

Gréckokatolícka eparchia Košice  
Diecézny katechetický úrad sv. prvomučeníka Štefana

**DODATOK PRE VÝCHODNÝ OBRAD**  
k metodickéj príručke pre 8. ročník ZŠ  
„Dôstojnosť človeka“

© Spracovanie: Mgr. Tatiana Cmoriaková  
Liturgická kontrola: Dipl.-Theol. Univ. Miroslav Macko  
Dodatok neprešiel jazykovou úpravou.  
Vydané pre vnútornú potrebu.

## ZOZNAM TÉM DODATKU:

### 1. téma: Kto som

- ▶ Sebazpoznanie – *doplnenie k základnej podtème*
- ▶ Seba prijatie – *oprava a doplnenie k základnej podtème*

### 2. téma: Kto je človek

- ▶ Kto je človek - *doplnenie k základnej podtème*
- ▶ Postavenie muža a ženy v histórii – *oprava k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Byť mužom – *doplnenie k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Byť ženou – *doplnenie k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Mária - *doplnenie k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Nanebovstúpenie – *nová prehlbujúca podtéma*

### 3. téma: Ľudskosť

- ▶ Kde je Boh, keď ľudia trpia – *doplnenie a oprava k základnej podtème*
- ▶ Ikona Ukrižovania a osobná askéza – *nová prehlbujúca podtéma*

### 4. téma: Dôstojnosť a výkon

- ▶ Hodnota práce a dôstojnosť človeka – *doplnenie k základnej podtème*
- ▶ Spoločné dobro – *doplnenie k základnej podtème*
- ▶ Milosrdný dotyk Boha – *oprava k prehlbujúcej podtème*

### 5. téma: Kultúra života

- ▶ Hodnota a rebríček hodnôt – *doplnenie k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Kultúra – rozvoj človeka a ľudskej spoločnosti / Ľudskosť a kultúra – *oprava a doplnenie k základnej podtème*
- ▶ Kresťanské vzory. Naši veľkí rodáci – *oprava k prehlbujúcej podtème*
- ▶ Modlitba – životný štýl a cesta k svätosti – *nová prehlbujúca podtéma*

### **Všeobecné poznámky k dodatku:**

- dodatok vychádza z Metodickéj príručky (MP) pre 8. ročník ZŠ „Dôstojnosť človeka“ a z pracovných zošitov (PZ/PL)

- **dodatky nie sú záväzné**, majú odporúčajúci charakter, resp. sú návrhom a pomôckou pre učiteľov NV/N! Záväzné sú osnovy – Rámcový vzdelávací program schválený KBS ([www.kpkc.sk](http://www.kpkc.sk)).

- **dodatok obsahuje úpravy na východný obrad v základných i prehlbujúcich podtémach uvedených v MP, nové prehlbujúce podtémy, opravené, resp. doplnené komentáre pre učiteľov, texty pre žiakov a obrazové prílohy.**

- odporúčaná a použitá literatúra, časopisy a internetové stránky sú uvedené pri každej spracovanej téme a podtème. Zdroj neoznačených životopisov svätých, resp. úryvky z nich sú z: ČÍŽEK, A.: Synaxár alebo TRUCH, A.: Život svätých.

- zdroj neoznačených obrázkov: internet, archív DKÚ

- v každej téme MP si opravte terminológiu!!!

## I. KTO SOM

### Výroky osobností kresťanského Východu o človeku:

„Ak chceš poznať Boha, poznaj najprv sám seba!“ (Evagrios Pontský)

„Pravá hodnota človeka je tajomstvom, ktoré pozná len Boh“ (kardinál Špidlík)

„Tajomstvom vtelenia sa ukazuje zároveň dobrota Božia, múdrosť a spravodlivosť, moc a sila. Dobrota preto, že nepohrdol slabosťou svojho stvorenia. Spravodlivosť preto, že nedal zvíťaziť tyranovi a tiež preto, že nevytrhuje človeka násilím zo smrti. Múdrosť preto, že našiel najdôstojnejšie riešenie veci najobtiažnejšej. Moc a sila nekonečná preto, že nie je nič väčšieho, než keď sa Boh stane človekom.“ (sv. Ján Damaský)

„Podobne ako kráľ, ktorý našiel úbohého a chorľavého, sa nad ním zľutuje a liekmi začne ošetrovať jeho rany, prinesie ho do svojich palácových komnát, oblečie ho do purpuru, dá mu na hlavu diadém a urobí ho hodovníkom na svojej hostine, tak aj nebeský Kráľ Kristus prichádza k slabému človeku, aby ho vyliečil a aby sa tak stal spoločníkom jeho kráľovskej hostiny. Popritom však nerobí nátlak na jeho vôľu, ale pôsobiac na neho poučeniami, dvíha ho na takúto čestnú úroveň.“ (sv. Makarios Veľký)

„Vo všetkom, čo na nás Boh dopúšťa, nie je nič bez zmyslu.“ (Dorotej z Gazy)



### Doplnenie k základnej podtému

#### ► 1.1 Sebapoznanie

- k tejto téme, prípadne inej príbuznej, možno doplniť úryvok z Kajúceho kánona, ktorý vyjadruje pravdu o človeku – jeho veľkej hodnote, o jeho páde a biede, ale aj nádeji, ktorú má v Bohu vždy ... Ďalšie slohy kánona si môžete ľubovoľne doplniť.

### Práca s pracovným listom (s. 12)

#### 15. Kajúci kánon Andreja Krétskeho

Kánon hovorí pravdu o nás, kto sme – sme hriešnici, ktorých Boh neprestal milovať.

*Odkrývam pred tebou, Spasiteľu, hriechy, ktoré som urobil, i rany mojej duše a môjho tela, ktoré mi v mojom vnútri zločinne naložili vražedné myšlienky.*

*Hoci som zhrešil, Spasiteľu, viem, že miluješ človeka, vychovávaš ho s láskou a vrúcne sa zmilúvaš. Voláš zablúdeného a keď vidíš jeho slzy, utekáš k nemu ako otec.*

*Vášňami som pochoval nádheru prvého obrazu, Spasiteľ. Ale ty ju hľadáš a nájdi, ako kedysi drachmu.*

Napíš vlastný verš o sebe. Nakresli k nemu piktogram

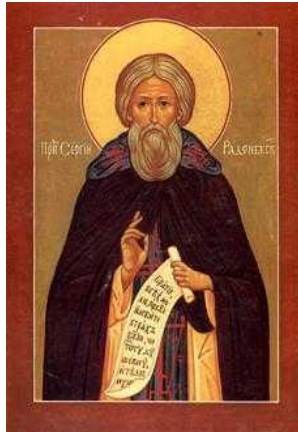
.....  
.....  
.....



► 1.2 Sebaprijatie

Fixácia: Práca s pracovným zošitom

18. Paradoxy života – osobnosti kresťanského Východu



**Sv. Sergej Radonežský** (1314 – 1392) – mních, zakladateľ Trojického monastiera, ktorý mal v detstve problém učiť sa, čítať a písať, za čo bol karhaný a vysmievaný. Pomocou modlitby svätého mnícha čoskoro vo vedomostiach prekonal svojich rovesníkov. Bol vysvätený za kňaza a stal sa igumenom (predstaveným) monastiera.

**Sv. Efrém Sýrsky** (4. stor.) – ako mladík bol od prírody výbušný, často sa hádal, bol bitkárom, odmietavý voči chudobným, pochybujúci, raz sa dokonca ocitol aj vo väzení. Božou milosťou sa však z neho stal pokorný a tichý pustovník, ktorý mal veľký poetický dar. Jeho modlitby sa dostali do liturgie. Známa je modlitba Veľkého pôstu „Pane a Vládca môjho života...“ Vynikal v striednosti, v milosrdenstve voči biednym, vyučovaní ľudu.



**Sv. Eudokia** (1. stor.) – bývalá pohanka, ktorá žila neviazaným spôsobom života. Pod vplyvom modlitieb mnícha a jeho slov sa z verejnej hriechnice stala kajúcnica, ktorá rozdala svoj majetok, odišla do monastiera a konala prísne skutky kajúcnosti. Pričinila sa o vystavenie monastiera, ktorý sa stal majákom pre množstvo duchovne i fyzicky vyčerpaných ľudí. V čase prenasledovania kresťanov bola umučená.

**Sv. Silván Athoský** (1866-1938) – ruský mních, ktorý vo svojej mladosti vykonal niekoľko nerozvážností, podliehal pýche a hrubosti. Uvedomiac si svoje chyby konal pokánie a svoj život prežil na hore Athos ako mních, kde sa stal „starcom“, od ktorého sa mnohí učia dodnes dobrej zvesti o obrátení, milosrdenstve a Božej láske. Často sa modlil za svet: „*Pane, daj, aby Ťa vo Svätom Duchu, poznali všetky národy.*“; „*Ó, národy zeme. Na kolena padám pred vami a úpenlivo, so slzami v očiach, vás prosím: prídte ku Kristovi! Viem, ako nesmierne vás miluje.*“ (FLORIS G.: Prebud' svoje srdce)



- uvedené osobnosti patria k tým, ktoré napriek svojej slabosti boli premenené Božou milosťou i vlastnou usilovnosťou. Vyberte si jednu z uvedených osobností a podrobnejšie si naštudujte jej životopis alebo diskutujte o ľuďoch z vášho okolia, ktorí v živote prešli/prechádzajú podobným paradoxom.

„*Stačí ti moja milosť, lebo sila sa dokonale prejavuje v slabosti.*“ (2Kor)

## II. KTO JE ČLOVEK

*Základná podtéma – doplnenie*

### ► 2.1 Kto je človek?

*Výroky osobností kresťanského Východu o človeku:*

*„Skutočný človek je ten, kto pochopil, čo je to telo, najmä, že je pomimutelné a má krátky život. Takýto i dušu chápe ako treba – najmä tak, že je božská a nesmrteľná, a je vdychnutím Boha spojená s telom pre osvedčenie sa a výstup k Božej podobe...“ (sv. Anton Veľký)*

*„Boh stvoril všetko: stvoril nebo a zem, slnko, mesiac, vody, plodonosné stromy, rôzne druhy zvierat. Avšak ani v jednom z toho, čo stvoril, nespočíva Boh. Všetko stvorenie je pod Jeho vládou; v žiadnom však nepotvrdil svoje prebývanie, nenadviazal s ním kontakt. Túto priazeň preukázal jedine človeku. S ním vstúpil do spoločenstva a v ňom spočinul...“ (sv. Makarios Veľký)*

*„Ako nebo a zem stvoril Boh pre pobyt človeka, tak telo a dušu človeka stvoril On ako príbytok pre seba, aby sa mohol usídlit' a spočinúť v jeho tele, ako vo svojom dome, aby mal za svoju krásnu nevestu jeho milovanú dušu, ktorú stvoril na svoj obraz...“ (sv. Makarios Veľký)*



*Prehľbujúca podtéma – oprava*

### ► Postavenie muža a ženy v histórii

do tabuľky postavenia ženy a muža v histórii doplniť k STREDOVEKU doplniť:

- predstavené kláštrov sú najvzdelanejšie ženy svojej doby, emancipované a nezávislé od sveta mužov, mnohé sa zasadzovali za uznanie svojich práv, za štúdium a spoluzodpovednosť na živote Cirkvi a spoločnosti:

- sv. cisárovná Helena – pričínala sa o zrovnoprávnenie kresťanstva a prijatie kresťanstva v Rímskej ríši;
- sv. cisárovná Irena – pričínala sa o ukončenie ikonoborectva;
- sv. Makrina – mala silný vplyv na svojho brata Bazila Veľkého, bola predstavenou (ihumenou) monastiera;
- sv. Melánia Rímska - bohatá Rimanka, ktorá sa vzdala bohatstva a po smrti svojich detí aj manželskeho života, zakladateľka monastierov vo Svätej Zemi;
- sv. Oľga – kyjevská kňažná, pričínala sa o pokresťančenie Kyjevskej Rusi.



*Prehľbujúca podtéma – doplnenie*

### ► Byť mužom

**Postavy sv. mužov**

Žiakom môžeme predstaviť aj mužov z radu svätcov. Nebojovali síce o krásu – ženu, sebarealizáciu, ale bojovali o Cirkev a jej krásu, viedli boj za Božie veci...

- žiaci si môžu o týchto (prípadne iných) svätých mužoch prečítať a vnímať vlastnosti muža podľa Božieho srdca (viď Čížek, A.: Synaxár; Truch, A.: Život svätých; internet napr. [www.zoe.sk](http://www.zoe.sk)).

- sv. Jozafát Kuncevič (12.11) – polocký arcibiskup, ktorý bojoval za jednotu Cirkvi;
- sv. Cyril a Metod (11.5) – apoštolom rovní bratia, misionári, ktorí viedli boj za Slovanské národy, ich vieru, kultúru;
- sv. Ján Zlatoústý (13.11) – konštantínopolský patriarcha, ktorý vynikal v modlitbe a pôste a ktorý viedol boj o svätosť kresťanov, boj proti hriechu;
- sv. Juraj (23.4) – mučeník, vojak, ktorý bránil prenasledovaných kresťanov pred nepriateľmi;
- sv. Roman Sládkovec (1.10) – diakon, hymnograf a hudobný skladateľ, ktorý vynikal v pokore a oslave Boha v chráme.



*Prehľbujúca podtéma – doplnenie*

► **Byť ženou**

**Ženy v životopisoch svätých kresťanského Východu**

- zdroje k úlohe viď Čížek, A.: Synaxár; Truch, A.: Život svätých; internet napr. [www.zoe.sk](http://www.zoe.sk).

- Sv. Makrína (19.7) – zakladateľka monastierov, sestra sv. Bazila Veľkého, vynikala v osobnej askéze, modlitbe a pomoci ľuďom;
- Sv. Marta (4.7) – matka sv. Simeona Divnohorca, vynikala skutkami milosrdenstva, starostlivosťou o syna a modlitbou;
- Sv. Ľudmila (16.9) – česká kňažná a mučeníčka, stará matka sv. Václava, pomocníčka chudobných, spoluzakladateľka chrámov, ktorá si zamilovala slovanskú bohoslužbu;
- Sv. Anastázia (22.12) – mučeníčka, liečiteľka, ošetrovatelka väznených;
- Sv. Paraskeva z Ikónia (28.10) – mučeníčka za Krista;
- Sv. Katarína Alexandrijská (24.11) – mučeníčka, vynikala v múdrosti i vzdelanosti;
- Sv. Alžbeta Feodorovna – mučeníčka, vynikala skutkami milosrdenstva, zakladateľka monastiera v Rusku



*Prehľbujúca podtéma – doplnenie*

► **Mária – nádherná žena**

V hlavnej časti, namiesto práce s obrazmi Panny Márie v MP môžete použiť prácu s ikonami Presvätej Bohorodičky. Žiakom ukážeme rôzne ikony Bohorodičky a odpovedajte na primerané otázky z MP. Potom pracujte s úlohou č. 16 v PL.

**16. Ikona Bohorodičky**

Bohorodička je navyše zobrazovaná žena v dejinách ľudstva. Vôbec prvou ikonou, ktorá bola podľa tradície napísaná sv. apoštolom Lukášom, bola práve ikona Božej Matky. Druhé prvenstvo patrí počtu typov ikon Kristovej matky, je ich približne 800 – 900.

- Z uvedených základných typov ikon Bohorodičky „vyčítaj“ (z jej postojov, gest), čo o Márii hovoria. Pomôckou sú tieto názvy, ktoré skús priradiť k jednotlivým ikonám.

1. *Kyriotissa – Božia Matka, ktorá panuje, má moc*
2. *Pokrov – Ochrankyňa, chráni nás*
3. *Umilenije – Nežná matka, ktorá miluje svoje deti*
4. *Oranta – Modliaca sa Bohorodička, Matka, ktorá za nás bojuje na modlitbách, prihovára sa za nás*
5. *Hodigitria – Ukazovateľka cesty, ktorá nás vedie, sprevádza, ukazuje na Krista, cieľ.*



## **NOVÁ prehlbujúca podtéma** ► **Nanebovstúpenie**

**Ciele:** opísať ikonu Nanebovstúpenia; na základe sviatku a ikony Nanebovstúpenia Pána vnímať hodnotu a dôstojnosť človeka, jeho tela i duše, ľudskej prirodzenosti; dbať o svoje telesné i duchovné zdravie.

### **Priebeh:**

#### **Úvod – práca v skupinách**

- úlohou žiakov 1. skupiny je napísať odpoveď na otázku: Aký je podľa teba naprekvajúcejší, najkrajší postoj Boha k človeku – k jeho telu i duši? (pr. stvorenie, uzdravovanie, kriesenie, ...)
- úlohou žiakov 2. skupiny je napísať odpoveď: S akými postojmi k telu sa môžeme stretávať medzi ľuďmi? Aký je postoj človeka k telu? (pr. kult tela, starostlivosť o telo a zdravie, týranie, ochrana tela a jeho intimity, ...)
- obe skupiny predstavia svoje odpovede. Aký majú tieto dve témy, resp. otázky súvis? Odpoveďou je jeden z prikázaných veľkých sviatkov Cirkvi.

### **Výklad**

- Bohu nestačilo, že nás „len“ stvoril, miluje, stará sa o nás, chráni, vedie... ale On chcel pre nás niečo viac. Vo svojej veľkosti Boh urobil to, čo človek nečakal: stal sa človekom, jedným z nás, a v ľudskom tele prežíval celý svoj život; trpí, zomiera i vstáva z mŕtvych. Sv. Irenej Lyonský hovorí: „Boh sa stal človekom, aby sa človek stal bohom.“ – teda prijal božskú prirodzenosť. No ide ešte ďalej, do krajnosti lásky – s týmto ľudským telom vstupuje do neba a tým povyšuje ľudskú prirodzenosť.

- vybraný žiak môže prečítať Flp 2,5-11; Sk 1,6-11
- príbeh o Ježišomv nanebovstúpení by žiaci už mali poznať, teda sa sústredíme viac na zmysel sviatku a výklad ikony

### Demonštrácia ikony a jej výklad

Popíšte, čo na ikone vidíte?

Čo môžu vyjadrovať postavy na ikone, ich gestá?

Čo je centrom ikony?

Ako na vás ikona pôsobí?

### Ikona Nanebovstúpenia

Ježiš svojou smrťou a vzkriesením zničil priepasť medzi Bohom a ľudskou prirodzenosťou. Po Nanebovstúpení už nič nedokáže oddeliť ľudskú prirodzenosť od Boha: **Kristus stojí za nás pred Božou tvárou.** Kristovo nanebovstúpenie sa tak stáva aj nanebovstúpením človeka.

Postava Božej Matky na ikone vyjadruje jej dôležitosť. Vďaka Kristovmu vteleniu je so svojim Synom úzko spojená. **Od nej prijal telo, ktoré práve prináša do srdca Trojice – telo, v ktorom zdieľal ľudský život,** v ktorom sám seba priniesol Bohu na obeť bez poškrvny na oltári Kríža, ktorým premohol smrť a tak otvoril ľuďom božské svetlo. Zatiaľ čo ruky apoštolov smerujú k nebu a vyjadrujú radosť, ruky Božej Matky sú gestom tej, čo sa modlí. Na ľavej strane ikony Peter hľadá na Božiu Matku a ukazuje na ňu pravou rukou – žiada ju o príhovor. Na skalnatom pozadí Olivového vrchu sa nachádzajú apoštoli v dvoch tesných skupinkách. Každý apoštol je osobne povoláný svedčiť o božstve svojho Pána a sláviť toho, ktorého nasledovali počas celej jeho pozemskej cesty. Anjeli uprostred Dvanástich sú dvaja muži oblečení v bielom zo Skutkov apoštolov. Kristus tróni vo svätožiare, ktorú nesú dvaja anjeli. Je v strede, na mieste, ktoré je najtmavšie, pretože udalosť Nanebovstúpenia je tajomstvo, ktoré človek nie je schopný pochopiť. Jeho plášť utkaný zo zlatých nití ho úplne zakrýva, lebo jeho pozemské telo je tiež úplne zbožštené.

Nanebovstúpenie odhaľuje konečný význam celého jeho poslania. **Oznamuje, že odteraz už nič neoddeľuje ľudský svet od sveta božského.**

(ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, I.M.: Viera vo svetle ikon. Bratislava: Vydavateľstvo O. Németh)

### Aplikácia – práca so Sv. písmom

Vo vzťahu k telu existujú vo svete 2 extrémny: kult tela, prehnaná starostlivosť, nadmerné až nezdravé pestovanie zovňajšku ... a zhanobovanie, týranie tela (niektoré náboženstvá a filozofie dokonca považujú telo za klieťku pre dušu, za zlo, z ktorého sa musí človek oslobodiť...). Avšak Boh stvoril telo ako dobro pre človeka, má svoju hodnotu a význam.

**Na základe citátov zo Sv. písma skúste s pomocou učiteľa napísať, k čomu nás Boh v súvislosti s Nanebovstúpením pozýva?**





**I. 1Kor 6,19-20:** A neviete, že vaše telo je chrámom ducha Svätého, ktorý je vo vás, ktorého máte od Boha a že nepatríte sebe? Draho ste boli kúpení. Oslavujte teda Boha vo svojom tele.

*- k oslave Boha v tele (prácou, spevom, pôstom, almužnou - delením sa, praktickou pomocou blížnym, správnym postojom pri modlitbe...)*

**II. Gal 5, 24.6,7-8:** Tí, čo patria Kristovi Ježišovi, ukrižovali telo s vášňami a žiadosťami... Nemýľte sa: Boh sa vysmievať nedá. Čo človek zaseje, to bude aj žať. Lebo kto seje pre svoje telo, z tela bude žať porušenie. Ale kto seje pre ducha, z ducha bude žať večný život.

**Rim 8,5:** Lebo tí, čo žijú podľa tela, zmýšľajú telesne, ale tí, čo žijú podľa Ducha, zmýšľajú duchovne.

**Kol 3,2:** Myslite na to, čo je hore, nie na to, čo je na zemi!

*- k „zduchovňovaniu“ tela (pamätaním na Boha, na to, že máme dušu a Ducha, modlitbou, duchovným čítaním...)*

**III. 1Sol 4,3:** Lebo to je Božia vôľa, vaše posvätenie.

**1Pt 1,15-16:** ... ale ako svätý je ten, ktorý vás povolal, buďte aj vy svätí vo všetkom svojom počinaní; veď je napísané: „Buďte svätí, lebo ja som svätý.“

*- ku svätosti*

### **Upevnenie – práca s PL**

Je to sviatok, ktorý hovorí o našej dôstojnosti, lebo Kristus v ľudskom tele, v ktorom prežil svoj život na zemi vystupuje do neba. Kristus pozdvihuje našu padlú prirodzenosť a čaká nás v nebi, kde nám pripravil miesto. A čo je cieľom človeka? Máme sa stať „prepodobnými“ – podobnými Bohu, svätými. No najprv musíme byť „ľudskými“.

Na základe výkladu ikony Nanebovstúpenia (i celého Ježišovho života) napíš:

- Ako svedčí Kristus o našej dôstojnosti? (prežil svoj život na zemi v ľudskom tele, uzdravoval ľudí, kriesil mŕtvych...)
- Ako svedčím ja o svojej dôstojnosti? (svojim správaním, starostlivosťou o svoje zdravie, hygienou, spôsobom života, vystupovania, obliekania, pokorou, cudnosťou...)

### **Alternatívna úloha:**

- v časopisoch nájdite obrázky, vyjadrujúce správny postoj k telu človeka. Vytvorte z nich koláže, ktoré si vystavte.



### III. ĽUDSKOSŤ

Tmavá skúsenosť s Bohom (vid' PL s. 33)

	
Traja mládenci v ohnivej peci ZÁPAS	Daniel v jame s levmi POZERAŤ SA SMRTI DO OČÍ
	
Jób na smetisku SAMOTA	Abrahámová obeta Izáka VZDAŤ SA TOHO NAJMILŠIEHO



**Základná podtéma - oprava**

► **Kde je Boh, keď ľudia trpia?**

**Práca s textom**

Kde je tu Boh? Úlohou žiakov je nájsť v príbehoch uvedených svätcov odpoveď na túto otázku (stačí vybrať troch).

***Svätý Bazil Veľký, ochranca chudobných a chorých***

Chudobní, ukrižvení, prenasledovaní, zastrašení tak duchovne, ako aj telesne, našli v osobe sv. Bazila opatrovníka a pomocníka, vplyvného mysliteľa a ochranca. Na úrady prefekta, gubernátora i samotného cisára išli písomné alebo aj ústne žiadosti Bazila, ktoré boli väčšinou splnené a prinášali trpiacim úľavu.

Možno od prvých čias kresťanstva nikto nezaložil toľko dobročinných nadácií, ako sv. Bazil. V centre metropolie, neďaleko Cézarey bolo vidieť celé mesto vybudovaných dobročinných ústavov (nemocnica „mesto lásky“), kde chorí dostávali svoje ošetrovanie, svoj dozor. Tam zbral sv. Bazil ľudí rôznych odborov. Na prvom a najviditeľnejšom mieste stál svätý chrám Boží. Stavby postavené



Bazilom mali vyzerat' ako skutočné mestá. Národ ich pomenoval „Bazilidou“. Tento komplex budov bol v tej dobe považovaný za div sveta, predbehol dnešnú ideu polikliník a sociálnych stredísk o plných 15. storočí. Ešte dlhú dobu po smrti sv. biskupa ostal slávny.

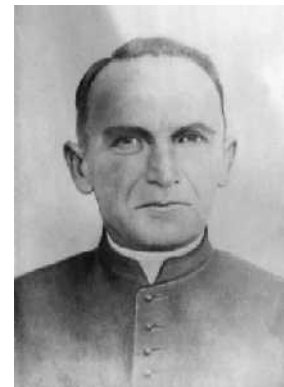


#### **sv. Teodóz Pečerský (zač. 11.stor.)**

Považuje sa za zakladateľa spoločného mníšskeho života na Rusi. Bol igumenom (predstaveným) Pečerského monastiera (dnešná Ukrajina). Voči nešťastným ľuďom bol vždy milosrdný. Neďaleko monastiera vystaval dom s chrámom pre biednych a mrzákov. Utláčaných a trpiacich potešoval modlitbami a každú sobotu posielal z monastiera celý voz chleba pre väzňov.

#### **bl. Emilián Kovč (1884 – 1944)**

Ukrajinský gréckokatolícky kňaz. Počas nacistického prenasledovania vo veľkom krstil Židov, aby zachránil deportovaných. Dostal sa do koncentračného tábora, kde pokračoval vo vysluhovaní svätých tajomstiev spoluväzňom. V liste príbuzným napísal, že toto je jediné miesto, kde si želal byť. Pred svojou smrťou napísal svojej rodine: „*Dnes odsúdili 50 väzňov. Ak by som tam teraz nebol, kto iný by im pomohol podstúpiť tento najťažší moment života? ...*“ (DURLÁK, M.: Blažený Emilián Kovč. In: Slovo, č. 18-19/2009)



#### **bl. Jozafata Hordaševská (1869-1919)**

Spoluzakladateľka Sestier služobníc Nepoškvrnenej Panny Márie. Keď sa sestra Jozafata dozvedela, že v neďalekej maštali leží staručká žobráčka, ktorá už nemala síl žobrať na obživu, priniesla ju do kláštora, položila na svoje lôžko a starala sa o ňu dňom i nocou. Umyla ju, vydezinfikovala a postarala sa aj o duchovnú službu. Pred smrťou prijala starenka Najsvätejšiu Eucharistiu. Jozafata konkrétne milovala Boha v núdznych. (SLAWUTA, D.: Modlitba a služba.)

**Svätý Christofor** sa narodil okolo roku 200 v Ázii. Bol veľmi škaredý, mohutný, ba až obrovský... Mal veľkú silu a preto bol osobným strážcom cisára. Raz sa s ním vydal na cestu, na ktorej stretol starca – askétu, ktorý ho ponúkol s obedom. Veľmi sa mu páčila starcova dobrota a láska. V rozhovore s ním sa dozvedel, kto je najvyšší Kráľ a že by mu mohol slúžiť. Askéta mu povedal, že keď bude slúžiť Kristovi, dostane veľkú odmenu a rozpovedal mu Evanjelium. „Postiť sa je pre mňa ťažké a modliť sa neviem,“ povedal Christofor. „Služ Kráľovi svojou silou. Môžeš brať ľudí na chrbát a prevážať ich cez rieku z jednej strany na druhú,“ riekol stavec.

Christoforos to robil s veľkou láskou, pretože takým spôsobom mohol zachrániť svoju dušu. Raz, keď sa rieka rozvodnila, začul plač dieťaťa. Nevedel, čo má s ním robiť, lebo rieka bola veľmi búrlivá. Rukou urobil na rieke kríž, vzal dieťa a vošiel do vody. Dieťa bolo stále ťažšie a ťažšie. Nemohol sa ďalej pohnúť. Pomohol si kusom dreva, ktorého sa držal. Bolo to veľmi ťažké, ale nakoniec sa dostal na druhú stranu rieky. Premýšľal nad tým, že celý svet nie je taký ťažký, ako toto dieťa. „Som Kráľ, Kristus, ktorému slúžiš,“ povedalo dieťa a zmizlo. Vďaka tejto udalosti dostal meno Christofor a na ikone sa zobrazuje s Kristom na rukách. Kresťania ho mali radi a on si vážil ich dobrotu. Svätý Christofor bol mučeník, ktorý miloval Krista a pre vieru v Ježiša bol sťatý mečom. (Zdroj: [www.info.ortodox.sk](http://www.info.ortodox.sk))



- v tejto téme môžete pracovať v rámci príbehu Elieho Wiesela s ikonou Ukrižovania alebo sa ikone môžete venovať na samostatnej hodine v závere tématického celku.



## NOVÁ prehlbujúca podtéma

### ► Ikona Ukrižovania

- tému odporúčame prebrať v závere tematického celku

**Ciele:** Opísať ikonu Ukrižovania; na základe tejto ikony si uvedomiť potrebu osobného obrátenia a pokánia ako predpokladu k pomoci svetu.

### Priebeh:

#### Rozhovor

Hovorili sme o vojnách, extrémizme a pod. a niekedy máme dojem, že toho zla je tu veľmi veľa, že nás zvalcuje. Skúste navrhnuť, čo by bolo potrebné pre záchranu ľudstva? Odkiaľ začať riešenie tohto problému?

### Príbeh: Fialka na póle

Raz na severnom póle vyrástla fialka. Hoci sa celá triasla od zimy, predsa prerážala svojou sladkou vôňou studený vzduch okolo. Vôňa fialky otriasala celým pólom. Večný ľad sa chvel a na mnohých miestach pukla ako sklo. Fialka stále rozvoniavala, rozvoniavala, akoby chcela roztaviť nekonečnú ľadovú pustatinu. Keď však nakoniec od vysilenia zomierala, hovorila si: „Nevadí! Predsa len raz musel niekto prísť a začať vôňou topiť ľad! Raz tu rozkvitnú milióny fialiek. Budú to ostrovy a domy a deti...“

- Skúste na otázku zo začiatku hodiny odpovedať vo svetle tohto príbehu znova ...

Prvým krokom k zmene, záchrane ľudstva je moja vlastná premena, moje obrátenie. Ten, ktorý nás v tom predišiel, aby nám ukázal, že to má zmysel je Kristus, ktorý hovorí: „*Ak semeno neodumrie a nepadne do zeme, ostane samo, ale ak odumrie, prinesie veľkú úrodu...*“ (Jn) Svojim životom, smrťou a vzkriesením nám ukazuje záujem o zmenu, nápravu, záchranu človeka a sveta.

### Demonštrácia ikony Ukrižovania

- výklad ikony je uvedený v PL – žiaci si ho môžu prečítať alebo ikonu krátko vysvetlí učiteľ.
- žiakom môžeme rozdeliť jednotlivé osoby a predmety na ikone, ktoré môžu na základe ich postoja, giest, výrazu, farieb vysvetliť podľa svojich dojmov, čo prežívajú, vyjadrujú... (Ježiš, Mária, Ján, stotník, ženy, kríž, Golgota-skaly s lebkou, iné)

### Ikona Ukrižovania

V centre výjavu je kríž, ktorý tvorí jeden celok s **Ježišovým telom**. Toto telo však nenesie známky úderov, bičovania a pádov z cesty na Golgotu. Je to premenené telo, ktoré už vyžaruje svetlo vzkriesenia. Podľa ikonopisca nie je potrebné zobraziť ukrižovanie tak, ako sa stalo, ale takým spôsobom, aby ten, kto ho uvidí, mohol ako stotník povedať: „*Tento človek bol naozaj Boží Syn*“. **Stotník** má na niektorých ikonách hlavu ovinutú bielym plátnom – to poukazuje na to, že stotník dokáže vidieť duchovný zmysel udalostí. **Ján** so sklonenou hlavou a s rukou na srdci vyjadruje kontemplatívny postoj človeka, ktorý z toho čo vidí, prijíma myšlienku do svojho srdca.

**Pánova Matka** má ruku na líci, čím sa zobrazujú rozpaky a pochybnosť. Hoci ani na chvíľu nepochybovala o božstve Syna, trápi ju, že vidí Boha, ktorý je vo svojej ľudskosti pokorený. Kristus z kríža učí svoju Matku poslednú a najhlbšiu



vedu, ktorú človek môže prijať: múdrosť kríža. Z neporušiteľného Kristovho tela vyteká **krv a voda**. Už prvým kresťanom pripomínala sv. tajomstvo krstu a eucharistie. Je to krv, ktorá steká do hrobu, na lebku Adama, aby vrátila život. Skala mimo obydlí - **Golgota**, na ktorej sa týči kríž, pripomína legendu, podľa ktorej tam mal byť pochovaný Adam, ako predpoveď obety kríža. Z toho dôvodu sa pod krížom nachádza jaskyňa, v ktorej leží Adamova lebka, ktorú obmýva krv, čo steká z Kristových nôh. **Kríž** teda poukazuje na celé dejiny spásy, počnúc pádom Adama a Evy v raji.

Ikona nás vovádza do postoja, ktorý umožňuje **vidieť duchovný význam utrpenia**. Kristus nám zjavuje, že utrpenie je súčasťou lásky. Kto miluje, skôr či neskôr trpí...

(ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, I.M.: Viera vo svetle ikon. Bratislava: Vydavateľstvo O. Németh)

## **Aplikácia**

Vieme, čo urobil Kristus, dal nám príklad, ukázal cestu, smer... – obetoval svoj život, prejavil konkrétnu lásku. Ale čo môžeme urobiť my – dnes – ako sa zmeniť, ako nasledovať Krista, ako pomôcť tomuto svetu?

Príklad zo života otcov púšte: Opýtali sa raz starca: „Čo je to pokora?“ On povedal: „Pokora znamená pokladať seba samého za väčšieho hriešnika než ostatní ľudia a pohrdáť sám sebou, akoby si pred Bohom neurobil nič dobrého. A skutkom pokory je toto – mlčať, nehádať sa, vedieť sa podriaďovať, hľadieť pohľadom k zemi, mať pred očami smrť, neklamať, nehovoriť nadarmo, neodporovať väčšiemu, znášať urážky, nenávidieť pohodlie, namáhať sa, bdiť, nikoho nedráždiť, nikomu nezávidieť... (Apoftegmata II.)

Tou cestou je osobné POKÁNIE ako cesta k ľudskosti a k svätosti. Abba Mojžiš povedal: „Človek získava čnosti slzami. I k odpusteniu hriechov prichádza vďaka slzám...“

Kresťanský Východ dáva zvlášť dôraz práve na pokánie, čo sa prejavuje v liturgických sláveniach, modlitbách, životoch svätých... Lebo pokánie je predovšetkým návratom k pravému usporiadaniu vecí. Začiatkom pravého pokánia je hľadanie a modlitba o pokoru.

## **Práca s PL s. 35: Pokánie – cesta k ľudskosti**

V zozname foriem pokánia označ tie, s ktorými máš skúsenosť, prípadne dopíš ďalšie.

V skupine diskutujte o **význame osobného pokánia**.

*Formy pokánia:* osobná askéza (cvičenie ducha, námaha); slzy; pôst; sebazápor; bdenie; modlitba; ticho; práca; pokora; súcic; služba; iné dopíš \_\_\_\_\_

## **Modlitba na záver hodiny (vid' PL s. 36):**

*„Dvere pokánia otvor mi, Darca života, lebo môj duch hneď zrána sa obracia k Tvojmu svätému chrámu. Svoj telesný chrám nosím celý poškrvnený. Ale ty ako štedrý, očisť ma dobrotivo svojou milosťou.*

*Na cestu spasenia uveď ma, Bohorodička, lebo hriechmi som si poškrvnil dušu a v nedbalosti o spásu prežil celý svoj život. Ale ty svojím príhovorom zbav ma každej nečistoty.*

*Mysliac na množstvo zla, ktoré som vykonal, bojím sa, ja ničomný, strašného súdneho dňa, ale dúfam v milosť tvojho zľutovania a ako Dávid volám k tebe: Zmiluj sa Bože nado mnou, pre svoje veľké milosrdenstvo!" (stichiry nedele Mýtnika a farizeja)*

## IV. DÔSTOJNOSŤ A VÝKON

Základná podtéma - doplnenie

### ► 4.2 Hodnota práce a dôstojnosť človeka

#### O práci

Prečítaj si uvedené výroky východných otcov o práci. Porozmýšľaj, ako je vnímaná práca v pohľade kresťanského Východu. Porovnaj ju s inými filozofickými smermi.

*Boha treba milovať celým srdcom, celou dušou, ale aj celým telom. Milovať budeš Boha celým svojím telom, cez pôsty, bdenia a hlboké poklony, ale ešte viac prácou, ktorá ťa oslobodí od mnohých ilúzií a uchová vo vyrovnanosti a pokore.*

*Najlepšou pomôckou proti zlým myšlienkam a márnivým predstavám je pokorná práca, ktorá unavuje telo.*

*Je päť možností, pomocou ktorých zostupuje Božia priazeň: prvá spočíva v úprimnej modlitbe, druhá v spievaní žalmov, tretia v čítaní Božieho slova, štvrtá v skrúšenom pripomínaní si svojich hriechov, smrti a posledného súdu a napokon piata v tom, čo je výsledkom práce rúk.*

Zmysel práce:

1. Oslava Boha a spolupráca s ním
2. Pomoc bližným, rozvoj spoločenstva
3. Vlastné posvätenie a rozvoj

Základná podtéma - doplnenie

### ► 4.4 Spoločné dobro

#### Práca s pracovným listom

##### 13. Spoločné dobro – životný priestor na oslavu Boha a vlastné posvätenie

Prečítaj uvedené príbehy zo života otcov púšte (zdroj: Apoftegmata). Vysvetli, ako súvisia s témou spoločného dobra, oslavou Boha a vlastného posvätenia.

*Raz istý vinár priniesol sv. Makariovi zrelé hrozno. Starec ho chcel ochutnať, ale spomenul si na mnícha, ktorý neďaleko ťažko pracoval, preto mu ho radšej poslal. Ten však daroval hrozno nemocnému mníchovi, a ten ho zasa inému. Nakoniec sa hrozno vrátilo opäť k Makariovi. Ten zaplakal a ďakoval Bohu, že medzi mníchmi trvá bratská láska.*

*Bol jeden mních a ten mal vo svete chudobného brata. Čo zarobil, to mu dával, ale čím viac mu dával, tým viac brat chudobnel. Preto zašiel za jedným starcom a tú vec mu oznámil.*

Starec mu povedal: „Ak ma chceš vypočuť, už mu nič nedávaj, ale povedz mu: „Bratku, keď som mal, tak som ti dával. Aj ty mi teraz nos, čo si urobil svojou prácou.“ A keď ti niečo prinesie, prijmi to od neho a keď uvidíš nejakého cudzinca alebo chudobného starca, daj mu to a popros ho, aby sa za tvojho brata pomodlil.“ Mních šiel, a urobil tak. Keď prišiel jeho brat zo sveta, hovoril s ním podľa starcovho príkazu. On odišiel zarmútený. Tretieho dňa vzal zo svojej záhrady drobnú zeleninu a priniesol mu ju. Ten mních si to vzal a dal to starcom a poprosil ich, aby sa za jeho brata modlili. I dostal brat požehnanie a vrátil sa do svojho domu. Podobne inokedy priniesol zeleninu a tri chleby. Mních to prijal a naložil s tým ako predtým. Keď prišiel brat po tretí raz, priniesol mnoho jedla a víno a ryby. Mních to uvidel a začudoval sa, zvolal chudobných a dal im občerstvenie. Potom povedal tomu svojmu bratovi: „Nepotrebuješ trochu chleba?“ On odpovedal: „Nie, môj pane. Dokiaľ som totiž od teba niečo dostával, ako by do môjho domu prichádzal oheň a stravoval to. Zato od doby, čo od teba nič nedostávam, mám nadbytok a Boh mi žehná.“ Mních teda šiel a oznámil všetko starcovi. Starec povedal: „Nevieš, že dielo mníchov je oheň a spaľuje všetko, kdekoľvek vstúpi? – To mu prospieva viac, aby dával almužnu zo svojej námahy a prijímal od svätých mníchov modlitbu, a tak dostával požehnanie.“

- pri téme je vhodné poukázať aj na duchovnú angažovanosť v spoločnom dobre: modlitba, pôst, požehnanie, odpustenie, potešenie, poučenie, pomoc ľuďi dobrej vôle...

### **PL s. 46, úl. 15. Angažovanosť v spoločnom dobre**

Uveď príklady „duchovnej“ angažovanosti v spoločnom dobre. Spoločne diskutujte o ich význame a prínose.

#### **Návrh projektu - Cirkev chudobných:** osobnosti kresťanského Východu

Sv. Ján Milostivý, alexandrijský patriarcha

Sv. Bazil Veľký

Sv. Mikuláš z Myry

Sv. Teodóz Pečerský

Sv. Alžbeta Feodorovna

Sv. Pantelejmon



#### **Prehlbujúca podtéma - oprava**

##### **► Milosrdný dotyk Boha**

- pri téme je vhodné zopakovať všetky sv. tajomstvá

**Úloha:** Žiakom (jednotlivo alebo po skupinách) rozdáme pracovné listy s citátmi zo Sv. písma. Ich úlohou je pri jednotlivých citátoch určiť o aké sv. tajomstvo ide:

Num 6,22-27: Pán hovoril Mojžišovi: „Povedz Áronovi a jeho synom: Takto budete žehnať Izraelitov: „Nech ťa žehná Pán a nech ťa chráni! Nech ti Pán ukáže jasnú tvár a nech ti je milostivý! Nech Pán obráti svoju tvár k tebe a daruje ti pokoj!“ Takto vložia moje meno na Izraelitov a ja ich požehnám.“  
(*kňazstvo*)

Joel 3: Potom vylejem svojho ducha na každé telo a budú prorokovať vaši synovia i vaše dcéry; vaši starci budú mávať sny a vaši mládenci budú mať videnia. Aj na služobníkov a služobnice vylejem v tých dňoch svojho ducha.  
(*myropomazanie*)

Mt 18,18: Veru, hovorím vám: Čo zviažete na zemi, bude zviazané v nebi, a čo rozviažete na zemi, bude rozviazané v nebi.

*(spoved')*

Mk 1,9–11: V tých dňoch prišiel Ježiš z galilejského Nazareta a Ján ho pokrstil v Jordáne. Vtom, ako vystupoval z vody, videl otvorené nebo a Ducha, ktorý ako holubica zostupoval na neho. A z neba zaznel hlas: "Ty si môj milovaný Syn, v tebe mám zaľúbenie."

*(krst)*

Mk 10,5-9: Ježiš im povedal: "Pre tvrdosť vášho srdca vám napísal toto prikázanie. Ale Boh ich stvoril od počiatku stvorenia ako muža a ženu. Preto muž opusti svojho otca i matku a pripúta sa k svojej manželke a budú dvaja v jednom tele. A tak už nie sú dvaja, ale jedno telo. Čo teda Boh spojil, nech človek nerozlučuje!"

*(manželstvo)*

Mk 14,22-25: Keď jedli, vzal chlieb a dobrorečil, lámal ho a dával im, hovoriac: "Vezmite, toto je moje telo!" Potom vzal kalich, vzdával vďaky, dal im ho a všetci z neho pili. A povedal im: "Toto je moja krv novej zmluvy, ktorá sa vylieva za všetkých. Veru, hovorím vám: Už nebudem piť z plodu viniča až do dňa, keď ho budem piť nový v Božom kráľovstve."

*(Eucharistia)*

Sk 8, 14-17: Keď sa apoštoli, ktorí boli v Jeruzaleme, do počuli, že Samária prijala Božie slovo, vyslali k nim Petra a Jána. Oni ta zašli a modlili sa za nich, aby dostali Ducha Svätého, lebo na nikoho z nich ešte nezostúpil; boli iba pokrstení v mene Pána Ježiša. Potom na nich vložili ruky a dostali Ducha Svätého.

*(myropomazanie)*

Sk 14,23: Aj tomu mestu hlásali evanjelium a získali mnoho učeníkov. Potom sa vrátili do Lystry, Ikónia a Antiochie. Posilňovali srdcia učeníkov a povzbudzovali ich, aby vytrvali vo viere a že do Božieho kráľovstva máme vojsť cez mnohé súženia. A keď im po jednotlivých cirkvách ustanovili starších, modlili sa a postili a odporúčali ich Pánovi, v ktorého uverili.

*(kňazstvo)*

Rim 6: Alebo neviete, že všetci, čo sme boli pokrstení v Kristovi Ježišovi, v jeho smrť sme boli pokrstení? Krstom sme teda s ním boli pochovaní v smrť, aby sme tak, ako bol Kristus vzkriesený z mŕtvych Otcovou slávou, aj my žili novým životom. Lebo ak sme s ním zrástli a stali sa mu podobnými v smrti, tak mu budeme podobní aj v zmŕtvychvstaní. Veď vieme, že náš starý človek bol s ním ukrižovaný, aby bolo hriešne telo zničené, aby sme už neotročili hriechu. Lebo kto zomrel, je ospravedlnený od hriechu.

*(krst)*

Jak 5, 14: Je niekto z vás chorý? Nech si zavolá starších Cirkvi; a nech sa nad ním modlia a mažú ho olejom v Pánovom mene. Modlitba s vierou uzdraví chorého a Pán mu uľaví; a ak sa dopustil hriechov, odpustia sa mu. Vyznávajte si teda navzájom hriechy a modlite sa jeden za druhého, aby ste ozdraveli. Lebo veľa zmôže naliehavá modlitba spravodlivého.

*(pomazanie chorých)*

Jer 3,22: „Vráťte sa, odbojní synovia, vyliečim vašu spurnosť.“ „Pozri, my prichádzame k tebe, veď ty si Pán, náš Boh!

*(spoved', tajomstvo pokánia)*





## V. KULTÚRA ŽIVOTA

*Prehľbujúca podtéma - doplnenie*

### ► Hodnota a rebríček hodnôt

K druhom hodnotovej orientácie doplniť:

1. existenciálne/náboženské hodnoty (viera, duchovný život, modlitba, kult, čnosť...)



*Základná podtéma - doplnenie*

### ► Kultúra – rozvoj človeka a ľudskej spoločnosti Ľudskosť a kultúra

- v téme poukázať aj na prínos kresťanského Východu

**Text v PL s. 53**

#### Čím obohacuje kresťanský Východ svet ? (duchovný prínos)

- **teológia srdca** – upriamenie pozornosti nie na intelekt, „rácio“, ale na srdce. Srdce vo východnej spiritualite predstavuje celého človeka. Je miestom prebývania Svätého Ducha, miestom, kde sa stretávame s Bohom, je nástrojom zduchovnenia celého človeka. Preto je dôležité vychovávať srdce, dbať o jeho čistotu, strážiť srdce. Boh hovorí: „Daj mi svoje srdce...“ (Pris 23,26)

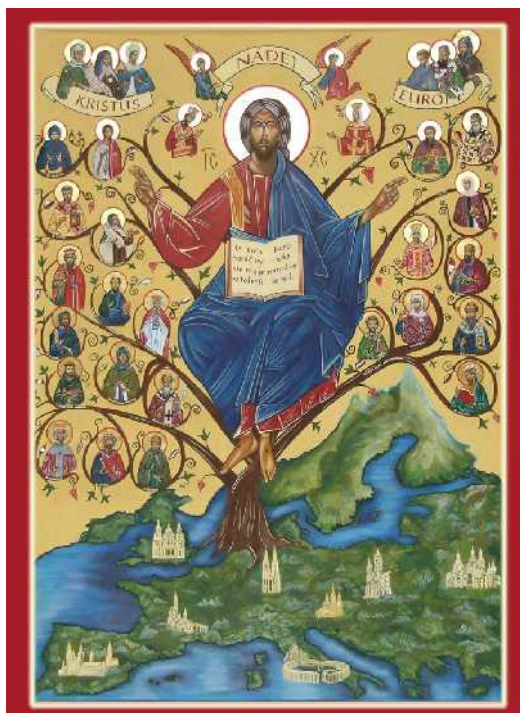
- **ľudská osoba (personalizmus)** – poukazuje na *osobu* človeka, stvoreného osobne Bohom na Jeho obraz a povolanie, aby so Stvoriteľom a ľuďmi nadviazal slobodný vzťah lásky. Zdôrazňuje prepojenie ducha, duše a tela. Jeho cieľom je to, čo zdôrazňujú východní otcovia: „Boží Syn sa stal človekom, aby sa človek stal Bohom.“ - prijal Božiu prirodzenosť.

- **pokánie** – kresťanský Východ oslavuje sladkosť kajúcnosti; zistenie, že i sám hriech môže viesť k Bohu toho, kto koná pokánie. Najlepšie poznanie Boha dostávajú tí, ktorí ho hľadajú s plačom. Musíme vidieť všetku zlobu hriechu a zároveň Božie milosrdenstvo, ktoré hriešnika zachraňuje.

- **modlitba** – zdôrazňuje modlitbu srdca, ustavičnú modlitbu: „Bez prestania sa modlite.“ (1Sol 5,17). V tomto svetle je modlitba pozdvihnutím srdca k Bohu a nie nejakým uvažovaním nad Božími vecami. „Keď sa skutočne modlíš, naplní ťa hlboký pocit dôvery. Anjeli ťa budú sprevádzať a odhaľovať ti tajomstvo celého stvorenia.“

• Cirkev sa vo svojich modlitbách **jekténii** modlí aj za „...tých, čo spravujú a ochraňujú našu krajinu.“

• Odporúčame tiež pracovať s **ikonou Kristus nádej Európy** od Ladislava Németha (viď MP, textová príloha č. 32 – komentár).



*Prehľujúca podtéma - doplnenie*

► **Kresťanské vzory / Naši veľkí rodáci**

**Demonštrácia atribútov svätcov**

- z „výrezov“ ikon skús určiť čoho symbolom, charakteristikou môžu byť znázornené predmety. Ako môžu súvisieť so svätými? Čo môžu vyjadrovať?



V téme sa možno venovať našim blaženým:

*bl. Pavol Peter Gojdič,*

*bl. Vasil' Hopko,*

*bl. Metod Dominik Trčka,*

alebo svätcom blízkym našej krajine a slovanskej kultúre:

*sv. Cyril a Metod,*

*sv. Sedmopočetníci,*

*sv. Eudmila a sv. Václav,*

*sv. Mojžiš Uhorský,*

*sv. Teodóz a Anton Pečerský,*

*sv. Oľga a sv. Vladimír,*

*sv. Jozafat Kuncevič,*

*bl. Teodor Romža,*

*bl. Jozafata Hordaševska,*

*bl. Tarczicia Mackiv,*

*bl. Leonid Fjodorov,*

*bl. Kliment Šeptickij,*

*bl. Mikola Čarneckij,*

*bl. Jozafat Kocilovskij,*

*bl. Emilian Kovč,*

*Josif Slipij, Andrej Šeptickij...*

**Úlohy:** - vymyslíte vybranému svätcovi vlastný symbol

- rozhovor / úvaha: môj obľúbený svätec

- v modlitebných knižkách nájdite skupiny svätcov – ich delenie, označenie, menlivé časti...

- *skupiny svätých v liturgii:* proroci, apoštoli, mučeníci, svätitelia, hieromučeníci, prepodobní, sv. ženy, nezištníci a divotvorcovia, blázni pre Krista... (ich liturgické menlivé časti vid' modlitebná knižka Hore srdcia / Časoslov-liturgia kňazských hodín / Večierne na nedele a sviatky-redemptoristi)

## Komentár pre učiteľa: Ikony svätých

**Svätcí** – ľudia, ktorých Boh priviedol k sebe svojim milosrdenstvom a láskou a ktorí prijali Jeho prikázania ako pravidlo svojho života, správne verili, konali podľa svojej viery, milovali a dúfali v Božiu pomoc a spasu. Poznáme niekoľko skupín svätých a podľa ikon ich dokážeme rozpoznať. V duchu východnej ikonografie má každá kategória svätých svoj vlastný charakteristický postoj a zodpovedajúci odev. „*Buďte svätí, lebo ja som svätý...*“ „*A to je Božia vôľa: vaše posvätenie.*“



a) **Praotcovia** – to sú svätí a spravodliví ľudia do príchodu Krista ako napr. patriarchovia Adam, Noe, Abrahám, Izák, Jakub, Jozef, Joachim, Anna, Jozef Obručník, Simeon Bohoprijemca. Zobrazujú sa v dvojdielnom odevu (vrchné a spodné rúcho).

V rukách majú zväčša zvitok ako symbol starozákonných proroctiev o Mesiášovi, patriarcha Noe má v rukách svoju archu, kráľ Melchisedech zasa chleby a víno. Patriarchov je dvadsaťpäť, okrem dvanástich Jakubových synov, a to každého s jeho charakteristickými črtami.

b) **Proroci** – sú to starozákonné osoby, ktoré od Boha prijali a neskôr vyslovili a zapísali budúce udalosti, napr. o Ježišovi. Ich rúcho je podobné praotcom, no ich zvitky sú zvyčajne rozvité a na nich je napísaný text ich proroctva alebo s niekoľkými slovami, vyjadrujúcimi ich zvláštne poslanie, v prípade, že sa od nich nič písomné nezachovalo. Za najvýznamnejších z prorokov považujeme Dávida, Šalamúna, Izaiáša, Eliáša, Jeremiáša, Ezechiela, Daniela a Jonáša. Priradíme k nim okrem všetkých menších prorokov aj Mojžiša, Árona, Gedeona, Natana, Barucha, Achiaša, Jóba, troch mládencov z ohnivej pece a Zachariáša. Proroci Eliáš a Ján Krstiteľ sa zobrazujú vo svojom obzvlášť asketickom odevu zo zvieracej srsti. Proroci sa zobrazujú aj v udalostiach zo svojho života, napr. prorok Daniel v jame s levmi, prorok Jonáš v útrobe veľryby, prorok Mojžiš, keď dostáva Božie prikázania, sťatie Jána Krstiteľa, vzatie Eliáša na nebo. Najobľúbenejšími medzi prorokmi je Eliáš. Býva zobrazovaný buď v zamyslení na púšti, kde mu havran prináša chlieb, alebo ako sa vznáša v ohnivom voze na nebo.

c) **Apoštolí** – sú to ľudia, ktorí ohlasovali Božie slovo, šíritelia viery Krista. Na ikonách sa zobrazujú v dvojdielnom odevu so zvitkom v ruke ako symbolom zvestovania. Apoštolí ako členovia zboru, ktorí vedú Cirkev, sú zahalení do gréckych alebo rímskych klasických rúch, do chitonu zvnútra a do himationu zvonku. Na rozdiel od Ježiša majú krátke vlasy. Apoštolí – evanjelisti sa zobrazujú aj v momente, keď píšu Evanjelium. Niektorí apoštolí môžu mať na ikone v ruke symbol, ktorý vychádza z ich života (apoštolí Peter kľúče, Andrej kríž, Pavol knihu). Charakteristiky zobrazenia jednotlivých apoštolov a evanjelistov sú ustálené napr.: Peter je starý, má okrúhlu krátku bielu bradu a biele, niekedy kučeravé vlasy. Býva oblečený na rozdiel od ostatných do himationu zlatistej farby a tmavomodrého chitonu a v ruke drží list. Aj Pavol je starší s hustou bradou, šedivými vlasmi a plešinou na hlave. Oblečený je v zelenom chitone a koralovom himatione. V rukách drží štrnásť svojich listov jednotlivo zvinutých a stuhou zviazaných dohromady. Do tejto skupiny svätých patria aj apoštolom rovní. Sú to svätci, ktorí šíрили kresťanskú vieru v dobe po apoštoloch podobne horlivo ako samotní apoštolí, napr. sv. Nina v Gruzínsku, sv. Vladimír na Rusi – ich ikony sa odlišujú len odevom, ktorý charakterizuje ich dobu, v rukách majú zväčša kríž ako symbol pokrstenia svojho národa.

d) **Mučeníci a mučeníčky** – sú to ľudia, ktorých za vieru v Krista mučenícky zabil, prenasledovatelia kresťanov, najmä rímski cisári. Na ikonách ich rozpoznáme podľa kríža, prípadne aj palmy, symbolu mučeníckej smrti, ktorý držia zvyčajne v pravej ruke. Na ikonách mučeníkov dominuje červená farba ako vyjadrenie utrpenia za vieru, ako symbol preliatej krvi. K tejto skupine svätých radíme aj vyznávačov, ktorí svojím životom obzvlášť svedčili o kresťanskej viere.

Medzi mučeníkmi a vojakmi sa uctieajú predovšetkým Dimitrij Solúnsky, svätý Juraj, Teodor Stratilát. Pôsobia skutočne dojmom víťazov nad svojimi prenasledovateľmi, keď neprezrádzajú žiadne utrpenie, ale ho ticho znášajú ako Daniel v levovej jame. Ich zobrazenie môžeme poznať podľa toho, že cez svetlý chiton majú prehodené brnenie, na nohách úzke nohavice a súčasný odev, nevýrazný pás, dôstojnícku šerpu a červený plášť. Svätý Juraj v boji s drakom sedí na koni a tenkou kopijou ho doráža. Demeter podobným spôsobom víťazí nad svojim mučiteľom. Ruské kniežatá, zvlášť Boris a Gleb, nosia kniežací odev svojej doby.



e) **Svätitelia** – to sú svätí biskupi, ktorí horlivo ochraňovali správnu vieru, starali sa o svoje duchovné stádo a svojim životom, pastierskou a učiteľskou službou svedčili o Pravde. Biskupi a hierarchovia sa vyznačujú svojim liturgickým rúchom, buď kňazským felonom alebo patriarchším, či biskupským sakosom, mnohokrát s vtkanými krížmi a omoforom. Zriedka majú na hlave grécku korunu a skoro nikdy berlu. Oblečenie biskupov sa storočiami menilo, no omofor majú na ikone všetci. Je totiž symbolom pastierskej služby, ktorú biskupi prijali od svätých apoštolov. Biskupi na ikonách zvyčajne držia v ľavej ruke Evanjelium ako symbol svojej učiteľskej služby a pravou rukou žehnajú. Na hlave môžu mať mitru (biskupi neskorších storočí) alebo biskupskú čiapku (Cyril Jeruzalemský, Spiridon), v rukách môžu držať biskupské sviečky a kríž, svoj teologický traktát alebo biskupské žezlo. Medzi nimi musí mať vyhradené zvláštne miesto svätý Mikuláš. Ruský ikonopis pozná štyri typy jeho ikon, pomenovaných podľa miest, kde sa nachádzajú.

V byzantskom ikonopise sledujeme to, že tu chýbajú ikony kňazov, ktorí tam nemali svoj vlastný status a neboli nič viac než pomocníkmi biskupov. Zato medzi diakonmi, ktorí asistovali biskupom, pred ľuďmi sa najčastejšie zobrazuje svätý Štefan. Je mladý, oblečený do stichariona, cez ktorý má prehodený orár vo forme úzkeho pruhu látky. Niekedy drží v jednej ruke kadidlo a v druhej zlatú nádobu s liečivým olejom, čo znamená poklady Cirkvi, ktoré sa rozdeľovali medzi chudobných.

f) **Prepodobní** – to sú svätci, ktorí prežili svoj život asketicky v mníšskom stave. Patria tu púštni otcovia, stĺpnici, pôstnici. Odev prepodobných je vždy tmavej farby (čiernej alebo hnedej), čo symbolizuje zavrnutie svetských pôžitkov a ich askézu – pôst, modlitbu, mlčanlivosť a pod. Pravou rukou zväčša žehnajú, v ľavej ruke držia buď zvitok alebo čotky ako symbol mníšskeho spôsobu života. Stĺpnici sa zobrazujú na stĺpe, ktorý je symbolom úplného vzdialenia sa od sveta. Mnisi majú obyčajne dlhé fúzy a bradu. Sú oblečení do dlhého mníšskeho rúcha/habitu (mantije, riasy), zdobeného čiernym štvorcem, paramentom. Dokonalejší z nich nosia veľkú schimu. K tomu odevu patrí aj čierny hranatý „klobúk“ so závojom, ktorý sa však veľmi zriedka objavuje na ikonách.

g) **Sväté ženy** – ide o prepodobné ženy, mníšky i ihumeny monastierov, cisárovné i matky rodín. Sú zobrazované so šatkou na hlave alebo mníšskym závojom v dvojdielnom odevu, cisárovné s korunou na hlave a byzantským cisárskym odevom. K nim patrí napr. Makrína, Eufrozínia Polocká, Melánia Rímska, Paraskieva Srbská, cisárovná Helena a pod. Spomedzi sv. žien vyniká ikonografia sv. Márie Egyptskej, ktorá je zobrazovaná s rozstrapatenými vlasmi, s vychudnutým asketickým telom zahalenom v starom a roztrhanom odevu, umiestnená na púšti.



h) **Spravodliví** – to sú svätci, ktorí neboli mníchmi ani biskupmi či mučeníkmi, no žili vo svete spravodlivo a Bohu milo. V rodinách či osamote naplňovali Evanjelium a dosiahli spásu. Patria tu ženatí kňazi, diakoni, laici, dospelí aj deti, ženy aj muži. Najznámejším svätcom tejto skupiny je kňaz svätý Ján Kronštadtský. Patria tu aj zbožní cisári, králi a kniežatá, ktorí chránili cirkev, budovali monastiere. Tu patria aj svätí nezištní lekári, ktorých na ikonách rozpoznáme podľa otvorenej truhlice s liekmi a lyžičky, ako symbolov nezištnej a bezprostrednej pomoci. Vojaci majú svoje brnenie, či

výzbroj, králi a kráľovné kráľovské koruny, v rukách svätci držia to, čo charakterizuje ich život. Ikonopisec drží ikonu, ochranca a staviteľ monastiera drží zmenšenú podobu monastiera, myronosičky nádobku s myrom, pisatelia hymnov svoje kánony, teológovia knihy alebo zvitky, pôvodcom vznešení majú na hlavách koruny, mučeníci držia kríž, vojaci zbrane...

Zdroj: Husár, J.: Vo svetle pravoslávnych ikon VII.; Artim, J.: Pravoslávne ikony – svetlo na ceste k spáse.

### **NOVÁ prehlbujúca podtéma**

#### **► Modlitba – životný štýl a cesta k svätosti**

- tému možno prebrať na konci, ale aj na začiatku šk. roka

### **Vstupný výklad**

Ročníkovou témou je Dôstojnosť človeka a cieľom je objaviť svoju dôstojnosť i dôstojnosť iných ľudí. Pri hľadaní odpovede na otázky ohľadom dôstojnosti človeka nemožno obísť Boha, lebo „...*bezo mňa nemôžete nič urobiť.*“ (Jn 15). On je prvý, ktorý dáva odpovede na túto tému. Preto je dobré oprieť sa na tejto ceste o Boha a to v modlitbe.

Ku kultúre života a ľudskosti kresťana neodmysliteľne patrí modlitba, ktorá je dýchaním duše, pozdvihnutím srdca k Bohu... Nie je cieľom, ale prostriedkom k dosiahnutiu cieľa: k svätosti a večného života v Bohu. „*Lebo to je Božia vôľa, vaše posvätenie.*“ (1Sol 4,3)

### **V skupine diskutujte:**

- o význame modlitby v živote jednotlivca, rodiny, Cirkvi i v živote spoločnosti,
- o ciele nášho života a našom povolaní k svätosti,
- o vlastnej skúsenosti s modlitbou,

### **Modlitba zvyčajného začiatku**

Naučte sa modlitbu **zvyčajného začiatku**. Je to modlitba, ktorou sa začínajú takmer všetky liturgické modlitby/bohoslužby. Je oslavou a oslovením Presvätej Trojice a zároveň prosbou.

Nájdí a podčiarkni v texte, o čo v tejto modlitbe prosíme.

### **Modlitba zvyčajného začiatku**

**Kňaz:** Požehnaný Boh náš teraz i vždycky i na veky vekov.

Ak niet kňaza: Na prihovor našich svätých otcov, Pane Ježišu Kriste, Bože náš, zmiluj sa nad nami.

**Ľud:** Amen

**K:** Sláva tebe, Bože náš, sláva tebe.

**E:** Kráľu nebeský, Utešiteľu, Duchu pravdy, ktorý si všade a všetko naplňuješ, poklad dobra a darca života, príď a prebývaj v nás, očisť nás od každej poškvrniny a spas, Dobrotivý, naše duše.

**K:** Svätý Bože, Svätý Silný, Svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.

**E:** Svätý Bože, Svätý Silný, Svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.

**K:** Svätý Bože, Svätý Silný, Svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.

**E:** Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu.

**K:** I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.

**E:** Presvätá Trojica, zmiluj sa nad nami. Pane, očisť nás od našich hriechov. Vládca, odpusť nám naše nepravosti. Svätý, príď a uzdrav naše slabosti pre svoje meno.

**K:** Pane, zmiluj sa (3x).

**E:** Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu.

**K:** I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.

**E:** Otče náš, ktorý si na nebesiach, posväť sa meno tvoje, príď kráľovstvo tvoje, buď vôľa tvoja ako v nebi, tak i na zemi. Chlieb náš každodenný daj nám dnes a odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame svojim vinníkom, a neuveď nás do pokušenia, ale zbav nás Zlého.

**K:** Lebo tvoje je kráľovstvo a moc i sláva, Otca i Syna i Svätého Ducha, teraz i vždycky i na veky vekov.

**E:** Amen.

**K:** Pane, zmiluj sa (6x).

**E:** Pane, zmiluj sa (6x).

**K:** Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu.

**E:** I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.

**K:** Poďte, pokloňme sa Kráľovi nášmu, Bohu.

**E:** Poďte, pokloňme sa Kristovi, Kráľovi nášmu, Bohu.

**K:** Poďte, pokloňme sa a padnime pred samým Pánom Ježišom Kristom, Kráľom a Bohom našim.



### **Myšlienky o modlitbe:**

*„Keď Svätý Duch ustáli svoje prebývanie v človeku, človek nemôže viac prestať s modlením. Pretože sa Duch v ňom neprestáva modliť, či spí alebo bdie, modlitba sa neoddeľuje od jeho srdca. Či je alebo pije alebo sa ukladá spať, pracuje alebo usína, z jeho srdca ustavične vyviera odpustenie modlitbou. Odteraz už viac nezasväťí modlitbe istý vymedzený čas, ale všetok, ktorý má...“ (sv. Izák Sýrsky)*

*„Chceš sa skutočne modliť? Vzdial sa od vecí tohto sveta. Tvojím domovom je nebo. Tam máš žiť nielen svojimi slovami, ale anjelskými činmi a stále hlbším poznaním Boha.“*

*Otcovia púšte nám takýmito výroky stavajú pred oči vysoké méty. Ale bez vysokých mét by bolo naše kresťanstvo pohodlné a bez Ježiša, ktorý ponúka život v moci a vo Svätom Duchu. Stačil by nám krst, ktorým sa zaraďujeme do spoločenstva Cirkvi, ale On nás pozýva ku svätosti a dáva nám nádej na spásu a večný život s ním v láske. Ako sa môže snaha o svätosť a túžba po spáse zniest s ľahostajnosťou a nezáujmom...?*

*„Modliť sa – to je odpočívať v tichej, pokojnej, lahodnej prítomnosti Boha.“*

*„Ako je slnko svetlom pre telo, tak je modlitba pre dušu. Ako je veľkou krivdou pre nevidiaceho nevidieť slnko, tak je ešte väčšou krivdou pre kresťana nemodliť sa často a tak modlitbou nevovádzať svoju dušu do Kristovho svetla.“ (sv. Ján Zlatoústy)*

*„Aby si sa mohol modliť k Bohu, nič nepotrebuješ: nech si kdekoľvek, nech ho kdekoľvek vzývaš, on ťa počuje. Nepotrebuješ nijakých sprostredkovateľov. Jednoducho povedz: Zmiluj sa nado mnou! A Boh okamžite bude prítomný. Nečaká na koniec modlitby: obdržíš dar skôr, ako dokončíš modlitbu.“ (sv. Ján Zlatoústy)*

*„Strašná je táto modlitba, satan ju veľmi neznáša a zo všetkých síl sa usiluje pomstiť všetkým, ktorí sa ju modlia. Cesta Ježišovej modlitby je cestou najkratšou a najpohodlnejšou. No nereptaj, lebo každý, kto sa na túto cestu postaví, je starosťami skúšaný.“ (Varsonofij, optinský starec)*

*„Pri neúspechoch a nezdaroch hovor: „Pane, verím, že znášam to, čo potrebujem, čo som si zaslúžil. No Ty, Pane, pre Tvoje milosrdenstvo, odpusť mi a zmiluj sa nado mnou!“, a toto opakuj dovtedy, dokiaľ v svojej duši nepocítiš pokoj.“ (Lev, optinský starec)*

*„Vždy, čokoľvek budete robiť, či budete sedieť alebo kráčať, či budete pracovať, čítajte v svojom srdci: „Pane, zmiluj sa!“ (Lev, optinský starec)*

*„Nútiť sa k modlitbe je v našej moci, no modliť sa s dojatím závisí od Boha. Modliť by sme sa mali tak, ako dokážeme. Za naše prinucovanie sa k modlitbe nám Boh časom dá aj dojatie. Aj keď nedosiahneš plnosť plodov a dokonalosť v modlitbe, dobrým bude aj to, keď odídeš z tohto sveta na cestu k nej. Veľkoleposť modlitby, teda jej útechu a duchovné osvietenie nehľadaj, lebo ono prichádza len vtedy, kedy to chce Boh. A tak, ako kedysi dávno, aj teraz je možné cvičenie sa v modlitbe, dokonca je aj potrebné - a to pre všetkých. Modlitbou sa všetko získava, dokonca aj samotná modlitba, preto ju nikdy netreba opúšťať.“ (Josif, optinský starec)*

*„Zámerne aj veľkým askétom sa stáva, že blahodať akoby na čas od nich odchádza, aby viac spoznali nemohúcnosť svojej prirodzenosti a viac sa utiekali k Bohu prosiac Ho o pomoc. Také obdobie je pre veľkých askétov, ktorí sa namáhajú a zápasia v modlitbe tým najvhodnejším pre získanie veľkých vencov, lebo „Kráľovstvo nebeské trpí násilie a násilníci ho uchvacujú“ (Mt 11, 12). A keď by nás aj naša nemohúcnosť premohla, nebudeme predsa zúfať, ale pokoríme sa a ďalej sa s Božou pomocou budeme namáhať. „Božia moc sa v slabosti dokonáva“ (2Kor 12, 9). (Anatolij, optinský starec)*

*„Modlitba, ku ktorej sa musíme prinútiť, je vyššie ako samovoľná modlitba. Nechce sa ti, prinúť sa: „Lebo námahou a nasilu sa Nebeské kráľovstvo získava“ (Mt 11, 12). (Ambróz, optinský starec)*