojin, grecky aksios. Spivaňa troparov tajiny Manželstva mat symbolickyj vyznam, to znamenat, že jepiskop abo svjaščennik sa obručat svojij pastvi, jak ženich nevisti.

O velikoj dôstojnosti svjaščerstva pisal prepodobnyj Siluan Afonskyj: „*Svjaščennici nosjat v sobi na tiko veliku blahodat, že keby ľude mohly vidity slavu toj blahodati, cilyj svit by sa jej divil, ale Hospod'ju skryl, žeby joho služobnici nebyly hordy, ale spasaly sa v smireniji... jerej je velika osobnosť pri Božom prestoli. Kto ho uražat,*

*tot uražat Ducha Svjataho, ktorý v nim žije... keby ľudie vidily v jakoj slavi služít svjaščennik, odpaly by z toho pohľadu, a keby sa vidil sam svjaščennik, v jakoj nebesnoj slavi stojít, stal by sa velikym podviznikom, žeby ničím neurazil žijucu v nim blahodat' Ducha Svjataho". Pravoslavnyj narod si barz važít svjaščennikov, nositel'ov blahodati Christovoj, a primajuc blahoslovenije svjaščennika, ľudie mu cilujut ruku, jak ruku Samoho Christa, lebo svjaščennik blahoslovlat ne svojou silou, ale silou Božou.*

V životi prepodobnoho Simeona Novoho Bohoslova sa piše, že v moment joho svjaščenničeskoj chirotonii kid' archijerej čital molitvu nad joho holovou a vin kľáčal, uvidil Ducha Svjataho, Kotryj zišol jak dajake obyčajne a beztvare svitlo a osvitil joho vsesvjatu holovu, a schadžaňa tohto svitla vidil furt, kid' služil liturgiu počas svojich 48 rokoch svjaščenstva.

Efrem Syrskij piše o svjaščenstvi: Slava Jedinomu Blahomu, Kotryj oznamuje svojim učeníkom, čerez Novyj Zakon, žeby i oni ukazaly priklad v skladani svojich ruk na dostojnych. Zato si važme šytkych, kotry majut hodnost' čestnoho svjaščenstva, lebo kid' dakto ľubit priateľa kraľa, to o dost' vecej ho vozľubit kraľ. Zato ľubme jerejov Božich, bo oni sut priatelja blahoho Boha a prihovarajut sa za nas i za cilyj svit. Ucti si jereja a splniš aj Christovo prikazanie: Kto prijimat proroka, zato že to je prorok, dostane odmenu proroka. A kid' aj neznaš či tot svjaščennik je hoden toj hodnosti abo ne, neopovrhuj nim už len kvôli prikazaniu Christa. Tak jak zoloto, kid' je pokryte špinou neje znehodnotene, tak isto i najčistijšyj drahokam, kid' sa zašpinit, tak i svjaščenstvo neje poškvrenym kvôli čoloviku, aj keby tot što ho prijal byl nedostojnyj. Kid' sa dakto ukaže hoden tejto hodnosti a bude v nej chodity prepodobni a bez vyčítiek, takyj si pripravuje život a nevädnujij vinec. A kid' sa dakto odvažít vstupity do svjaščenstva nedostojnyj, tot si pripravuje tmu a sud bez milosti.

Bratia i sestry, aj kid' mat svjaščennik blahodat' Ducha Svjataho, to však neznamenat, že je bezhrišnyj, zato sa mol'me za našich duchovnych otcov, žeby sa Boh nad nima zmiloval, odpustil im hrichy a dal im aj ciloj ich pastvi Carstvo Nebesne. Amiň. Christos posredi nas!

**Zdroje:** [azbyka.ru/otechnik/Ilarion\\_Alfeev/tainstvo-very-vvedenie-v-pravoslavnoe-dogmaticheskoe-bogoslovie/8\\_7](http://azbyka.ru/otechnik/Ilarion_Alfeev/tainstvo-very-vvedenie-v-pravoslavnoe-dogmaticheskoe-bogoslovie/8_7), [azbyka.ru/otechnik/Efrem\\_Sirin/tvorenia/56](http://azbyka.ru/otechnik/Efrem_Sirin/tvorenia/56)



**„Sláva Isusu Christu! Čo sa stane s diablom a zlými anjelmi po druhom príchode Christa? Budú trpieť spolu s ostatnými ľuďmi, ktorí nebudú spasení?“**

O osude diabla a zlých anjelov, čiže démonov alebo bisov, po druhom príchode Isusa Christa sa v knihe Zjavenia píše toto: „*Diabol, ktorý ich zvädzal, bude uvrhnutý do ohnivého a sírového jazera, kde je šelma i falošný prorok; a budú mučení dňom i nocou na veky vekov*“ (Zj 20, 8-10). Uvedené slová Svätého Písma vysvetľuje sv. Andrej Kesarijský takto: „*Slávny Christov príchod ich premôže duchom Christových úst a ich vodcu diabla spolu s antichristom uvrhne do ohnivého jazera, kde budú mučení na veky vekov. My, čo sme naučení Christom modliť sa za to, aby sme napadli do pokušenia (Mt 6, 13), pretože sme spoznali svoju slabosť, budeme Ho neustále a vrúcne prosiť, aby sme boli zbavení od tejto predpovedanej skúšky, aby sme nevideli ani príchod antichrista, ani povstanie predpovedaných národov, ani smrtonosné trápenie, ktoré bude nútiť (ľudí) odstúpiť od spasiteľnej viery. Udržujme, podľa možnosti, nepoškodené a nezranené svedectvo nášho svedomia a dobrými skutkami preukazujeme plameň lásky ku Christovi, ktorý nás vykúpil svojou čestnou Krvou. Posilňovaní veľkou Božou štedrosťou budeme očakávať prijatie... večných bláh... v samotnom Spasiteľovi a Vykupiteľovi našom Christovi*“.

Diabol bude teda aj po druhom Christovom príchode naďalej existovať, bude však večne mučený spolu s anjelmi a nespasenými ľuďmi v ohnivej jazere. Slová o ohnivej jazere je potrebné chápať duchovne. Ide o stav veľkého utrpenia spôsobeného výčitkami svedomia, samotou, prázdnotou, pocitmi nešťastia a zúfalstva, ktoré si človek zapríčinil sám. Hoci všetci budú akoby na jednom mieste, každý tam bude sám a opustený. Najväčším dôvodom utrpenia bude to, že hriešne vášne, ktoré si diabol, anjeli a nepokajani hriešnici dobrovoľne zamilovali, odhalia svoju pravú tvár a zaútočia na duše ľudí v plnej svojej sile, škaredosti, bolestivosti a, čo je najhoršie, bez možnosti oddychu alebo zabudnutia. Tu, keď zaspíme, nevnímame mnohé negatívne veci a tak si od nich oddýchneme, keď sa stretneme s dobrými ľuďmi, zabúdame na mnohé negatívne pocity, keď sa stretneme so zbožnými ľuďmi, pomáhajú nám krotiť našu bezbožnosť a ťahajú nás niekedy aj proti našej vôli k dobru. Vo večnosti však niet spánku

a každý sa ukáže taký, aký je sám o sebe, čo v sebe kto vypestoval. Preto nech v nás žije iba čistota, svätosť, zbožnosť a všetko iba dobré a svetlé!”

S láskou v Christu

**j. Štefan Pružinský, ml.**

**Zdroj:** bpmorthodox.sk

**Foto:** pravlife.org







## FAZUĽOVÁ NÁTIERKA

### Recept:

Uvarenú fazuľu rozmixujeme aj s cesnakom, pridáme cibuľu, soľ, vegetu, čierne korenie. Všetko premiešame a natrieme na pečivo.

## SLIVKOVÝ KOLÁČ POSÝPKOU

### Recept:

Cesto:

500g hladkej múky

1 dcl oleja

2 lyžice kryštálového cukru

štipka soli

kocka droždia

### Postup:

Všetky ingrediencie zmiešame, pridáme vodu, aby sme vypracovali pružné cesto.

S cestom hneď pracujeme, dáme ho na vymastený

plech a necháme na plechu kysnúť 30 minút. Na vrch pridáme slivky alebo iné ovocie a posypeme posýpkou z tuku, cukru a múky.

Pečieme doružova.



**Foto:** súkromný archív  
**Zuzana Sadilková**



## OBSAH

Akcie BPM.....	3
Istinkáči na trangáči.....	4
Pravoslávna rodina.....	6
Život mladého človeka.....	8
Pravoslávie vo svete.....	10
Študentské práce.....	12
Ovečka.....	15
Rozhovor.....	22
Novodobí svätí.....	26
Liturgické okienko.....	28
Kázeň.....	30
Otázka.....	32
Pôstna kuchárka.....	33



**Obálka:** Deň detí, PCO v Slovinkách

**Strana 2:** Deň detí na PBF v Prešove

**Strana 35:** Chrámový sviatok Sošestvija Sv. Ducha v Medzilaborciach

**Strana 36:** Deň detí, PCO v Slovinkách

ISTINA - Mesačník Bratstva pravoslávnej mládeže na Slovensku – SYNDESMOS.

Redakčná rada: Marína Bachledová, Ivana Bilá, Anastasia Bobaková, Daniel Havaj, David Horváth, Eva Kahancová, Jana Kapraľová, Ludvig Kináč, Petra Petrisková, Zuzana Sadilková, Juliána Savčáková, Tatiana Vasiliou Mihaličová,

Šéfredaktor: Kamil Kurták

Korektúra: Anna Pružinská

Grafik: Jaroslav Smoleň

Technický redaktor: jerej Miroslav Guba

Pokladník: Anton Sorokáč

Ročník XXVII/2022. 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 13. deň v mesiaci.

Dátum vydania: jún 2022

**Tlač: GRAFOTLAČ Prešov**



