



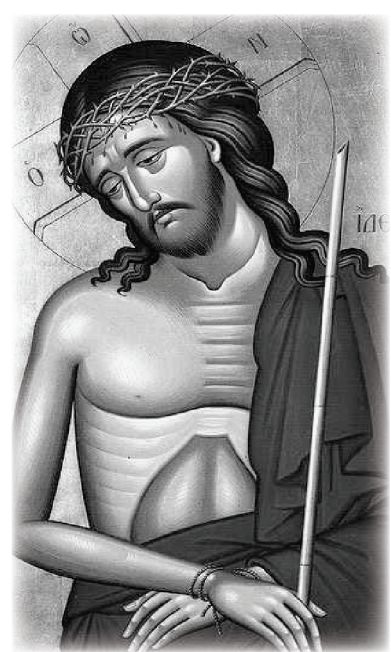
PRAMENĚ

Ročník XII

MAREC 2014

Cena 0,40 €

Veľký Pôst je pre kresťanov výnimočným časom z mnohých pohľadov. Preto aj, ako mnohí z nás môžu postrehnúť, v tomto čase sa objavuje mnoho publikácií, článkov posvätených tejto téme – ako postiť, kvôli čomu a či vôbec... Články o pôste nájdete v časopisoch náboženských, vedeckých, svetských, či dnes populárnych – ezoterických. Jedni píšu o tom, ako si v pôste radiť v kuchyni, podávajú množstvo pôstnych receptov a gastronomických rád, iní sa koncentrujú na možnosť boja s nadváhou, čo je tiež plusom, keďže obezita podľa štatistických daných trápí, čo druhého človeka u nás. Sú tiež takí, ktorí pri pôste hovoria ako o veľkej šanci očistenia nášho organizmu s blahodarným účinkom na pokožku, rast vlasov, trávenie, celkovú pohodu. Dokonca možno stretnúť na internete, či v časopisoch úžasné ponuky rôznych „špecialistov“, ktorí v čase pôstu v akciových cenách ponúkajú „dôkladné vnútorné očistenie vášho organizmu a úpravu vašich energetických zón“. Nájdete sa aj takí, ktorí budú rozpisovať o tom, ako Cirkev zaťažuje svojich biednych veriacich zákazmi používať stravu, pokrmy nevyhnutné pre život človeka a tak ohrozuje ich zdravie, dokonca život. Ale keďže títo ľudia už zo zásady obviňujú Cirkev z chamtivosti, hrabivosti, ich logika sa zdá byť krátkozrakou – Ak by Cirkev bola naozaj tak chamtivou, práve naopak, odporúčala by svojim ovečkám užiť si života v každej sfére, v jedle i pití, zábavách, ... dopriala by im civilizačných chorôb, rozpustenosti so všetkými jej následkami – a tak by z jednej strany získala na popularite mäsa a zo zaopatrení chorých, či pohrebov atď. by ešte niečo získala. Popri tom všetkom fungujú ešte omnoho surovšie, priam zverské diéty, vychádzajúce z ekonomickej situácie jednotlivých vrstiev obyvateľstva, ktoré vymáhajú omnoho viac odriekania sa ako náboženský pôst, a nikto neobviňuje tých, ktorí ho nariadili z pokusu o zabitie, či za ohrozenie všeobecného zdravia...



TAK AKO JE TO S POSTOM?

Pomôžeme si príkladom – pokúsime sa prirovnať pôst k autu. Jedni v ňom môžu vidieť vynikajúcu možnosť skryť sa pred dažďom, či naopak, pred slnkom., iní zase, vidia v ňom možnosť uloženia vecí., nadšenci estetického citenia ho budú neustále umývať..., ale koľkých napadne, že auto v prvom rade slúži k doprave? Ako vidíme – jedna vec a koľko názorov. Takisto, jeden pôst, ale koľko uhlov pohľadu...

Predstavme ten náš. Pravoslávny pohľad na pôst je pohľadom asketickým. Toto grécke slovo vyjadruje cvičenia, pripravujú-

ce človeka k zápasu, k boju. A čo znamená samo slovo „pôst“, keď sme už pri pojmoch? Máme tu niekoľko prekladov. Prvý podáva Alexander Bruckner, píšuc, že to slovo je prebrané zo staronemeckého „festa“, čo znamená „spratať, zjesť“ a vošlo do užívania slovanských jazykov v VIII. – IX. stor., a ktoré v súčasnej nemčine znie ako „Fasten“. Ďalšie vysvetlenie, z ruskojazyčných kruhov, publikované v klasickom slovníku ruského jazyka vydanom v r. 1863 – 66 od Vladimíra Dala, ukazuje spojenie slova „pôst“ s oblasťou armády: „pôst“ ako „varta, hliadka, stráž“. Autori iných východných slovníkov a encyklopédií vysvetľujú tento pojem podobne, vidiac v ňom latinské slovo „positus“ - „bojová pozícia, základňa“, čiže vojenská rétorika, ukazujúca na vojnu, boj. O akú vojnu, s čím - s kým a o čo tu vlastne ide?

Nie je žiadnym tajomstvom, že človek pozostáva nielen z tela. Má ešte niečo – materialisti to nazývajú „nadstavbou“, veriaci - „duchom, dušou“. Často dokonca i v myslení kresťanov je pôst vnímaný ako boj s telom, boj, ktorý má pomôcť našej duši. Telo, ako niečo materiálne, je považované ako záťaž, ako čosi čo zväzuje dušu, čo jej prekáža. Ale to nie je pravda, aspoň nie do konca. Na objasnenie tejto otázky sa pokúsime znova definovať niektoré pojmy.

TELO - Pozrime sa najprv na telo z pohľadu Sv. Písma. Aj tu narážame na paradoxy. Sv. Pavol v Liste Rimanom v 7. hlave píše: „Viem totiž, že vo mne, teda v mojom tele, neprebýva dobro.“

pokračovanie na str. 2.





dokončenie zo str. 1.

Mám vôľu robiť dobro, ale nemám schopnosť uskutočniť ho. Nerobím totiž to dobré, čo chcem, ale konám zlé, čo nechcem (...). Lebo podľa vnútorného človeka s radosťou súhlasím s Božím zákonom, ale vo svojich údoch vidím iný zákon, ktorý bojuje proti zákonu môjho rozumu a drží ma v zajatí zákona hriechu, ktorý je v mojich údoch. Ja úbohý človek! Kto ma vytrhne z tohto tela smrti? (...) A tak teda ja sám svojím rozumom slúžim Božiemu zákonu, ale telom zákonu hriechu“ (por. Rim 7, 18*). Z druhej strany, v prvom Liste Korint'anom sa pýta adresátov: „Azda neviete, že ste Božím chrámom a že vo vás prebýva Boží Duch?“ (1 Kor 3, 16), a ďalej ešte dôraznejšie hovorí: „Neviete azda, že vaše telá sú Christovými údmi?“ (1 Kor 6, 15). A nakoniec, v závere, jednoznačne vraví: „Vari neviete, že nepatríte sebe, ale že vaše telo je chrámom Svätého Ducha, ktorý vo vás prebýva a ktorého máte od Boha? Boli ste draho vykúpení. Oslavujte teda Boha vo svojom tele“ (1 Kor 6, 19). Čo by to malo znamenať? Ak odhliadneme od podrobnejšieho vysvetlenia tohto zdanlivého rozporu, prizrieme sa jednej zo základných právd kresťanstva, obsiahnutého vo Vyznaní viery: „Verím v zmŕtvychvstanie (vzkriesenie tela) a život večný“. Koľkým z nás tento fakt uniká z vedomia! Ak zmŕtvychvstal Kristus, tak zmŕtvychvstal dušou i telom. Našou úlohou ako kresťanov je nasledovať Isusa, snažiac sa prejsť do večnosti tak ako On - dušou, ale i telom. Odtiaľ plynie jedno krátke, ale dôležité tvrdenie – Telo človeka je spoluúčastníkom jeho večnosti! Ak má telo zmŕtvychvstať, tak nemôže byť považované za záťaž pre dušu. „Christos je Spasiteľom duše i tela“, - hovoril sv. Thallasios, žijúci v V. stor. Dôsledkom pádu Adama, telo i duša boli poškvrnené hriechom, utratili prvotnú krásu, a aby sa nanovo stali nositeľmi Sv. Ducha, musia sa očisťovať pre večnosť. Telo môže byť preplnené vášňami, ale takisto naopak – môže byť naplnené Duchom. Pripomeňme si dilemu sv. Pavla: „...svojím rozumom slúžim Božiemu zákonu, ale telom zákonu hriechu“ (por. Rim 7, 18). Takýto výkrik človeka na duchovnom rázcestí nachádzame aj v jednom z veršov Veľkého kajúcného kánonu prep. Andreja Krétskeho: „Ó, ako nasledujúc Lámecha, bývalého vraha, svojimi túžbami zabil som dušu ako tamten muža, a rozum ako tamten mladíka, svoje telo som zbavil života, ako Kain svojho brata“.

O pravdu o ľudskom tele, o jeho krásu a jeho znovunasmerovanie ku Bohu treba bojovať. Koľko úsilia vynakladáme na skrášľovanie nášho tela? Aby sme boli štíhli, šikovní, atraktívni, dokonca zmyselne vyzývaví – to je zabezpečená práca pre mnohé odvetia priemyslu, či ľudskej kultúry. Ale v skutočnosti je to iba make-up pre chorého človeka. Nikto nevraví, že človek má byť špinavým, strapatým, ... obklopeným nepríjemnou „aurou“. Chcem iba poukázať na to, ako veľa času obetujeme na to, čo v skutočnosti neprináša dobré ovocie, ale skôr sa pohybuje v nebezpečných sférach: plodí márnivosť, zmyselné túžby, pokušenie; chceme, aby nás obdivovali, závi-

deli nám, aby nás okolie chápalo ako iných, lepších, krajších, ako skutočne sme... A jednako, taký svet pomiňa, a deje sa to tak rýchlo, že nestačíme ani len držať krok s týmito zmenami – celý čas sa chceme cítiť mladí, pekní a atraktívni, investujúc pre to čoraz viac a viac prostriedkov, emócií a námahy. Dokonca, vytvorili sme si celkom špecifické pojmy, ktoré ukazujú naše vzory: módné ikony, ikony trendu, štýlu, životosprávy, či čohokoľvek iného...

Lenže, nie je žiadnym tajomstvom, že spolu s hriechom do našich tiel i duší prišli choroby a smrť. Z tohto pohľadu, dokonca zdanlivo zdravé telá mladých ľudí nie sú takými v skutočnosti. Takisto oni prepadajú chorobám, túžbam a vášňam, plných našich slabých stránok. Ak človek nasleduje hlas týchto túžob (bez ohľadu na ich motiváciu), tak bude intenzívne hľadať spôsob ako ich uspokojiť. A preto akákoľvek myšlienka o asketizme a potrebe námahy, ktorá má krotiť negatívne sily v človeka, nenachádza pochopenia. Čo je zaujímavé, otcovia – askéti, nazvime to praktikujúci zdravý spôsob života, nevy-máhali od svojho tela príliš veľa. Samozrejme, poznáme veľa príkladov extrémnej askézy a odriekania, ale tie neodporúčam z pochopiteľných dôvodov, keďže dokonca ani medzi dávnymi askétami, nie všetci boli schopní dodržiavať tak prísny spôsob života, skoncentrujme sa skôr na tzv. základ. V podstate, otcovia odporúčali konať všetko po (A) – s mierou, a po (B) – dôkladne. S mierou jedli, s mierou pili, s mierou spali – nič viac. A to trvalo celé roky. Sám fakt prítvrdzovania týchto regúl, zásad, vynikal z ich dobrovoľnej túžby zdokonaliť sa a dosiahnuť vysokej duchovnej úrovne. Telo je priateľom duše a bez neho ani duša nemôže získavať čnosť a dosiahnuť spasenia, preto sa treba o telo starať. „Staraj sa o svoje telo, - hovorí sv. mních Izaiáš, - lebo je to Boží chrám. Malo by zmŕtvychvstať, a ty budeš musieť zložiť účet pred Bohom, čo si s ním urobil. Toľko námahy, koľko vkladáš do liečenia chorého tela, vlož aj do starosti o to, aby si ho pripravil k vzkrieseniu očistením od všetkých vášní“.

Očistenie od vášní, čiže od zlých túžob, hlboko v nás ukrytých, ktoré z nás neraz robia otrokov, vyžaduje ohromnú námahu. A to je práve ten zjavný rozpor – telo, „ktoré vedie k smrti“, bojuje s telom „chrámom Ducha Svätého“. Askéza, alebo ako už vieme – príprava k boju, pomáha obmedziť túžby a týmto spôsobom očisťuje telo. Askéza nezabíja, nehubí telo, ako to niektorí odporcovia pôstu, duchovnosti a vôbec kresťanstva tvrdia; to hriech ničí telo človeka. Ale tu takisto je potreba rozvahy a miery. Sv. Eliáš, presbyter, zdôrazňuje túto racionálnosť vo vnímaní vlastného tela: „Askéta musí vedieť, kedy a čím nasýtiť telo ako nepriateľa – z dôvodu ukrytých v ňom vášní a zlých túžob., a kedy ho treba posilniť, ako vyslabnutého priateľa“.

DUŠA - Hovorili sme o tele, jeho možnostiach i slabostiach, preto sa prizrieme aj duši. „Iné sú túžby tela, a iné sú túžby duše. Kto s prvými bojuje a na druhé nekladie pozornosť,

dokončenie zo str. 2.

podobá sa človeku, ktorý, hoci vybudoval mocný a vysoký plot ako obranu pred divými zvermi, no dovoľuje vtáctvu vyzobať tie najlepšie bobule z hrozna svojej vinice – ktorými sú vlastné myšlienky“, - varuje už spomínaný sv. Eliáš, presbyter. Naopak, keď človek vedie vojnu o svoju dušu, môžeme pozorovať úžasný vzťah duše a tela: „Kedy sa duša stáva krajšou, takisto telo, ktoré sa spojilo s dušou, bude vo svojom čase obdarené krásou vtedy, kedy „pominuteľné, prioblečie sa nepomynuteľnosťou“, - konštatuje sv. Pavol v Liste Korint'anom (por. 1 Kor 15, 53). Čím viac sa duša teraz skrášľuje, tým väčšiu krásu obdrží telo po zmŕtvychvstaní“, - píše sv. Tichon Zadonský.

Otcovia tiež poukazujú na fakt vzájomného pôsobenia medzi dušou a telom už teraz, v tomto svete. Odkiaľ to otcovia – askéti mohli vedieť? Z vlastnej skúsenosti. V modlitbe, rozjímaní a duchovnom zdokonaľovaní boli schopní vnímať a chápať samých seba, svojich bratov i svojich učiteľov. Preto tiež v plnom presvedčení píšu o „predzmŕtvychvstaní tela“: „Pred vzkriesením duší, - píše sv. Simeon Nový Teológ, - uskuotočňuje sa vzkriesenie tela. Vzkriesená duša aj telo osvecuje svojim vlastným leskom a svetlom, vylievaných cez Ducha“. Sv. Gregor Palama potvrdil túto myšlienku: „Ľudia, ktorí na-

smerovali svoju myseľ a dušu k Bohu, takisto i telom, zmeniac svoj postoj, vznášajú sa spolu s ich myseľou i pocitmi radosť Božej blízkosti“. Nezažili ste nikdy situáciu, kedy zdanlivo príjemný človek sa po bližšom spoznaní ukáže byť odporným? Keď jeho milý zjav, ako sa nám na prvý pohľad zdalo, v nás zrazu začína vyvolávať prinajlepšom akési obavy? Nevieme presne povedať, čo nie je v poriadku, ale inštinktívne cítime, že by sme mali vycúvať...“, že čosi sedí v duši tohto človeka a to vytvára negatívny vplyv na telo. Inak povedané – nie je všetko zlato, čo sa blyští. A naopak – sú ľudia dobrí, srdeční, ktorí vôbec nemusia byť kandidátkami / -tkami na miss, a aby nebolo málo – neraz bývajú skaličení, a mimo to, sú nádhernými ľuďmi vo svojom človečenstve a máme pocit, že je nám s nimi dobre, že chceme byť s nimi. Ale, aby sa tak stalo, človek musí vykročiť na cestu askézy. A tu niet obmedzení – žiadny rozdiel pre mníchov a svetských, pre duchovných a laikov – každý z nás sme totiž povolaný vykročiť úzkou cestou, prekonať prekážky podľa svojich možností a schopností, a pôst, zvlášť Veľký Pôst, je k tomu dobrou príležitosťou. Ale o tom v ďalšom čísle Prameňa.

Podľa článku ks. Mariusza Synaka - (Nie) samým chlebem...?, spracoval jerej Dušan N. TOMKO

Odkryli ostatky nových gruzínskych svätých



zostal do konca svojho života v r. 1957. Bol veľkým askétom – dodržiaval prísne pôsty, noci trávil na modlitbe, spal na drevennej doske. Prijímal mnohých ľudí, ktorí o ňom svedčili, ako o človeku plnom energie a radosti.

Sv. Georgij (Mheidze) začínal svoju mníšsku cestu pred revolúciou v hirskom monastieri. Od začiatku revolúcie si veľmi veľa pretrpel, bol



V Gruzínsku, v monastieri z XII. stor. - Betánia, boli 20. februára 2014 otvorené hroby svätých Jána (Maisuradze) a Georgija (Mheidze) – duchovných učiteľov starca Gabriela (Urbegadze) kanonizovaného v decembri r. 2012, - aby následne ich sv. ostatky mohli byť vystavené verejnej úcte. Ako sa vyjadril sekretár gruzínskeho patriarchu, o. Michael Botkovieli, ide o výnimočnú udalosť, keďže ide o prvé odkrytie hrobov svätých v novodobej histórii gruzínskej Cirkvi, napriek tomu, že Posvätná Synoda Gruzínskej Pravoslávnej Cirkvi kanonizovala v XX. a XXI. stor. veľa osôb.

Ostatky sv. mníchov boli uložené do nových relikviárov a dva dni vystavené v betánskom monastieri. Prvý deň, za účasti veľkého počtu veriáčov, slávnostné bohoslužby pri sv. ostatkoch slúžil patriarcha Ilija II., katholicos celej Gruzie. Následne boli ostatky prenesené do monastiarskeho chrámu, kde budú uložené.

Obaja svätí sa narodili v XIX. stor. Sv. Ján (Maisuradze) sedemnať rokov strávil na Sv. Hore Athos a po návrate do vlasti prijal mníšsky podvih v monastieri Betánia, kde



zostal do konca svojho života v r. 1957. Bol veľkým askétom – dodržiaval prísne pôsty, noci trávil na modlitbe, spal na drevennej doske. Prijímal mnohých ľudí, ktorí o ňom svedčili, ako o človeku plnom energie a radosti.

Sv. Georgij (Mheidze) začínal svoju mníšsku cestu pred revolúciou v hirskom monastieri. Od začiatku revolúcie si veľmi veľa pretrpel, bol

prenasledovaný komunistami, nešetřili ho ani dvaja rodní bratia, ktorí boli na strane bolševikov. Niekoľko rokov neskôr prišiel o. Georgij do betánskeho monastiera, kde viedol veľmi strohý život, podobne ako o. Ján.

Starec Georgij bol vo svojom odosobnení omnoho strohejší ako otec Ján, ale takisto prijímal mnohých pútnikov prichádzajúcich do monastiera. Rozdávali hosťom všetku plody svojej práce – chlieb, med, syr... Otec Georgij bol známy darom prozorlivosti a uzdravovania, hoci stále sa snažil tieto dary ukryť a zázračné udalosti vysvetľoval zemskejšími argumentami. Po smrti otca Jána v r. 1957, prijal veľkú schimu a prijal meno Ján – v česť svojho spolubrata v duchovnom podvihu. Zosnul o tri roky neskôr.

Zdroj: pravoslavie.ru.
- nikodim



V období Veľkého pôstu sme došli k vážnemu momentu. Tento týždeň čítame v celosti Kajúci kánon sv. Andreja Krétskeho. V ňom je obsiahnutá všetka ľarcha ľudského života. Vyjadruje dokonalé pokánenie človeka, ktorý si uvedomuje svoju slabosť a prosí Boha o očistenie a prijatie jeho pokánia.

V rámci kánonu sa dozvedáme aj o živote Márie Egyptskej, ktorej život nám ukazuje dokonalé pokánenie nad premárnenným časom jej života. Je osožné venovať náležitú pozornosť jej životu, a to aj vtedy, ak sme s jej životopisom už oboznámení. S určitosťou môžeme povedať, že z roka na rok nám poskytne novú možnosť prehodnotiť si svoj vlastný život, skutky, premárnenny čas a napraviť to, čo sme pokazili.

Prepodobná Mária Egyptská

Andrej Krétsky, ktorý žil v 8. stor., napísal tento kánon a vložil doňho jej životopis napísaný v 7. stor. Samotná Mária Egyptská žila v 4. stor., teda v časoch prvokresťanských, keď po Milánskom edikte bolo povolené verejné vyznávajúce kresťanstva a cisárske sídlo bolo v Konštantínopole.

Prečo to bol životopis Márie Egyptskej, ktorý vložil sv. Andrej Krétsky do kánonu?

V kresťanstve je mnoho svätých, ba tisíce svätých, a v tomto kánone sa mohol čítať hociktorý iný životopis. Mohli sme čítať trebárs životopis mučeníkov, ktorý boli trápení ukrutným mučením za Christa, aké si ani nevieme predstaviť. Mohol tu dať životopis lekárov a divotvorcov, ktorý sa obetovali pre druhých. Ale Andrej Krétsky si vyberá práve životopis Márie Egyptskej, a nielen jej životopis, ale aj životopis starca Zosimu, ktorého život môžeme taktiež vyčítať z jej príbehu.

Boh nám svojou všemohúcou prozreteľnosťou, práve v čase pôstu chce ukázať jej pokorný život. Nechce od nás nič veľké. Boh nám chce na jej živote ukázať to, bez čoho na nedá žiť. To, bez čoho sa nemôžeme k nemu priblížiť vo veľkom pôste a ani cez rok – pokoru.

To je najväčšia črta života Márie Egyptskej, jej obrovská pokora a ľútosť nad hriechmi. V jej životopise sa to dá jasne vidieť. Pokora je základná črta svätého človeka a Boh nám chce práve v dobe veľkého pôstu ukázať to, ako sa máme pokoriť a stíšiť voči tomuto svetu. Život prepodobnej matky Márie sa spomína aj v každej piesni kánona, kde sú jej venované po dve stichiry. V týchto stichirách je opísaný jej predošlý hriešny život a jej obrátenie.

Starec Zosima prešiel cez riekú Jordán a po púšti putoval už 20 dní. Tam stretol prepodobnú Máriu a prosil ju o požehnanie, a zároveň ona jeho. Nakoniec ho ona požehnala po dlhom proseaní. Žena sa začala modliť a pritom sa vznášala. Starec sa zľakol, či nevidí príznak, ale ona ho uisťovala, že je iba obyčajná hriešna žena. A tak mu porozprávala svoj život. Ako 12-ročná opustila rodičov a odišla do Alexandrie. Tam sa dala na prostitúciu a takto žila asi do svojich tridsiatich rokov. Prepodobná Mária však nerobila prostitútku pre zisk peňazí, aj keď žila v biede. Svoju prostitúciu vykonávala bezplatne, lebo si myslela, že celý zmysel života spočíva v uspokojení telesnej žiadosti. Žijúc takýmto životom sa pridala ku istému národu putujúcemu do Jeruzalema na Sviatok „Vozdviženija čestnaho i životvoriasčeho kresta“. Tam však nešla kvôli tomuto sviatku, ale aby zvädzala na hriech mladých ľudí. Vtedy bola prepodobná Mária

nástrojom hriechu v rukách Satana, ktorý si ňou získaval mnoho ľudských duší. Ale Hospodin aj tento hriešny úmysel dokázal obrátiť na dobré. Keď všetci ľudia odchádzali do chrámu, aby sa poklonili životodárnemu drevu kríža, chcela ísť aj ona. Išla spolu s ostatnými, ale keď už chcela prekročiť prah chrámu nemohla. Bránila jej v tom istá sila. Ona si myslela, že je to jej ženská slabosť, pre ktorú nemôže vstúpiť do chrámu cez mnoho ľudí, ale ani po viacerých pokusoch sa jej to nepodarilo.

Chrám ju nechcel prijať pre jej hriechy. Takto je to aj nami. Ani my nemôžeme prísť k Bohu, ak máme v sebe plno hriechov a neolútujeme ich. Musíš sa najprv kajovať a ľutovať svoje hriechy, lebo inak ťa Boh k sebe nepustí. Pokora a ľútosť nad hriechmi sú cestou k Bohu, len tak sa môžeš dostať do Božej blízkosti, ako prepodobná Mária ku krížu. Lebo kríž je znakom moci a výhry nad hriechom. Ako spievame v kánone - je to meč proti Satanovi. Prepodobná Mária, keď bola vysilená a vyčerpaná, odišla a postavila sa do rohu chrámových schodov. A vtedy jej Boh dal veľkú milosť. Pocítila, že sú to práve jej hriechy, ktoré jej bránia vstúpiť do chrámu, ku sv. krížu. Vtedy sa s plačom a v pokání bila do prs pred ikonou Presvätej Bohorodičky a s plačom modlila. V modlitbe sľúbila, že ak bude môcť vidieť presväte drevo kríža, zriekne sa sveta a pôjde tam, kam jej to prikáže. Takto sa vybrala prepodobná Mária ku sv. krížu, a tak ako ostatní, aj ona vošla dnu, padla na tvár a modlila sa. Vrátila sa k ikone Bohorodičky a tam počula hlas, ak prejdeš za Jordán, nájdeš tam blažený pokoj. Prepodobná Mária prišla k Bohu cez presväť Bohorodičku, lebo práve ona, naša Bohorodička, je cestou k Bohu. Taktiež spievame aj v akafiste „Raduj sa obrátenie hriešnikov“. Kúpila si tri chleby, za peniaze, ktoré jej daroval istý človek, prijala sv. tajiny Christove v chráme sv. Jána Krstiteľa a s opusteným člnom sa preplavila za Jordán. Na púšti sa postila a modlila, ako to robil Isus Christos počas 40 dní. V tichu a v pokoji, odrezaní od tohto sveta, môžeme nájsť Boha. Bola tam 47 rokov. Keď ju stretol starec Zosima, mala asi 77 rokov. Keď prešla za Jordán mala len 2 a pol chleba, ktoré jej vydržali 17 rokov a potom sa živila korenkami.

Šaty, ktoré mala, sa jej dávno roztrhali. Počas života na púšti ju mnohokrát prenasledovali nečisté myšlienky a denno denne zvädzala boj s pokušeniami predošlého života. No stále mala pred očami sľub, ktorý dala Bohorodičke.

Prepodobná Mária nevedela čítať a vôbec nepoznala sv. Písmo, ale Hospodin dáva svoju múdrosť pokorným a svojich slabých povyšuje. Mala ešte mnoho iných darov od Boha. Poznala starca Zosimu, jeho mníšsky a kňazský stav, aj keď predtým o ňom nepočula a nepoznala ho. Žila úplne mimo sveta, a predsa vedela, kedy je Pascha a presne deň, kedy sa má so Zosimom stretnúť. Zosima odišiel potom späť do monastiera a nikomu o tom nehovoril, lebo jej dal sľub.

Na druhý rok vo veľký štvrtok vzal so sebou sv. tajiny Christove, ako ho poprosila svätá žena a prišiel k Jordánu. Ona prišla na druhú stranu. Nad Jordánom urobila rukou znak kríža a prešla po vode. Tak sa pomodlila Viruju a Otče náš. Rozišli sa, Zosima do monastiera a Mária do púšte. Na ďalší rok Zosima prišiel na miesto, kde sa po prvýkrát stretli, ako jej to sľúbil a tam ju uvidel ležať mŕtvu. Slzami jej umyl nohy a pochoval ju (lev mu vykopal jamu). Najprv ju nechcel pochovať, myslel si, že je toho nehodný, ale potom pri jej hlave uvidel napísané:

„Pochovaj, otče Zosima, na tomto mieste telo pokornej Márie, modlí sa za mňa zosnulú v prvý deň mesiaca apríla, v noci spašiteľných utrpení Christových, po prijatí svätej poslednej večere“. Potom sa vrátil stavec Zosima do monastiera a vyrozprával všetko bratom v monastieri a igumenovi. Tak sa jej pamiatka ustanovila na 1. apríla.

Zdroj: PANAGIA – web. Stránka Misijnej pravoslávnej cirkevnej obce pri Skýte prep. Mojseja Uhrina v Zempline

Blahoželanie k 70-tinám

Výročie 70-tin je významným medzníkom v živote človeka, ďakuje Bohu za prežité roky a prihovára sa za seba i svojich blízkych, za dostatok zdravia a síl do ďalších rokov.

6. januára tohto roku **oslávil brat v Christu, Ján Olexa, krásnych 70 rokov svojho života**. Brat Ján je dlhoročným členom kurátorského zboru Pravoslávnej cirkevnej obce v Sobranciach a po všetky tieto roky bol a neustále je verným svätej pravoslávnej Cirkvi. Stál pri plánoch i výstavbe nového pravoslávneho chrámu. Mnohokrát priložil ruku k dielu pri neľahkých stavebných prácach, neraz prispieval i svojimi cennými radami a myšlienkami. Z jeho kresťanského rodinného života, návštev Božieho chrámu a úprimnej modlitby si môže brať príklad každý kresťan. Životom ho sprevádzalo mnoho krásnych, radostných dní, no neraz nastali i dni ťažšie, ktoré s Božou pomocou a na príhovory všetkých svätých vždy zvládol. Dôležité miesto v jeho srdci zaberá rodina, ktorá mu vždy bola a je i naďalej oporou. Veríme, že spolu s bratom kurátorom zažijeme ešte hojne spoločných modlitieb a bohoslužieb v našom chráme sv. Vladimíra.

K jeho krásnym okrúhlym narodeninám mu želáme, nech mu milostivý Boh požehná ešte mnoho rokov spokojného rodinného života prežiť v zdraví, šťastí, láske a spokojnosti v kruhu svojich najbližších. Prajeme mu hlbokú vieru a lásku k Hospodu Bohu, veľa chvíľ, ktoré v jeho duši zanechajú pokoj a radosť. Na mnohaja i blahaja lita! „Na Neho, zložte všetky svoje starosti, lebo On sa stará o vás (1 Pt 5,7)“

Správca farnosti, kurátorský zbor a veriaci PCO Sobrance



PRAVOSLÁVIE V KOŇUŠI A JEHO OKOLÍ

Historický pohľad na pravoslávnu filiálnu obec Koňuš



Dnes už každý vie, že jezuiti všade, kde prišli, bojovali nie mečom, ale slovami. Tak tomu bolo aj vtedy, keď prišli do Humenného, či Užhorodu.

Budovali jezuitské školy a vychovávali latinských fanatikov - dávali piť z cudzích studní náuky viery, a tak veľa mladých ľudí odišlo k latinizmu.

Boli tu aj iné príčiny k odchodu z Pravoslávia a to politické a sociál-

no – ekonomické. Jezuiti sem prichádzali, aby zastavili šíriaci sa protestantizmus a likvidovali ho, čo sa im skoro podarilo, a potom všetky svoje sily obrátili proti pravoslávny. Mnohé tolerantné štáty sa stávali netolerantnými voči iným vierovyznaniam. Tých, ktorí sa stávali proti latinizácii a únii, skoro nekresťanským spôsobom odstránili, ktoré sú známe spôsobu jezuitov.

Po údajnej únii v r. 1646 v Užhorode sa nezachoval žiadny zápis a neexistuje o tom ani žiadny dokument. Až z neskoršieho obdobia sa dodatočne urobil dokument, ktorý odporuje histo-

rickým faktom. Nemáme ani v histórii zaznamenané v celom Uhorsku a neexistujú ani žiadne dokumenty o tom, aby veriaci prestupovali alebo prijímali úniu v Uhorsku. Toto by si mal dobre zapamätať každý historik, každý, kto píše o pravoslávnej Cirkvi a gréckokatolíckej cirkvi v Uhorsku a na Slovensku. Mária Terézia, keď vydala zákon č. 3412/1773, záväzný pre všetky úrady v Uhorsku, chcela, aby týmto zákonom pravoslávni veriaci v Uhorsku boli registrovaní všade, ako gréckokatolíci, a nie uniati a pravoslávni, teda görök katolikus, görök egyhasz, greschisch unirte, greati ritus unitus. Výnimkou v Uhorsku boli srbskí pravoslávni veriaci. Rešpektovali ich ako dobrých bojovníkov v čase vojny, kedy im ponechali pravoslávne vierovyznanie, no v čase pokoja aj im obmedzovali ich privilégia. Uhorský zákon z r. 1869 zabezpečoval Srbskej Pravoslávnej Cirkvi plnú autonómiu.

Za doby A. Duchnoviča a A. Pavloviča bolo najideálnejšie nazývať tých veriacich, čo vyznávali východný obrad Rusínmi, lebo práve pomenovanie národnosti a náboženského vierovyznania to bol tvrdý tabak pre Maďarov a maďarizáciu. Pod slovom Rusín skrývali ich národnosť a aj náboženské vierovyznanie. Niektorí historici píšú, že niektorí duchovní prešli do únie, lebo im poskytovala sociálne výhody.

Postavenie pravoslávneho duchovného bolo také, že ho ako poddaného mohli Rákoczyho alebo Drugethovi drábi odvliečť od oltára pracovať na pánske. Zamestnanci a úradníci v Uhorsku boli poplatní tejto vlády a tí postupne poprepisovali majetok

pokračovanie na str. 6.

dokončenie zo str. 5.

pravoslávnej Cirkvi „pro graeco non unito“ na katastrálnych úradoch na gréckokatolícku cirkev „pro graeco unito“, stačilo len vynechať, alebo vymazať „non“ = nie. Tak prepisovali ešte aj v 20. stor., napr. chrám v Čertižnom, okres Medzilaborce, chrám v Čelovciach, okr. Trebišov a aj po r. 1968. Uradníci aj v 20. stor. boli vždy komusi poplatní a toto narobilo pravoslávnej Cirkvi na Slovensku veľa utrpenia a nepríjemností. Tak poplatní aj po r. 1968 a 1989 poprepisovali farské budovy, ktoré vybudovala pravoslávna Cirkev. Hlas pravoslávnej Cirkvi tu bol vždy iba hlasom volajúcim na púšti, už od vyhnania žiakov sv. Cyrila a Metoda z Veľkej Moravy.

V 17. stor. cez užhorodskú úniu a cez zákon Márie Terézie v r. 1773 boli aj v tejto oblasti pravoslávni veriaci zo starobylej pravoslávnej Cirkvi prevádzaní do únie. Ale ani ťažký morálny a fyzický útlak, ani kruté prenasledovania, nezlomili duch a úsilie národa, ktorý tak, ako predtým, žil s vedomím, že prislúcha k pravoslávnej viere otcov, žil v nádeji na zjednotenie s Matkou - Cirkvou a prinútený násilím často povstával, a neraz sa chystal aj zbrane na obranu svojich tradícií. Mal neustále vytýčený cieľ - návrat k viere otcov. To sa koncom 19. a začiatkom 20. stor. začalo diať na Podkarpatsku a na Slovensku. V r. 1715 hospodáril v Koňuši 9 sedliackych a jedna želiarska domácnosť, v r. 1720 už 17 sedliackych a jedna želiarska.

Aj keď cisár Jozef II. vydal v r. 1781 tolerančný patent a aj pravoslávni veriaci mohli verejne vykonávať náboženské obrady, predsa platili pre nich aj určité obmedzenia. Zákon nazýval pravoslávnych a protestantov ako katolíkov. Chrám mohli postaviť v obci, kde sa prihlásilo minimálne 500 veriacich alebo

100 rodín. Chrám nemohol mať vežu ani vchod z hlavnej ulice. Matriku mohli viesť do r. 1848 iba katolícki kňazi a pravoslávni museli platiť tzv. štólový poplatok za zápis do matriky. Mohli zakladať školy, zriaďovať svoje cintoríny, tlačiť vlastnú náboženskú literatúru. Neboli už „trpení“, ale „tolerovaní“.

Nevieme s istotou, či obec Koňuš dostala svoj názov od potoka Koňuš, alebo potok Koňuš, od obce Koňuš. „Pravdepodobne podľa potoka Koňuš bola neskôr pomenovaná aj vznikajúca osada na valašskom práve“ (Žadanský, J.: Obec Koňuš 1414 – 2004, 590 rokov prvej písomnej zmienky, vydal obecny úrad v Koňuši v r. 2004, s. 3) Podľa miestnej kroniky obce je medzi ľuďom rozšírená povest' o Starom Koňuši, že počas vpádu Tatárov v r. 1241 – 1242 pricválal úplne vyčerpaný jazdec po ceste z Tibavy do Choňkoviec oznámiť obyvateľom blížiacu sa nebezpečenstvo. Keď dobehol na Starý Koňuš, stihol iba vykriknúť: „Koň už...“ a zomrel. Ľudia ukryli svoje stádo do hôr. Po odchode Tatárov sa už na Starý Koňuš nevrátili, ale poníže si založili novú dedinu, ktorú nazvali Koňuš. Podľa tejto povesti Starý Koňuš nazvali až vtedy, keď založili nový. Pôdu, čo tam obrábali, nazývali „Slavikovo falatky“ (Kronika obce, s. 12-14). Niekorí mi hovorili, že boli rozostavené strážne hliadky, aby včas varovali obyvateľstvo pred blížiacim sa nepriateľom. Raz niekto z týchto strážnych hliadok zbadal pred Koňušom, jazdca na koni a dával znamenie kričaním: „Kôň už“, ale slovo „ide“, už nedohovoril, lebo jazdec na koni ho zbadal a lukom ho zastrelil. Preto ten už len povedal: „Koň už...“, a z toho dôvodu sa dnes obec aj menuje Koňuš, takisto ako aj potok pri obci.

prot. ThDr. Štefan HORKAJ

VIERA, CIRKEV A ARMÁDA



Misijná činnosť Cirkvi vychádza z Božieho prikázania: „Chodte po celom svete, kážte Evanjelium celému stvoreniu“ (Mk 16, 15).

Duchovno - pastoračná činnosť v ozbrojených silách je jedným z najnáročnejších polí, kde sa ohlasuje sväté Evanjelium. Cirkev nemôže vynechať ani evanjelizáciu tých ľudí, ktorí sú

združení do jedného vojenského celku.

V dejinách Cirkvi boli stále duchovní, ktorí za každých okolností prijali neľahkú službu medzi vojakmi a odhodlane sa podieľali na duchovnej starostlivosti vojakov.

Od počiatkov pôsobenia armády - keď to vzťahy medzi štátom a Cirkvou povolili - Cirkev spolupracovala pri duchovnej starostlivosti o vojakov, aby ich tak motivovala k splneniu svojich povinností v službe vlasti.

Na duchovný rast vojakov každý štát - mimo niektorých období - kládol veľký dôraz. Kresťanské a morálne hodnoty vojakov boli neustále požadované pri plnení ich vlasteneckých povinností.

Náboženská výchova vojakov bola od počiatkov považovaná za veľmi dôležitú úlohu pri ich výkone služby, ktorú štát neustále zabezpečoval, a zároveň umožňoval aj liturgické úkony požadované zo strany vojakov.

Cirkev stále požadovala, aby medzi vojakmi mohla vykonávať pastoračnú činnosť. Z počiatku dobrovoľným, neskôr civilným a napokon organizovaným spôsobom pôsobenia duchovných v armáde. Tento spôsob pastoračnej činnosti so svojimi špecifikami a jedinečnými možnosťami je súčasťou Cirkvi a Vykupiteľského diela Spasiteľa Isusa Christa.

Cieľom Cirkvi je, aby svedomie vojaka nie rozdelila, ale aby zosúladila do jednej morálnej jednoty, aby tak službu vlasti každý považoval za svoje povolanie. Duchovný pôsobiaci v armáde neučí vojakov čítať a písať, vykonávať poradové cviky, používanie zbraní či ďalšie veci súvisiace s jeho výkonom služby, ale jeho úlohou je, aby v ňom vytvoril taký pohľad na jeho povolanie, ktoré ho presvedčí o tom, že jeho služba vlasti má Božský pôvod.

Kresťan - či vojak alebo nevojak - má kresťanské povinnosti voči ľuďom a vlasti. „Dávajte teda, čo je cisárovi, cisárovi a čo je Božie, Bohu“ (Mt 22, 21). V armáde túto povinnosť predstavovala a predstavuje Cirkev. Táto úloha predstavuje základ pastoračnej služby duchovného v armáde a neustále bude jej cieľom.

prot. por. Mgr. Simon CZAP



Niekoľko rád na čas pôstu

Svetských vecí a záležitostí, ktoré je treba urobiť, je veľmi mnoho a majú rôzny charakter, keď sa zahľadíme na to, akú máme prácu a s ňou spojené postavenie a povinnosti.

Všetky naše každodenné svetské záležitosti, ktoré neprotirečia mravnému zákonu, a ktoré musíme vykonať preto, že to vyplýva z našich povinností, je potrebné vykonať a hľadiť na ne, ako na dielo Božie, ktoré nám je zverené od samotného Hospodina. Lebo Boh, ako Kráľ celej zeme (Ž 47, 7), ustanovil rôzne povinnosti, hodnosti a postavenia, a je to práve On, nie my – ľudia, kto dopúšťa, aby sme prijímali tieto svetské tituly a hodnosti. Bez Božej vôle alebo bez Jeho dopustenia sa nič na svete nedeje. A preto, hoci by si konal akúkoľvek prácu či skutky, všetko rob, ako by si to robil pre samotného Boha, od Ktorého za to dostaneš svoju odmenu. Výsledky práce toho, kto nepracuje a nenamáha sa pre Boha, sú veľmi biedne, a tiež odmenu nedostane od Boha, ale od seba samého, či od ľudí. A aká je to odmena, ktorú získame od seba či od ľudí? Pozemská, dočasná, pomínelná. Budeš však konať všetky svoje povinnosti a svoju prácu pre samotného Hospoda Boha, rob to tak, ako je to potrebné, aby bolo Božie dielo dokonané; to znamená, rob všetko z celej duše, ochotne a s radosťou, starostlivo, nerob nič neochotne a nedbalo, ale s čistým svedomím, lebo je povedané: „Bud' prekliaty, kto koná Hospodinovo dielo nespôhľavo!“ (Jeremiáš 48, 10).

Ak to, čo robíš, úspešne vychádza, nepýš sa tým, a hlavne nepripisuj úspech toho, čo robíš, svojim vlastným silám a schopnostiam, lebo sám Hospodin povedal Svojim učeníkom: „Bezo mňa nič nemôžete urobiť“ (Jn 15, 5). Ak, naopak to, čo



budú ti v čase tvojej práce drahocenným a neoceniteľným pomocníkom. Neustále preto udržuj svoju dušu v spojení s Bohom. Tieto zvolania a spojenia ťa budú neustále oživovať, budú odháňať od teba akékoľvek zlo, posilňovať v dobre a blahodárne posilňovať aj tvoje fyzické sily. Kto sa takto snaží pri vykonávaní všetkých svojich svetských záležitostí a povinností, ten sa snaží a všetko koná v súlade s tým, čo je potrebné konať na slávu Božiu. Samozrejme, že je potrebné týmto spôsobom vykonať najmä tie veci, ktoré sú naliehavé a veľmi dôležité; také, ktoré sú neodkladné. Najprv je potrebné popremýšľať o tom, ako a čo najlepšie urobiť, a tiež myslieť na

AKO SA CHOVAŤ, KEĎ SOM ZANEPRÁZDNEŇÝ KAŽDODENNÝMI SVETSKÝMI STAROŠŤAMI

máš urobiť, čím sa máš zaoberať, je zložité, neprijemné, dokonca ponižujúce, neprináša to náležitú úctu, nedarí sa ti to a ide to veľmi pomaly, je k tomu potrebná obzvlášť veľká dávka trpezlivosti, potom nebud' malodušný, nebud' lenivý, nezlosti sa kvôli tomu, neprepadaj zlosti, netrzeplivosti ani reptaniu. Ale oživuj a posilňuj sa skôr myšlienkou na to, že to, čo robíš, čo ťa tak ťaží, čo ti je tak neprijemné a čo ťa rozčuľuje, nebude trvať večne. Uplynutím pozemského života všetko toto skončí a potom Hospodin „odplatí každému podľa jeho skutkov“ (Rim 2, 6). A v tom, čo máš teraz urobiť, udržuj sa zbožným spevom, skrytou modlitbou, premýšľaním o Božej pravde, premýšľaním o tom, čo robíme, a vôbec, povznášaj svoje srdce k Bohu v krátkych modlitebných povzdychoch – strelných modlitbách, vysielaným k Jeho osobe, ako napr:

- Ako nekonečná je Božia láska k nám!
- Čo všetko pre nás Boh vykonal a čo neustále koná!
- Čím všetkým nás obohacuje!
- Bože, aká veľká vďaka patrí Tebe!
- Hospodi, požehnaj ma! Očisť ma, ó, Hospodi! Osvieť ma Svojim svetlom!
- Iba Ty, Hospodi, nás nekonečne miluješ!
- Keby všetci ľudia poznali, aký si preblahý, Hospodi!
- Kiežby som Ťa, Hospodi, dokázal milovať celým srdcom!
- Hospodi, kiež Ťa budem večne oslavovať spolu so všetkými svätými!
- Hospodi! Ty si moje útočisko, Ty si moja útecha, Ty si moja nádej, Ty si môj pokoj. Ty si moje svetlo. Ty si moja sláva. Ty si moja radosť. Ty si moja blaženosť!

Tieto a podobné zvolania, ak si navykneš v duchu prednášať,

to, že nikdy nie je potrebné robiť to, čo sa nezhoduje s Božím zákonom.

Keď začíname akúkoľvek svoju povinnosť, je predovšetkým potrebné usilovne sa modliť k Bohu o zoslanie Božieho požehnanie pre našu prácu. Je potrebné prosiť Boha pred začiatkom akejkoľvek práce, potom popremýšľať ako najlepšie vykonať tú či onú vec a až tak pristúpiť k samotnému dielu. Obvykle po práci nasleduje obed a malý odpočinok. Kresťan by mal vedieť aj to, ako sa má chovať aj v čase obeda i v čase odpočinku, ktorý nasleduje. Pred obedom a pred večerou vždy vznes horlivú modlitbu k Bohu a modli sa aj po obede i večeri. Lebo všetko potrebné k utišeniu nášho hladu a smádu nám nezosiela nikto iný ako Sám Hospodin. On dáva nášmu jedlu výživnú silu pre naše telo a nášmu telu zas dáva schopnosť obrátiť túto výživnú silu v zdravie. Ten, kto sa pred obedom, večerou a po ich skončení nemodlí, je zrejme úplne nechápavý človek alebo zatvrdilý egoista. Tiež, náš stôl má byť vždy striedmy. Jedlo je pre telo nevyhnutné; nesmieme ho nášmu telu odmietať, ale pre zachovanie striedmosti je lepšie, keď prestaneme jesť v tom momente, keď začíname mať nutkanie k ďalšiemu jedlu. „Jedz toľko, aby si zahnal hlad“, - hovorí sv. Ján Zlatoústý. „Zdržanlivo pi a málo jedz, a budeš zdravý“, - hovorí ďalší svätý, svätiteľ Boží Mitrofan. Skúsenosť dosvedčuje, že zdržanliví ľudia žijú zdravšie, dlhšie a dobre. Veľmi nerozumne robia tí, ktorí si doprajú viac, presycujú sa príliš sýtim jedlom, lebo prejedanie sa je veľmi škodlivé ako pre naše telo, tak i pre našu dušu. Žalúdočné problémy, a s tým spojené rôzne choroby, či dokonca predčasná smrť, sú následkom prejedania. Nezdržanlivý človek nie je spôsobilý ani k žiadnym duchovným cvičeniam – nemôže sa modliť, ani uvažovať o tom, čo je božské.

pokračovanie na str. 8.



Dňa 12. februára 2014 nás náhle vo veku 65 rokov opustil brat v Christu Milan STANOKO, dlhodobý člen rady pravoslávnej cirkevnej obce v Sobranciach.

Brat Milan sa narodil v Inovciach, kde prežil svoje mladé roky. Po prijatí sv. tajiny manželstva sa presťahoval s rodinou do Sobraniec. Nebohý bol počas celého svojho života verným služobníkom Christovej Cirkvi, čo sa prejavilo i v rokoch, ktoré boli pre našu Cirkev krízové. Výrazne sa podieľal na výstavbe nového pravoslávneho chrámu v Sobranciach, bol jedným z hlavných organizátorov, nikdy nechýbal pri vykonávaní stavebných prác. Veľká vďaka mu patrí za výpomoc pri bohoslužbách v chráme, za jeho dlhodobú prácu pre našu cirkevnú obec. V láske našiel so svojimi najbližšími, i so všetkými veriacimi a známymi, s ktorými sa stretával. Nezabúdaj na druhých, preto nám všetkým bude chýbať. Šesť rokov bol aktívnym členom eparchiálnej rady michalovsko – košickej pravoslávnej eparchie. V hlbokom smútku, a zároveň s nádejou na večný život, odprevadili nebohého na večný odpočinok pravoslávni veriaci cirkevnej obce i širokého okolia. Pohrebné obrady vykonali prot. Pavol Novák, správca PCO v Inovciach, ktorý predniesol kázeň a mitr. prot. Bohuslav Senič správca farnosti, ktorý sa s nebohým za všetkých rozlúčil.

Modlime sa, aby bol Boh k nemu milostivý a prijal jeho nesmrteľnú dušu do nebeských príbytkov. Blaženný pokoj a vičná jemu pamjať!



Duša moja, duša moja, prečo spíš? Koniec sa blíži, mala by si byť skrúšená. Prebud' sa zo spánku, aby sa nad tebou zľutoval Christos Boh, všadeprítomný a všetko naplňujúci.

(Kondak z Veľkého kánonu Andreja Krétskeho)

dokončenie zo str. 7.

U toho, kto je presýtený, je bohom jeho žalúdok a celá priepasť nečistých myšlienok a túžob. V čase obeda a večere nikdy nehovor nič zlé a hriechne. To je urážlivé a potupné pre Boha, Ktorého dary požívaš a môže sa to stať tiež pokušením pre tvojich blízkych. Naopak, pri obede je potrebné hovoriť, či vypočuť si niečo poučné, alebo len v hlbokej tichosti, so zbožnosťou prijímať pokrm. Skutoční kresťania sa prevažne v čase jedla starali, aby pamätali na smrť a na strašný súd. Zbytočné reči – sú príznakom nerozumných a prázdnych ľudí, každodenné poučovanie sa v múdrosti – je údelom ľudí múdrych. Kto takto prijíma svoj pokrm, s mierou a s vďačnosťou Bohu, ten činí tak, ako je potrebné, správne a milé Bohu. Odpočinok je takisto bezpochyby nutný a potrebný. Ale aj odpočinok je potrebné prijímať ako liek pre obnovu telesných i duševných síl. Preto je treba, aby odpočinok nebol príliš dlhý. „Záhalčivosť učí všelijakému zlu“ (Sir 33, 28). „Nemilý je pred Bohom telesný pokoj“, - hovorí sv. Varsonofij Veľký. Takto je potrebné rozmýšľať tomu, kto vstal od stola. Je treba poďakovať Bohu a po malom oddychu opäť pokračovať vo svojej práci. Čas odpočinku nevyužívaj k tomu, ako to robia mnohí nerozumní, k radovánkam alebo márnostiam či nezmyselným hrám. Hra a kresťan sú dve nezmieriteľné veci. Aby neprenikli v čase potrebného odpočinku do

našej mysle Bohu protivné myšlienky a do srdca Bohu protivné túžby, kresťan, ktorý strežie stav svojej duše, stará sa a sýti sa rôznymi duchovnými myšlienkami a vrúcnymi volaniami srdca k Bohu. Takéto myšlienky a vyzývania, strelné modlitby, viac než čokoľvek iné, omnoho viac posilnia naše telesné sily, a okrem toho tiež posilnia a utvrdia našu dušu v dobre.

Schiigumen Sáva (OSTAPENKO)
preložil o. Nikodim



Dňa 29. 01. 2014 po ťažkej chorobe odovzdala dušu Hospodinovi naša **sestra Jana BUBENKOVÁ, rod. Mítrová, vo veku 48 rokov.**

Bola dobrou manželkou, matkou, milou babičkou a dcérou s veľkým srdcom a úsmevom na tvári. Aktívne sa zapájala do práce v našom chráme, ako členka kurátorského zboru, kde nám teraz veľmi chýba.

Nech ju prijme Hospodin do Svojho Kráľovstva, kde nie je bolesť, plač, ani trápenie, ale nekonečný život v radosť. **Večná jej pamiatka.**

PCO Lastomír