



„Svetlo svieti v tme, ale tma Ho nepohltila“ (J 1,5)

Svetlo Pravoslávia

SPOLOČENSKO - DUCHOVNÝ OBČASNÍK

pre stredné Slovensko

číslo 5



Drahí bratia a sestry v Christu!

S Božou pomocou sme sa dožili Nového roku 2004. Človek sa zvykne zamýšľať nad starým rokom, zvykne rekapitulovať, uvažovať o tom, čo sa podarilo, ale i o tom, čo nevyšlo a dáva si predsavzatia do nového roku. Človek – kresťan túži aj naďalej žiť s Bohom, páčiť sa Mu a oslavovať Ho svojím životom. Chce aby aj ten nový rok bol rokom, ktorý prežije s Bohom, v Božej prítomnosti a Božej láske. Kresťan vie, že bez Boha by sa ani lístok na strome nepohol. Kresťan si praje žiť podľa Božích prikázaní, kajať sa, zbavovať sa svojich hriechov a nedostatkov. Chce sa modliť, pôstiť, chce uzrieť Boží Trón a dosiahnuť večný život. To je cesta kresťana.

Aj naše Svetlo Pravoslávia vychádza už rok.

Boli to štyri čísla, cez ktoré sme sa vám prihovárať. Na začiatku sme nevedeli, aký bude ohlas, či vôbec niekto na strednom Slovensku bude mať záujem o pravoslávny časopis, ktorý chce byť svetlom. Nechali sme to na Božiu vôľu. A výsledok je nádherný. „Svetlo Pravoslávia“ si našlo miesto aj vo vašich domovoch. Ďakujeme za finančné dary, modlitby, povzbudenie, milé slová, list, ktorých sa nám od vás dostalo. Tiež nás potešila informácia, že aj naši pravoslávni bratia z Brna sa rozhodli vydávať pravoslávny vestník Dobrý pastier, nech im všemohúci Boh pomáha. Na druhej strane sa nám ušla aj kritika. Ďakujeme aj za ňu, dobre vieme, že sa musíme zlepšovať a snažiť sa byť dokonalými, ako je dokonalý náš Nebeský Otec.

*Je síce pravda, že sme o rok starší a mnohé sa nám nepodarilo. Nezúfajme, ale dúfajme. Isto, veľakrát sme zarmútili Boha svojím správaním, hriechmi... Ale to nie je tragédia. Tragédia by bola len vtedy, keby sme sa zo svojich hriechov nekajali, keby sme padli na duchu a mysleli si, že už nám niet pomoci. Majme sa na pozore! Aj keď padneme, je tu TEN, Ktorý je naším Otcom a je vždy ochotný podať nám pomocnú ruku. Len my musíme chcieť pevne sa Ho chytiť a už sa nepustiť...
V pravej Christovej viere Jana*

Ctihodný Charítón - vyznávač

Svätý vyznávač Charítón mal svedčiť o Božej milosti nielen svojím menom (*charis* - milosť), ale celou svojou osobnosťou, celým svojím životom svedčil o veľkej Božej láske ku človeku, ktorú prejavil tým, že poslal svojho jediného Syna, aby na Seba vzal následky ľudskej vzbury proti Nemu. Za toto svoje vyznávanie bol uväznený v meste Ikonium (Konja) v dnešnom Turecku.



Hospodin však chcel, aby Charítón vydal ešte iné svedectvo viery, preto ho ochránil od mučenickej smrti. Charítón mohol v roku 275 opustiť väzenie. Potom sa vydal na púť do Jeruzalema. Skôr ako však dosiahol brány svätého mesta, bol prepadnutý banditami, ktorí ho odvliekli do jednej jaskyne vo Wadí Faran. Ani vtedy však Charítónov Anjel strážny neopustil vyvoleného a verného Božieho služobníka. Podľa tradície sa k nádobe s vínom únoscov priplazil had a otrávil ich svojím jedom.

Banditi sa naozaj otrávil a Charítón bol znova na slobode.

Ten sa však vonkajšej voľnosti dobrovoľne zrieka a rozhoduje sa pre inú slobodu - slobodu ducha. Zostal preto naďalej v jaskyni, kde bol predtým nedobrovoľne privečený ako väzeň, a začal žiť životom pustovníka. Po nejakom čase sa povest' o svätom mužovi, ktorý bol z milosti Božej obdarený ako divotvorca, rozšírila po okolí a niektorí zatúžili žiť ako on. Tak sa okolo Charítóna, v okolitých jaskyniach, začali zhromažďovať ďalší pustovníci a vznikla tak prvá mníšska komunita vo svätej Zemi.

Charítón po nejakom čase Wadí Faran opúšťa, aby našiel miesto, kde by mal viac pokoja na svoju modlitbu, pričom cestou založil ďalšie dva monastiere. Osamelé miesto nakoniec našiel a tam pokračoval v pustovníckom živote. Tak aj okolo roku 350 opustil tento svet a prišiel ku Tomu, Koho po celý svoj život miloval najväčšmi.

Preložil Branislav Šomodík

PRAVOSLÁVNE VIANOCE

Mám skúsenosti, že mnohí sa ma pýtajú, ako prežívame Vianoce my, pravoslávni kresťania. Aj preto som sa rozhodla, že v tomto čísle napíšem práve o pravoslávnych vianočných sviatkoch, ktoré sa v Pravoslávnej Cirkvi nazývajú Roždestvo Christvo, v preklade Narodenie Christa. Budem sa snažiť opísať atmosféru, ktorá v tom čase vládne v našich príbytkoch i v našich srdciach.



Pravoslávny Vianociam predchádza 40-dňový pôst, ktorým si kresťania pripomínajú pôst Isusa Christa na púšti. Isus Christos nám dal príklad, ako máme žiť, aby sme boli spasení. Máme sa pôstiť, modliť, robiť dobré skutky, milovať svojich priateľov, ale aj nepriateľov... Pôst nám pomáha nielen očistiť naše telá od ťažkých živočíšnych jedál, ale je to aj prostriedok na očistenie duše. V pôstnom čase sa nekonajú žiadne zábavy ani svadby a každý z nás má možnosť viac porozmýšľať

o sebe a o svojom vzťahu k druhým ľuďom. Je to obdobie, ktoré je pre kresťana veľmi dôležité. Pretože modlitba a pôst sú najlepšimi prostriedkami, čo pomáhajú každému človeku zbavovať sa svojich hriechov a zdokonaľiť duchovný život. Svätí otcovia Pravoslávnej Cirkvi prikladali pôstu a modlitbe veľký význam. Sú to dve krídla, čo pomáhajú človeku na ceste ku spásu.

Večer 6. január (keďže sa riadime starým julianským kalendárom) nazývame Svätým Večerom. K štedrovečernému stolu zasadáme všetci a až vtedy, keď víde na nebi prvá hviezda. Celý deň nejeme nič, očakávajúc narodenie Isusa Christa. Na stole, ku ktorému si zasadáme, nikdy nechýba ikona narodenia nášho Pána. Pokojnú atmosféru dotvára sviečka dekorovaná v zrne. Vždy máme navyše jeden tanier pre počestného, ktorý môže nečakane prísť. V ten krásny večer by nikto nemal byť sám. K tradičným pôstnym jedlám patrí chlieb, soľ, cesnak, kapustnica, zemiaková kaša a ryba, pirohy a rôzne druhy pôstnych polievok. Všetci jeme z jednej misy. V minulosti bolo zvykom, že sa jedli len tie jedlá, ktoré si ľudia sami vypestovali a používali nástroje, ktoré si vyrobili doma. Po jedle sa zvyknú spievať alebo počúvať koledy a duchovné piesne. O polnoci prichádzajú veriaci do chrámu na tzv. Polnočnicu. Sú to chvíle, keď človek ďakuje Bohu za všetko. Za lásku, ktorú nám každým dňom preukazuje. Za ochrannú ruku, ktorú nad nami drží. Za milosť, ktorou nás denne obohacuje. Za nádej, ktorú v Neho máme. Za vieru, ktorú nám dáva. A najväčšmi ďakuje za Syna, Ktorého nám v ten večer poslal

Ráno (7. 1.) nás čakajú pod stromčekom darčeky. Ideme do chrámu na sv. Liturgiu, aby sme sa spoločne modlili a pristúpili k sv. Prijímaniu. V ten deň už pôst nie je a veriaci oslavujú narodenie nášho Pána Isusa Christa. Potom sa navštevujú vo svojich príbytkoch a zdravia pozdravom: Christos raždajetsja! (Christos sa rodí!), pričom sa odpovedá: Slavite Jeho! (Oslavujte Ho!). Sviatky trvajú spolu tri dni.

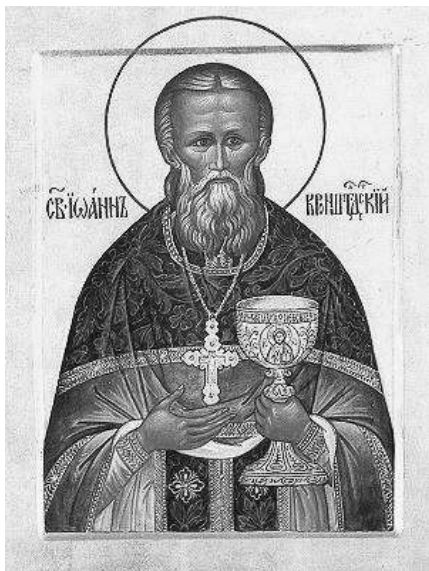
Pravoslávne Vianoce patria k jedným z dvanástich najväčších sviatkov Pravoslávnej Cirkvi. A aj preto je milé Bohu, keď ich svätíme a oslavujeme. „Lebo Boh tak miloval svet, že Svojho jednorodeného Syna dal, aby nezahynul, ale večný život mal každý, kto verí v Neho.“ (E J 3, 16). Snažme sa páčiť Bohu a konať Jeho svätú vôľu.

Jana Šomodíková

„Nezabúdajte, že ste vyvolené pokolenie, ktorého úlohou je zvestovať inoslávny svetlo Pravoslávia.“ (patriarcha Tichon Bellavin)

Prečo veriť v Boha?

Človek nemôže byť bez Boha. Bez Boha sa nedá vôbec existovať. Boh je Prameňom všetkého bytia čiže každej existencie. On je Jediný, Ktorý privádza ľudí z neexistencie do existencie. Tvorí z ničoho – priviedol všetko z nebytia do bytia... Človek má schopnosť toto tajomstvo pochopiť nie rozumom, ale skôr láskou.



Život bez Boha nie je šťastný a človeka nemôže taký život úplne uspokojiť. Človek nie je niečím takým nízkym a malým, aby ho mohlo uspokojiť čokoľvek obmedzené, konečné a pominuteľné – veľkosť človeka, stvoreného ako Boží obraz, sa prejavuje predovšetkým tým, že sa neuspokojí so žiadnou náhradou, že stále hľadá, pokiaľ nenájde Najvyššieho, tým, že ho môže uspokojiť jedine Sám Boh. „**Boh je láska,**“ píše sa v Svätom Písme. **Bez lásky sa nedá žiť šťastne.**

Boh tvoril všetko z lásky. Človeka stvoril ako blaženého a nesmrteľného. Medzi človekom a Bohom však vznikla priehrada. Tú stenu, oddeľujúcu človeka od Boha, vybudoval kedysi v dávnoweku človek, keď podľahol pokušeniu diabla. Túto hradbu, ktorá začala ľuďom brániť v telesnom obecenstve s Bohom, nazývame hriech. Je to nedostatok lásky a dôvery k Bohu, sú to zlé skutky. Následkom hriechu je smrť. Hriech totiž pokazil vnútorné duchovné usporiadanie človeka, ktorý sa tým stáva smrteľným. Človek už sám nebol schopný túto hradbu prekonať a zbúrať, lebo tým, že sa oddelil od Boha – Prameňa života – stratil svoje pôvodné schopnosti a sily. Tento defekt sa prejavuje neschopnosťou človeka naplno a stále milovať, aj kvôli náklonnosti k hriechu.

Priehradu hriechu mohol zbúrať jedine Boh. A Boh to začal pripravovať hneď v tom okamihu, keď človek vztýčil túto hradbu a stal sa kvôli tomu smrteľným – začal umierať. Prečo Boh dovolil človeku aby zhrešil, prečo ho nechal, aby sa odvrátil od svojho Stvoriteľa a prepadol smrti? Boh totiž stvoril človeka ako Svoj obraz; človek je teda slobodným obrazom slobodného Boha. Keby ho Boh vrátil k Sebe násilím, potom by narušil jeho slobodu, a tým by zničil ľudskú podstatu, ktorá je Božím obrazom. Preto Boh nevrátil padlých ľudí k Sebe násilím, ale začal ich postupne pripravovať k prijatiu Jeho plánu spásy. Viedol a duchovne pestoval jeden vybraný národ (Izrael), ktorému sa zjavoval a učil ho. To preto, aby tento národ mohol vydať ženu, z ktorej sa bude môcť narodiť vtelený Boh. Trvalo to niekoľko tisíc rokov; potom sa narodila Božia Matka – Panna Mária, Ktorá porodila Isusa Christa.

Pán Isus Christos bol vtelený Boh – je teda Bohom i človekom. V Jeho Osobe sa opäť spojilo ľudstvo s Božstvom. Napráva to, čo prví ľudia pokazili. Isus Christos vzal na Seba hriechy ľudí, aby každý, kto v Neho uverí, nezhynul, ale mal večný život. Christos Spasiteľ zbúral onú hradbu nepriateľstva a vybudoval cestu, po ktorej kráčajú tí, ktorí uverili Bohu, a slobodne sa rozhodli vrátiť sa späť domov – k Bohu,

do večných príbytkov Otca. Spasiteľ otvoril ľuďom cestu k odpusteniu hriechov, k láske, ktorá presahuje ľudskú predstavivosť a každú ľudskú obmedzenosť. Láska je cesta k nesmrteľnosti a blaženosti bez konca.

Prečo byť kresťanom?

Pretože túžim byť spasený. Spasenie je večný blažený život v Nebeskom Kráľovstve, kde je pre tých, ktorí milujú Boha, pripravené niečo nesmierne, čo ešte nikto nevidel, o čom nikto ešte nepočul, čo nikomu ani na myseľ neprišlo (tak o tom písal veľký mystik, ktorému bolo dané nahliadnuť až do neba – apoštol Pavol). Také veľké spasenie pripravil ľuďom Nebeský Otec a cestu k nemu umožnil Isus Christos, tento „nebeský most“ vedený zo zeme do Božieho Kráľovstva je udržiavaný Svätým Duchom a to v Cirkvi, ktorú kvôli tomu vybudoval Isus Christos tak, že na svätých apoštolov zoslal Svätého Ducha, Ktorý prebýva v Cirkvi neustále a sprítomňuje tu všetky plody Christovho diela spásy. Co je to ono stále velebené dielo spásy, ktoré pre nás koná celá presvätá Božská Trojica? Otec ho koná tým, že poslal Božieho Syna na zem vykonať spasenie hriešnikov; Boh Syn ho koná tým, že sa ako Boh vtelil – prijal ľudstvo, aby ho uzdravil; kázal a liečil, vykúpil ľudí tým, že sa nechal mučiť, ukrižovať a zomrel, potom vstal z mŕtvych, vstúpil na nebesia a zoslal Svätého Ducha na Svojich apoštolov; a Svätý Duch koná našu spásu tým, že udržiava Cirkev a tým i cestu do neba pre všetky pokolenia... Vo Svätom Duchu sme schopní pochopiť pravdu Evanjelia a modliť sa – hovoriť s Bohom.

Bez odpustenia hriechov nemôže byť človek spasený, lebo nemá prístup k večnému blaženému životu v nebeskom Božom Kráľovstve, kam nemôže prísť nič nečisté, nič poškvrnené hriechom. Človek je však v stave, v ktorom nie je schopný nehrešiť – všetci sme zhrešili a stále hrešíme. Jedinou možnou cestou ku spáse je teda získať od Boha odpustenie hriechov – a to sa deje skrze Isusa Christa v Jeho Cirkvi. Bez odpustenia hriechov nemôže byť nikto spasený – to je kľúčová téza kresťanského učenia.

Všetci sme zhrešili, a preto sme ďaleko od Boha (R 3,23). „Lebo odmena za hriech je smrť“, píše sa vo Svätom Písme a pokračuje, „ale Božím darom milosti je večný život v Isusu Christu“ (R 6,23). Duchovne sme umŕtvení hriechom a sami seba nemôžeme vzkriesiť – nemôžeme teda spasiť sami seba: „Lebo milosťou ste spasení skrze vieru. A to nie sami zo seba; je to dar Boží; nie zo skutkov...“ píše v Biblii apoštol Pavol (Ef 2,8-9).

Prečo byť práve pravoslávnym kresťanom?

Pretože pravoslávna Cirkev zachováva pôvodnú kresťanskú vieru, ktorú odovzdali svätí apoštoli. Je tu jedinečným spôsobom prítomný Svätý Duch, Ktorý koná sväté Tajiny (mystériá čiže sviatosti). Ľudia tu získavajú blahodať (milosť) Svätého Ducha, čo je nutné ku spáse. Vanie tu svieži prvokresťanský duch. Je tu pravá kresťanská duchovnosť a mystika. Skúšame tu nevýslovnú útechu Svätého Ducha. Stále sa rôznymi – prirodzenými i neprirodzenými – spôsobmi potvrdzuje, že pravoslávne

učenie je pravdivé a že pravoslávna duchovnosť je spásanosná. História bez pochybnosti dokladá, že pravoslávna Cirkev pochádza od svätých apoštolov.

Pravoslávna Cirkev je identická s Christovou apoštolskou Cirkvou a to totožnosťou učenia, praxe a ducha; i cirkevne právnych návazností na prvokresťanskú Cirkev.

Isus Christos vybudoval jednu jedinou Cirkev, nie viac cirkví ani nejakú neviditeľnú cirkev, ktorá by sa mala akoby skladať z mnohých cirkevných spoločenstiev, ktoré sa líšia vierou a protirečia si praxou.

Veríme, že len jediná z cirkví môže byť pravá, a len v tejto jedinej Cirkvi nie je pochybností o tom, že sa tu deje spasenie hriešnikov. Sme pravoslávni kresťania, lebo veríme, touto jedinou Christovou Cirkvou je pravoslávna Cirkev, kde sa vierohodne koná Christova spása.

V pravoslávnej Cirkvi vždy zvíťazil zmysel pre neviditeľný život nad praktickým duchom sveta. Posledné slovo tu má vždy láska. Je tu prítomný rýchly duchovný rast veriacich a prijímanie podivuhodných duchovných darov. Zážitok reálnej skúsenosti stretnutia sa s pravoslávnu Cirkvou, vnímanie jej jedinečnej duchovnej atmosféry a skúsenosť obdarovania a duchovnej útechy (inde márne hľadanej) – to bývajú časté príčiny rozhodnutia stať sa pravoslávnym kresťanom.

Preložila Jana Šomodíková



Napísali ste nám...



DOBROM K DOBRU

(ALEBO AKO PORAZIŤ ZLO)

Milí bratia a sestry v Christu! Vzdávam vďaku nášmu najvyššiemu a trojjedinému Hospodu Bohu za to, že mám možnosť vás osloviť v snahe odovzdať svoje pedagogické a rodičovské skúsenosti. Ide o aktuálny problém. Vychádzajúc z Božieho slova ako jedinej zjavenej pravdy a z princípov pravoslávnej pedagogiky, hľadám riešenie pre nás a možno i pre blízku budúcnosť.

Na úvod retrospektívny pohľad. Na začiatku žil človek podľa Božej vôle v čistote s Ním. Poznal iba to, čo je Božie – dobro. Avšak podľahol prelesti, chcel sa vyrovnáť Bohu a jedol zo stromu poznania dobra a zla. (Genezis 3, 1-20) Uplynul dlhý čas a teraz sa ten hriech opakuje na našich deťoch. O čo ide?

Sv. apoštol Marek píše: „Potom vzal dieťa, postavil ho medzi nich, objal ho a povedal im: kto prijme jedno z takýchto detí v mojom mene, mňa prijíma. A kto prijíma mňa, nie mňa prijíma, ale Toho, Ktorý ma poslal... Ale pre toho, kto pohoršil jedného z týchto maličkých, čo veria vo mňa, bolo by lepšie, keby mu zavesili mlynský kameň na krk a hodili ho do mora.“

Vierouka a pravoslávna prax vedú človeka dobrom k dobru. Súčasne však aj k jednoznačnému a okamžitému odmietnutiu zla. Tradície dávajú istotu a ochraňujú. Herézy plodia herézy. Ak sa ľudom a hlavne deťom ponúka zlo formou televízie, filmu, divadla, časopisov a pod., dokonca formou učenia, často s odôvodnením: pred ním vystrihať a ochraňovať; dokonca ho vydávať za dobro – výsledok je práve opačný. Nie sú potom žiadne hranice medzi dobrom a zlom. Deti sa na zle zabávajú, považujú ho za normálnu a nevyhnutnú súčasť života. Čo je najhoršie, stáva sa súčasťou ich osobného života, ich prostriedkom konania. Deti, ktoré nie sú od sv. Krstu a sv. Myropomazania (skutočného pravoslávneho) schránkou Svätého Ducha so svojím anjelom ochrancom a patrónom, upevňovanou účasťou na sv. Tajinách pokánia a sv. Prijímania, čoskoro zlo ťažko postihne. Zlo je často i súčasťou oficiálnych noriem života, ako legislatívnych tak i mravných. (V súčasnosti je na to dosť dôkazov, napr. keď jeden národ v záujme zachovania blahobytu – materiálneho, likviduje iné národy). Ak rodič chce chrániť svoje dieťa pred takýmto normovaným stavom, je často označovaný za nemoderného, spiatočného, až smiešneho.

Je prirodzené, že zlu sa dieťa nevyhne. Treba mu však problém stručne a jednoznačne vysvetliť, vyhýbať sa podrobnostiam, opisom a raz a navždy zlo zamietnuť. Najčastejšou námietkou proti tomu je tvrdenie, že len dobre pripravené dieťa, ktoré pozná všetky stránky života čo najlepšie, je schopné uspieť. To je však veľmi veľká preležť a hriech! Je to vyvyšovanie ľudského rozumu a schopností nad Božiu blahodať! Pravoslávny veriaci predsa žije s istotou, že ak sa spolieha na Najvyššieho, snaží sa žiť podľa Jeho prikázaní a kaja sa zo svojich hriechov, vedený Jeho Svätým Duchom Božím, sa zachová v novej situácii správne – podľa Jeho vôle. To, samozrejme, človek, ktorý Božiu blahodať nemá, nepochopí. Iba ak je to Božia vôľa. Treba ešte dodať, že ak má mať človek v živote takúto istotu, musí byť duchovne vyzbrojený. Duchovná fundovanosť a jej neustále zdokonaľovanie je nevyhnutný predpoklad pre správne konanie, hlavne v nových situáciách.

K dobru sa teda človek vychováva a vedie dobrom, nie zlom! Sám Isus Christos je toho najvyšším príkladom. Pravoslávna tradícia, literatúra a z veľkej časti i súčasnosť, nám slúžia ako nevyčerpatelný prameň. My, rodičia, máme svoje deti viesť príkladným rodinným životom: spoločne sa zúčastňovať bohoslužieb, prijímať sväté Tajiny, modliť sa, čítať Sväté Písmo, čítať duchovnú literatúru, v ktorej sú najcennejšie vzory dobra, rozprávať sa

o všetkom a riešiť problémy, okrem rodiny najlepšie v pravoslávnom spoločenstve a s duchovnými otcami. A to všetko prenášať do každodenného života ako lásku k Bohu a k blížnemu. Deti, vedené Svätým Duchom, potom vždy správne zlo zamietnu, aj keď bude reakcia okolia často nepriaznivá.

Hospod' Isus Christos nás učí, že detská duša je čistá a nevinná. Ak však nemá pevný duchovný štít, neodolá. Základom tejto ochrany je Božie slovo a pravoslávna tradícia. Herézy, ktoré to chcú zmeniť, sa už veľakrát uplatnili a uplatňujú. Našou povinnosťou je chrániť nevinné detské duše. Sú poučení hriechom našich prarodičov Adama a Evy, nesmieme sa dopúšťať toho istého hriechu. Určite sa opýtate, prečo píšem o herézach? Preto, že práve cez ne vo všetkých vyznaniach dochádza k legalizovaniu zla. Liberalizácia a pomýlená tolerancia búrajú všetky hranice. Nie je priestor ani len na výpočet, takže aspoň na ilustráciu: väčšina kreslených filmov v televízii je o zlomyseľnosti, škaredosti a ubližovaní. Deti oslavujú démonské halloween (okrem iného aj morbidnými výtvarnými prácami za odmenu). Do škôlok a škôl sa dostala jóga, čo sa len dočasne spomalilo. Počítačové hry plné násilia a vražd sú masovo rozšírené. V detských časopisoch sú pornografické návody. Atd., atď., atď. ... Desiatky ďalších, a to sme sa nedostali k hudbe, drogám, ekumenizmu a pod. Ja sám, ako učiteľ na cirkevnej škole (nie pravoslávnej) môžem potvrdiť, čo dokážu spôsobiť herézy v denomináciách v myslení a konaní ľudí – od mlčanlivej tolerancie zla až po jeho konanie. Za všetky fakty aspoň jedna (nielen) moja smutná osobná skúsenosť: veľká časť detí, keď idú v súčasnosti vo veku okolo 15 rokov na katolícku birmovku, je duchovne zruinovaná.

Naša úloha teda nekončí len v roli rodičov. Musí túto pravdu hľadať aj mimo rodiny. Drahí bratia a sestry v Christu, prosím o odpustenie za predchádzajúce vety. Bezbrannosť a nevinnosť detskej duše však volá o pomoc. Ustúpiť v čomkoľvek, čo máme dané Božím slovom a pravoslávnu tradíciou, znamená nechať deti napospas zlu. Je predsa len jediná zjavená Božia pravda, a preto sa vrátim k myšlienke zo začiatku: „Vierouka i pravoslávna prax vedú človeka dobrom k dobru. Súčasne však k jednoznačnému a okamžitému odmietnutiu zla. Tradície dávajú istotu a ochraňujú. Herézy plodia herézy.“ Hľadájme oporu aj v slovách sv. apoštola Pavla (Rim. 12,2): „A nepripodobňujte sa tomuto svetu, ale premeňte sa obnou zmysľania, aby ste vedeli rozoznať, čo je vôľa Božia, dobrá, milá a dokonalá.“

Ak vyjdeme z veršov sv. apoštola Marka 9; 36-37, 42, ktoré boli citované v úvode, takýmto zlom predovšetkým hrešíme – urážame najvyššie Dobro – Boha, ale i ťažko ubližujeme deťom aj sebe.

Prosme teda nášho milosrdného, trojjediného, najdobrotivejšieho, ale aj najspravodlivejšieho Stvoriteľa a Ochrancu, aby nám dal milosti, s ktorými

Ho budeme milovať tak, že budeme schopní brániť naše deti aj nás. Sme hriešni a nedokonalí a iba cez pokánie nás Najvyšší posilní v nádeji, aby sme nezopakovali hriech našich prarodičov. Modlime sa a prosme o pomoc aj našu Bránu milosrdenstva Bohorodicu Matku Máriu a všetky beztelesné sväté mocnosti,

Hospodi, pomiluj!

Váš Ján z Topoľčian

Drahí bratia a sestry v Christu, problematika organizovanej hmoty sa väčšinou obchádza ako otázka vedecky veľmi náročná a pre bežného človeka nepodstatná. No ja si myslím, že obchádzanie danej problematiky nie je správne, nakoľko otázku možno zjednodušiť aj takto: Existuje iba hmota, alebo iba energia, alebo oboje súčasne?

ALBERT EINSTEIN ku danej téme hovorí: „To, čo sa našim zmyslom predstavuje ako hmota, je v skutočnosti veľká KONCENTRÁCIA ENERGIE na relatívne malom priestore“. A ďalej pokračuje: „V našej novej fyzike NIET miesta pre oboje – pre pole i hmotu; POLE je jediná skutočnosť“. MAX PLANCK pokračuje: „Niet NIJAKEJ HMOTY, je iba tkanivo energií, ktorému inteligentný duch dáva formu“ s čím súhlasí aj ARTHUR STANLEY EDDINGTON: „Látkou sveta je látka DUCHA“. A nakoniec COLIN MCGINN ku ohraničeným možnostiam ľudského mozgu dodáva: „Prechod od fyziky mozgu (neurobiológie / skúmania mozgu) k príslušným skutočnostiam vedomia NIE JE cestou myslenia MOŽNÝ“.

Vidíte, drahí bratia a sestry. Hmota ako taká neexistuje!!! Existuje len energia! A energia MUSÍ mať zdroj, z ktorého vychádza. Aj ľudia, ktorí uznávajú vedecké dôkazy fyziky, ale neveria v osobného Boha – Stvoriteľa – Všeudržiavateľa, hovoria, že zdrojom tejto energie je nejaká „sila“ či „duch“. Niektorí dokonca uznávajú aj to, že všetka energia je v KAŽDOM OKAMIHU bytia usmerňovaná a udržiavaná určitými „silami“.

Pre veriaceho pravoslávneho kresťana ja ale všetko jasné. My neveríme v žiadne neznáme, neurčité „sily“, ale v osobného Trojjediného Boha. Ktorý nielenže stvoril svet z lásky, ale neustále sa oň aj stará – udržiava ho, aby ho pri druhom príchode Božieho Syna Isusa Christa, po zničení akéhokoľvek hriechu, premenil na večný svet.

Ing. Branislav Šomodík

Konaj svoju prácu...

Konaj svoju prácu, ktorú ti Boh zveril,
pomáhaj z radosti, pokiaľ je čas.
Čo ti zostane z času, čo si tu prežil?
Len dielo lásky ako bohatý klas.
Nič ti nezostane, nič ti nezostane,
všetko, to krásne, všetko raz zájde.
Čo si však vykonal z lásky ku Christovi,
pretrvá naveky, uznania dôjde.
Nemar čas starosťami, čo srdce ťažia,
pomáhaj nešťastným mierniť ich bôľ.
Sviet' ako Jitrenka v noci ich biedy,
ako maják ku Christovi, všetkým ľuďom
navôkol.
Tvoja práca pre Christa, strádanie, hore,
nebolo nadarmo v úsilí tvojom.
Raz tam za hrobom Pánovi sa pokor,
nájdeš čo si rozosieval tu v pote svojom.



Autor neznámy (napísané asi v prvej polovici v 20. storočia), upravené

Modlitba k mučeníkom a vyznávačom Hurijovi, Samonovi a Avivovi

(Za zbavenie rodinných nezhôd, problémov)

Ó, preslávni Christovi mučeníci, Hurij, Samon a Aviv. K vám, rýchlym pomocníkom a horlivým modlitebníkom, sa my, chorí a nedôstojní, utiekame, a z celého srdca sa modlíme: vzhliadnite na nás, ktorí sme vinní z mnohých hriechoch, a každú chvíľu padáme do hriechu. Mýliacich sa napravte na správnu cestu, chorých uzdravte, smutných potešte. Pomôžte nám dodržať nepoškvrnenosť a čistotu, a tak, ako ste boli v dávnych časoch ochrancovia manželstva, ste nimi aj teraz. V láske a jednomyseľnosti nás udržiujte, a ochráňte nás každého zla a nešťastia. Ó, vyznávači všetkých pravoslávnych kresťanov, vy môžete veľa, ochráňte nás od nešťastia zlých ľudí, od napadnutia démonmi a od nečakanej smrti. Modlíme sa ku Najštedrejšiemu Pánovi, aby nám, svojim pokorným sluhom, dal veľkú a bohatú milosť. Nie sme dôstojní, aby sme našimi nečistými ústami vzývali veľkolepé meno nášho Tvorcu, a tak, buďte, vy, tými, ktorí sa za nás horlivo modlia. Preto sa ku vám modlíme a prosíme vás, aby ste za nás orodovali pred Pánom. Nech nás zbaví hladu, potupy, ohňa, meča, napadnutí inovercami, hádok, neprijemností v rodine a s blíznymi, smrteľnej rany a všetkého zlého, čo ničí dušu aj telo. Christovi mučeníci, vyproste nám svojimi modlitbami veľa milosti a blahodäte, aby sme tento dočasný život prežili čestne a horlivo, aby sme aj vďaka vašim modlitbám zosnuli bez potupy, aby sme so všetkými svätými mohli stáť po pravici Spravodlivého Pána Sudcu, a aby sme Ho mohli neprestajne velebiť s Otcom a Svätým Duchom až na večné veky. Amen.

(Sv. mučeníci sú veľkí ochrancovia žien, ktoré bezdôvodne napádajú manželia, a ubližujú im!!!)

OSPRAVEDLNENIE

Touto cestou sa ospravedľňujeme študentovi Bohosloveckej fakulty Antonovi Pažickému, že sme bez jeho súhlasu uverejnili v 2. čísle Svetla Pravoslávia dve modlitby v slovenčine (modlitbu pred a po jedle), ktoré nám poslal. Tieto modlitby neboli oficiálne potvrdené. No musíme upozorniť aj na to, že ani jedna z modlitieb, ktoré sme zatiaľ uverejnili, nebola oficiálne potvrdená. Sú to preklady modlitieb vás veriacich, ktoré nám do redakcie posielate. Uverejňujeme ich preto, lebo máme veľa skúseností, že niektorí pravoslávni kresťania sa chcú modliť v slovenčine, ale nemajú možnosť kvôli nedostatku existuje preložených modlitieb. Za pochopenie ďakujeme.



Príbehy a výroky púštnych otcov

Amma Synklitika povedala: “Na začiatku tých, ktorí postupujú k Bohu, čaká veľa bojov a mnoho utrpenia, ale potom nasleduje nevýslovná radosť. Je to ako s tými, ktorí chcú zapáliť oheň. Najprv sú trápení dymom a tečú im slzy, kým nemajú to, čo chcú. Ako je napísané: Náš Boh je stravujúci oheň (Heb 12, 29), tak aj my musíme roznecovať Boží oheň v nás cez slzy a námahu.”

Abba Hyperechios povedal: “Chváľ Boha bez prestania duchovnými piesňami, zotrúvavaj vždy v rozjímaní a takýmto spôsobom budeš schopný niesť bremeno pokušení, ktoré budú na teba doliehať. Cestujúci, ktorý nesie ťažký náklad, z času na čas sa zastaví a urobí zopár hlbokých nádychov. To robí bremeno ľahším a cestu príjemnejšou.”

Keď abba Apollo počul spev mníchov, ktorí nás vítali, prijal nás podľa zvykov, ktoré zachovávajú všetci mníši. Najprv padol na zem, potom vstal a pobožkal nás, zavedol nás dnu a modlil sa za nás. Keď nám vlastnoručne umyl nohy, pozval nás na malé občerstvenie.

Abba Agathon povedal: “Ak by som mohol stretnúť malomocného, dať mu svoje telo a vziať si jeho, bol by som veľmi šťastný.” To je dokonalá láska.

Tiež sa o ňom hovorilo, že keď raz išiel do mesta predávať svoj tovar, našiel chorého pútnika ležiaceho na verejnom mieste, o ktorého sa nemal kto postarať. Starec si prenajal izbu, býval tam s ním a pracoval vlastnými rukami, aby mohol zaplatiť nájomné a zvyšok peňazí minul na potreby chorého. Ostal tam štyri mesiace, kým chorý nevyzdravel. Potom sa v pokoji vrátil do svojej kélie.

Vojak sa pýtal abbu Mia, či Boh prijal jeho pokánie. Keď mu starec vysvetlil mnohé veci, povedal: “Povedz mi, môj milý, ak sa ti roztrhá plášť, odhodíš ho preč?” On odvetil: “Nie,

*zaplátam ho a znovu ho nosím.” Starec mu povedal: **“Ak sa ty tak staráš o svoj plášť, nebude sa Boh rovnako starať o svoje stvorenia?”***

*Abba Ján Trpaslík povedal: “Dom sa nezačína stavať zhora nadol. Musíte začať od základov, aby ste dosiahli vrchol.” Pýtali sa ho: “Čo znamená toto príslovie?” On povedal: **“Základom je tvoj blížny, ktorého si musíš získať. Tu je začiatok. Všetky Christove príkazy sú závislé na tomto.”***

*Istý brat sa pýtal abbu Matúša: “Ako je to možné, že bratia v skíte robili viac ako prikazovalo Písmo o milovaní svojich nepriateľov viac ako seba?” Abba Matúš im povedal: **“Čo sa mňa týka, zatiaľ sa mi nepodarilo ani tých, čo milujú mňa, milovať tak ako seba.”***

*Niekoľko mníchov prišlo pozrieť abbu Lukia a povedali mu: “Nepracujeme vlastnými rukami, poslúchame Pavlov príkaz a modlíme sa bez prestania.” Starec povedal: “Nejete a nespíte?” Oni povedali: “Ale áno.” On riekol: “Kto sa za vás modlí, kým spíte? Prepáčte mi, bratia, ale nerobíte to, čo hovoríte. Ukážem vám, ako sa modlím bez prestania, hoci pracujem vlastnými rukami. S Božou pomocou nazbieram palmové listy, spleťm ich a hovorím: ‘Zmiluj sa nado mnou, Bože, podľa svojho veľkého milosrdenstva, a pre svoje veľké zľutovanie znič moju nepravosť.’ Je to modlitba, či nie?” Oni mu povedali: “Áno, je.” On pokračoval: **“Keď celý deň pracujem a modlím sa v srdci, zarobím okolo šestnásť drobných. Dve z nich položím pred dvere a za zvyšok nakúpim potravu. A ten, kto nájde vonku tie mince, bude sa za mňa modliť, kým ja budem jesť a spať. A tak sa s Božou pomocou modlím bez prestania.”***

*Hovorilo sa o abbovi Arseniovi, že mal na hrudi priehlbínu vymytú slzami, ktoré mu padali z očí počas celého jeho života, keď sedel pri svojej ručnej práci. Keď sa abba Pimen dozvedel, že je mŕtvy, s plačom povedal: **“Naozaj si blažený, abba Arsenios, lebo si plakal kvôli sebe na tomto svete. Ten, kto tu dolu neplače kvôli sebe, bude potom plakať naveky. Preto je nemožné neplakať, buď dobrovoľne, alebo z prinútenia vo večnom utrpení.”***

*Abba Ján z Kellie nám hovoril tento príbeh: V Egypte žila jedna veľmi pekná a bohatá kurtizána, ku ktorej prichádzali sami vznešení a mocní ľudia. Jedného dňa sa ocitla pri chráme a chcela vstúpiť dnu. Subdiakon stojaci pri vchode jej nechcel dovoliť vojsť a hovoril: “Nie si hodná vojsť do domu Boha, lebo si nečistá.” Biskup počul ich škriepku a vyšiel von. Kurtizána mu povedala: “Nechce ma pustiť do chrámu.” Biskup jej na to povedal: “Nie je ti dovolené vojsť, lebo nie si čistá.” Naplnila sa ľútosťou a povedala: “Odteraz už nebudem smilniť.” Biskup jej povedal: “Ak sem prinesieš všetko svoje bohatstvo, budem vedieť, že už sa viac nedopustíš smilstva.” Priniesla svoje bohatstvo a biskup všetko spálil v ohni. Ona potom vošla do chrámu, plakala a vravela: **“Ak sa mi toto stalo tu dolu, čo všetko by som stratila tam hore?”** Tak sa obrátila a stala sa vyvolenou nádobou.*

Abba Kýros z Alexandrie dostal otázku o pokúšení na smilstvo, a on odpovedal: “Ak na to nemyslíš, nemáš nádej, lebo ak na to nemyslíš, robíš to. Myslím tým, že každý, kto bojuje proti hriechu a neodporuje mu v duchu, dopustí sa ho telom. Je veľkou pravdou, že ten, kto naozaj smilní, netrápi sa tým, že na to myslí.”

Abba Ján povedal: “Som ako človek sediaci pod veľkým stromom, ktorý vidí divé šelmy a hady prichádzajúce vo veľkom počte proti nemu. Keď to už nemôže s nimi vydržať, vyštverá sa na strom a je zachránený. Tak isto je to so mnou, sedím vo svojej cele a bojujem so zlými myšlienkami, ktoré na mňa útočia, a keď už nemám silu proti nim, v modlitbe hľadám záchranu u Boha a som zachránený pred nepriateľom.”

Sila životodárneho kríža

V Kyjeve žila mladá vdova, ktorá mala jediného syna, desaťročného chlapca. V ňom sa videla a doslova ho zbožňovala. Raz u nej za stolom sedeli hostia. Reč prišla na krásu prírody a Božiu veľkosť. Keď vdova počula tieto slová, ukázala na svojho syna, ktorý tu sedel a jedol bravčové mäso, povedala: „To je môj boh a môj poklad! Nič iné neuznávam.“ Nestačila ani dokončiť svoje slová, keď nastal strašný krik. Chlapec sa náhle začal dusiť mäsom a v priebehu desiatich minút zomrel. Jeho tvár sa znetvorila smrteľným trápením. Zúfalstvo matky nepoznalo hraníc. Utrápená na duši, zmučená, chodila po dome ako šialená. Chlapca pripravili ku pohrebu. Opatrovateľka pri tom zistila, že na hrudi chlapca nie je kríž. Čo keby sme zavesili kríž na jeho šiju? Ako náhle matka počula slovo „kríž“, rýchlo odpovedala: „Nie, to nie je treba, na čo mu to dávať na hrud’!“ a odišla do susednej miestnosti. Opatrovateľka bola hlboko veriacim



svojich hriechov a za spásu svojho syna.



človekom a nemohla sa zmieriť s myšlienkou, že dieťa bude pochované bez kríža. Zo svojho krku zvesila kríž, ktorý mala od svojej mladosti, a s hlbokou zbožnosťou ho vložila na hrud’ dieťaťa. A hľa, nastal zázrak! Keď opatrovateľka uvidela taký zázrak, s dojatím sa rozplakala vrúcnymi slzami. Matka, počujúc plač vdovy, sa vrátila do miestnosti a uvidiac usmievajúcu sa tvár svojho syna; zvolala: „Žije, on žije.“ Opatrovateľka jej odpovedala: „Nie, Volod’a je mŕtvy. Po tom, ako som na neho priložila kríž, Božia blahodať mierom prežiarila dušu i telo.“ Vtedy matka, uvidiac silu Christovho kríža a dosvedčujúci úsmev na mŕtvej tvári, v tom poznala zázrak Božej blahodate. Padla na kolená pred ikonou a so slzami dojatia, s prejavenu ľútosťou sa modlila za odpustenie

Potopený svet

Pokračovanie

Z výskumu skamenelín je veľmi dobre známe, že tropické rastliny a živočíchy kedysi dávno žili po celej zemi, vrátane terajších polárnych oblastí. Iba potom, čo sa okná nebeské otvorili, a vody vyliali na zem, sa v Biblii opisujú mohutné vetry, čo môže znamenať veľký teplotný rozdiel medzi rovníkovými a polárnymi oblasťami. V týchto polárnych oblastiach, kedysi plných tropických zvierat a rastlín, sa náhle začala sústreďovať obrovská masa ľadu a snehu, dôsledkom čoho bola aj doba ľadová po potope. No vody potopy neprišli iba z neba, ešte viac vody sa vylialo z obrovských podzemných rezervoárov, z hĺbín zeme začali chrliť vodu pramene, zdvihla sa hladina oceánov, zosilnila sopečná činnosť, vulkány vyhadzovali do vzduchu obrovské množstvá tekutej lávy a pary. Vody stále pribúdalo a po šiestich týždňoch potopa dosiahla maximum. Vody skryla všetky vrchy a hladina neklesla stodesať dní. Za tento čas zahynulo všetko živé, okrem tých, ktorí boli v arche, osobitne poznačených Božou láskou a starostlivosťou.

Záverečná epizóda hostórie o potope je opísaná v ôsmej hlave v prvom, druhom a treťom verši knihy Genesis, kde môžeme prečítať: **„...Vtedy sa Boh rozpomenul na Noácha a na všetky živočíchy i na dobytok, ktorý bol s ním v korábe; Boh poslal vietor na zem a vody opadli. Zavreli sa žriedla prahlbiny aj okná nebies a ustal dážď u neba. Vody sa viac a viac vracali do zeme a po stopäťdesiatich dňoch začalo vôd ubúdať.“**

Jedna z veľkých záhad pre geológov je vznik oceánov. Nemenej záhadný je aj vznik hôr, o čom svedčia mnohé a neustále meniace sa teórie. Tí, ktorí skúmajú geológiu potopy, zaznamenávajú nadprirodzenosť vzniku pohorí, podľa 104 žalmu:

„Vrchy sa vynorili, klesli doliny na miesto, ktoré si im vymedzil.“ (8. verš)

„Položil si im hrádzu, ktorú neprekročia, aby opäť nezakryli zem.“ (9. verš)

Biblia to vysvetľuje tak, že vtedy keď sa zem dvíhala, dno oceánov sa znižovalo. Pretože klesajúca voda zvyčajne necháva na brehoch stopy v podobe terás, podobné tým, ktoré vidíme na brehoch vyschnutých vodných nádrží, dá sa predpokladať, že takéto terasy zostali aj na pobrežiach kontinentov. A práve terasy nachádzame na všetkých kontinentoch. Dávne stopy vidno aj na brehoch mnohých veľkých jazier vo vnútrozemí kontinentov, kde zostala voda po potope.

Keďže voda postupne klesala, je veľmi pravdepodobné, že mohla vytvoriť gigantické doliny na nespevnenej zemi, stekajúc dolu do znížených morských nádrží. A toto všetko nachádzame. Prakticky všetky riečne doliny sú oveľa širšie, ako sú požiadavky na súčasnú riečnu sieť, čo len dokazuje, že kedysi tadiaľ pretekalo oveľa viacej vody.

V súčasnosti je prevažná časť zeme pokrytá vodou, ktorá zostala po potope. Vrstva vody s priemernou hrúbkou 3 kilometre sa rozprestiera na 70% povrchu planéty. V jednej časti Tichého oceánu hĺbka dosahuje takmer 11 kilometrov. Okrem toho veľké množstvo vody v podobe ľadových kontinentov sa nachádza na severnom

a južnom póle. Veľká potopa zanechala nezmazateľné stopy v geologických formáciách našej planéty.

Nájdene dôkazy vo všetkých kútoch sveta, svedčia o tom, že zem bola vyhubená v dôsledku katastrofickej potopy. Pre nás kresťanov je najlepším dôkazom o potope text Biblie.

Sám Isus hovoril o potope ako o smutnom, ale reálnom fakte histórie. On povedal nasledujúce slová: **„Lebo ako bolo za dní Noacha, tak bude pri príchode Syna človeka; (Mt, 24, 37)**

On predpovedal, že svet pred Jeho druhým príchodom bude podobný tomu, ktorý bol v časoch Noemových. Vráťme sa však ku knihe Geneu, hlavne šiestej k piatemu veršu a pozrime, ako vyzeral vtedajší svet: **„Keď však Hospodín videl, že skazenosť ľudí na zemi bola veľká a že všetko zmýšľanie ich srdca bola zlé...“**a v jedenástom veršu **„Ale zem bola porušená v Božích očiach; na zemi bolo plno násilia.“**

Vari dnes nie je zem naplnená zlými skutkami ľudskými, proti blíznym svojich a dokonca proti samému sebe? Vari sa neporušujú jeho prikázania?

V druhom liste apoštola Petra čítame, že pred záhubou ľudia prestanú veriť, že svet bol zázračným spôsobom stvorený Slovom Božím, prestanú veriť, že bola kedysi potopa sveta opísaná v Biblii; takisto ako sa predpotopní ľudia vysmievali možnosti potopy, súčasní ľudia sa vysmievajú možnosti, že Isus znovu príde na zem a že na konci vekov zem i nebo zhoria v ohni. No niet pochýb, že tak ako Boh stvoril svet Svojím Slovom a poslal Svojím Slovom potopu, takisto dodrží Svoje Slovo o Poslednom Súde. Apoštol Peter vo svojom druhom liste píše:

„Ale tože Slovo Božie zachováva ohňu terajšie nebesá a zem, udržiavajúc ich na deň súdu a skazy bezbožných ľudí.“ (7. verš)

„Príde deň Pánov ako zlodej, keď sa nebesá s rachotom pomínú, zisky sa v ohni rozplynú a zem so svojimi dielami zmizne.“ (10. verš)



No Boh sa neteší blížiacemu sa súdu. Apoštol Peter píše, že on je zhovievavý, nechce, aby niekto zahynul, ale aby všetci prišli k pokániu.

Napísal Alexander Vostrikov - autor stránky:
www.tropinka.orthodoxy.ru
Preklad - J.T.

Isus – vinný kmeň

„Ako ani ratolesť nemôže prinášať ovocie sama zo seba, len ak ostáva na vinnom kmeni, tak ani vy, len ak zostávate vo mne. Ja som vinný kmeň a vy ste

ratolesti. Kto zostáva vo mne a ja v ňom, ten prináša veľa ovocia, pretože bezo mňa nič nemôžete činiť.“

Do Christovej vinice boli dňa 26. júla 2003 začlenení: Helena Šomodíková a Ivan Murín. Prajeme im, aby ich život v Pravoslávnej Cirkvi bol plný Božej lásky, pokoja a milosti. Nech dary Svätého Ducha, ktoré pri sv. Tajine myropomazania získali, naplno využívali. Tiež im želáme, aby ich patróni sv. Helena a sv. Ivan Ruský ochraňovali počas celého života a orodovali za nich pred oltárom Božím.

Pravoslávna Cirkev oznamuje všetkým, že sväté Liturgie sa v Banskej Bystrici a vo Zvolene konajú striedavo: jednu nedeľu v Banskej Bystrici v náhradných priestoroch v Agentúre sociálnych služieb na Ulici 9. mája č. 74 (bývalé detské jasle) so začiatkom o 9:30 hodine. Ďalšiu nedeľu vo Zvolene v kaplnke zvolenského zámku o 10:30 hodine. Podrobnejšie informácie dostanete na telefónnom čísle: 0903 170 583. Tešíme sa na vašu účasť. Christos medzi nami!



SVETLO PRAVOSLÁVIA – spoločensko – duchovný občasník

Zodpovedná:

Redaktorka: Mgr. Jana Šomodíková, Jesenského 16, 974 01 Banská Bystrica, e-mail jankasom@szm.sk

