

VEĽKÝ PÔST

Dňa 16. februára vstupujeme do požehnaného obdobia Veľkého pôstu. Cirkve nás opäť pozýva na cestu pokánia, očistenia a návratu k Bohu. Pôst však nie je len zmena jedálnička. Ak má priniesť úžitok, musí sa stať cestou premeny srdca.

Už prorok Izaiáš napomína: „Či toto je pôst, ktorý sa mi páči?“ (porov. Iz 58). Pravý pôst nie je iba zdržanlivosť od jedla, ale zdržanlivosť od hriechu, od zloby, od hnevu, od nelásky. Ako hovorí sv. Ján Zlatoústý:

„Nech sa postí aj oko, aj ucho, aj jazyk, aj ruky, aj nohy. Nech sa postí jazyk od ohovárania, ucho od zlých rečí, oči od nečistých pohľadov.“

Správne postenie má tri piliere: pôst, modlitbu a almužnu. Ak by sme sa postili, ale nemodlili sa, náš pôst sa zmení len na diétu. Ak by sme sa modlili, ale neodpúšťali, naša modlitba ostane bez ovocia. A ak by sme si odopierali, no nepodelili sa s núdznymi, náš pôst ostane uzavretý v sebe.

Sv. Bazil Veľký učí:

„Pravý pôst spočíva v odvrátení sa od zlého, v zdržanlivosti jazyka, v potlačení hnevu, v odlúčení sa od žiadostí, ohovárania, lži a krivej prísahy.“

Veľký pôst je duchovná jar. Tak ako sa príroda prebúda po zime, aj naše srdce sa môže prebudiť z ľahostajnosti. Boh nám dáva čas – čas na spoveď, na zmierenie, na návrat. Nejde o to, aby sme robili veľké skutky, ale aby sme robili malé veci s veľkou láskou a vytrvalosťou.

Pýtajme sa sami seba:

- **Od čoho ma chce Boh tento pôst oslobodiť?**
- **Komu mám odpustiť?**
- **Kde potrebujem urobiť konkrétny krok obrátenia?**

Nech je tento Veľký pôst skutočne cestou k Pasche – k stretnutiu so vzkrieseným Kristom. Ak budeme postiť nielen telo, ale aj srdce, zakúsime radosť obrátenia. A práve to je najväčší úžitok pôstu.



Prvá pôstna nedeľa – Nedeľa ortodoxie

Prvá nedeľa Veľkého pôstu sa nazýva Nedeľa ortodoxie. Pripomínáme si víťazstvo pravej viery a obnovenie úcty k svätým ikonám po období ikonoboreckých sporov v 9. storočí.

Toto víťazstvo bolo definitívne potvrdené roku 843 v Konštantínopole, keď cisárovná Theodora obnovila úctu k ikonám. Udalosti sa viažu k rozhodnutiam Druhý nicejský koncil, ktorý jasne vyhlásil, že úcta vzdávaná ikone prechádza na jej predobraz.

Teologický základ ikon vyjadril sv. Ján Damascénsky slovami:

„Ked’že sa Neviditeľný stal viditeľným v tele, môžem zobrazit’ to, čo som videl z Boha.“

Nedeľa ortodoxie však nie je len spomienkou na historickú udalosť. Je výzvou, aby sme si chránili čistotu viery aj dnes. Ortodoxia neznamena iba „správne učenie“, ale aj „správne oslavovanie“ a „správny život“. Pravá viera sa prejavuje v láske, pokore a vernosti Kristovi.

Ikona nám pripomína tajomstvo Vtelenia. Boh sa stal človekom. V Kristovi sa nebo dotklo zeme. A práve preto aj náš pôst nie je útekem zo sveta, ale jeho premenou.

V tento deň si obnovujeme vernosť viere našich otcov. Prosme Pána, aby nám daroval nielen pravovernosť v myslení, ale aj pravovernosť v srdci. Lebo najväčším víťazstvom ortodoxie je víťazstvo Krista v našom vnútri.

***Nech nás prvá pôstna nedeľa povzbudí, aby sme kráčali cestou pravdy a lásky.
A nech sa obraz Krista stále jasnejšie obnovuje v nás – živej ikone Božej milosti.***

Veľký kajúci kánon – škola pokánia na začiatku pôstu

V prvom týždni Veľkého pôstu, od pondelka do štvrtka, sa v našom chráme budeme modliť Veľký kajúci kánon svätého Andrej Krétsky. Táto jedinečná kajúca modlitba patrí k najhlbším a najsilnejším textom celej pôstnej tradície Cirkvi.

Kánon je akoby duchovným zrkadlom. Svätý Andrej v ňom prechádza celými dejinami spásy – od Adama až po Krista – a pri každej postave sa pýta: Komu som sa podobný ja? Kainovi vo tvrdosti srdca? Mánotratnému synovi v odchode z Otcovho domu? Dávidovi v páde – alebo v pokání?

Každý verš sa končí pokorným zvolaním:

„Zmiluj sa nado mnou, Bože, zmiluj sa nado mnou.“

Tieto slová sa počas bohoslužby spájajú s hlbokými poklonami. Telo sa skláňa k zemi a srdce sa učí pokore. Poklona nie je iba vonkajšie gesto. Je vyjadrením pravdy: Bože, bez Teba nemôžem nič. Padám, aby si ma Ty pozdvihol.

Svätý Andrej nás učí osobnej zodpovednosti. Neobviňuje druhých, nevyhovára sa na okolnosti. Hovorí: „Zhrešil som ja.“ A práve tu začína uzdravenie. Pokánie nie je zúfalstvo, ale návrat. Nie je to odsúdenie seba, ale otvorenie sa milosrdenstvu.

Veľký kajúci kánon býva dlhý a náročný. Možno si povieme: je to priveľa, som unavený, nemám čas. No práve prvý týždeň pôstu je ako polozenie základov domu. Ak začneme hlboko, aj celý pôst bude pevnejší.

Pozývam vás, drahí bratia a sestry, aby ste si našli čas a prišli sa s nami modliť tieto kajúce modlitby. Možno neprídete každý deň – ale skúste aspoň raz. Skúste sa postaviť pred Boha bez masky, bez ospravedlňovania, s jednoduchou modlitbou srdca.

Možno práve v tichu chrámu, medzi poklonami a slovami kánonu, zažijete jemný dotyk Božej milosti. Možno sa vo vás prebudí túžba po sviatosti zmierenia. Možno pocítite pokoj, ktorý svet dať nemôže.

*Veľký pôst je dar. A Veľký kajúci kánon je jeho bránou.
Vstúpme do nej spolu – s pokorou, ale aj s nádejou.
Lebo Boh nikdy neodmieta srdce, ktoré sa k Nemu vracia.*

ZÁDUŠNÉ SOBOTY – MODLITBA LÁSKY ZA ZOSNULÝCH

V tradícii východnej Cirkvi majú **zádušné soboty** osobitné miesto. Sú to dni, keď sa ako spoločenstvo veriacich schádzame na modlitbe za všetkých zosnulých – známych i neznámych, tých, na ktorých si ešte niekto spomína, aj tých, ktorých už nikto nespomína. Sobota nie je zvolená náhodne. Je to deň pokoja a odpočinku, deň, keď Kristus spočinul v hrobe a zostúpil k zosnulým, aby im ohlásil víťazstvo života nad smrťou. Práve preto je sobota v našej Cirkvi dňom osobitnej modlitby za tých, ktorí už prekročili prah večnosti. Zádušné bohoslužby nám pripomínajú, že smrť neprerušuje puto lásky. Modlitbou, panachídou a obetovaním svätej liturgie vyjadrujeme vieru, že **Boh je Bohom živých, nie mŕtvych**, a že naša modlitba má zmysel. Je prejavom nádeje na vzkriesenie a dôvery v Božie milosrdenstvo.

Zároveň sú zádušné soboty aj príležitosťou pre pozostalých **obnoviť hramoty za zosnulých zo svojich rodín**, teda znovu priniesť ich mená pred Boha v modlitbe Cirkvi. Týmto jednoduchým, ale hlbokým gestom vyjadrujeme, že na našich zosnulých nezabúdame a že ich naďalej zverujeme Božej láske.

Nech sú zádušné soboty pre nás chvíľou tichej vdácnosti, pokory a modlitby, v ktorej spájame zem s nebom.

So svätými daj, Pane, odpočinok dušiam svojich zosnulých.

Liturgický program od 16.02.2026 do 01.03.2026

<i>Dá-tum</i>	<i>Čas</i>	<i>Program</i>	<i>Úmysel</i>	<i>Liturgický kalendár</i>
16.02 Po.	16:30	Kajúci kánon	Za farské spoločenstvo	Začiatok Veľkého pôstu, konkrétne Štyridsiatnice. Zdržanlivosť od mäsa, mlieka a vajec s pôstom Svätí mučeníci kňaz Pamfil, Porfýrios a spol.
17.02 Ut.	14:30	Kajúci kánon Liturgia VPD sl.	† z r. Filičkovej 175	Svätý veľkomučeník Teodor Tirón.
18.02 St.	16:30	Kajúci kánon Liturgia VPD sl.	† z r. Viery Stašenkovej	Náš otec svätý Lev, rímsky pápež.
19.02 Št.	16:30	Kajúci kánon Sv. liturgia csl.	† Michal Bañas (40 dňová)	Svätý apoštol Archippos.
20.02 Pia.	16:30	Liturgia VPD sl.	† z r. Jána Filička 37	Náš prepodobný otec Lev, katánijský biskup. Posvätenie kolyvy
21.02 So.	07:00	Sv. liturgia csl.	† z r. Jána Filička 18	Pamiatka na div kolyvy, ktorý urobil sv. veľkomučeník Teodor Tirón
22.02 Ne.	07:15 08:00 10:00 11:30 15:00	Utierenť Sv. liturgia csl. Sv. liturgia sl. Sv. liturgia rom. Večiereň	Za farské spoločenstvo ZBP r. Šoltisovej 25 ZBP r. Filičkovej 18 Na úmysel darcu	NEDEĽA 1. TÝŽDŇA VEĽKÉHO PÔSTU Nedeľa ortodoxie 4. hlas Farská zbierka
23.02 Po.	16:30	Deviaty čas Liturgia VPD csl.	† z r. Tarasovičovej	Svätý hieromučeník Polykarp, smyrnijský biskup.
24.02 Ut.	16:30	Deviaty čas Liturgia VPD csl.	† z r. Kožárovej	Prvé a druhé nájdenie úctyhodnej hlavy svätého a slávneho Pánovho proroka, predchodcu a krstiteľa Jána.
25.02 St.	16:30	Deviaty čas Liturgia VPD csl.	† z r. Ivana Filička	Náš otec svätý Taras, konštantínopolský arcibiskup.
26.02 Št.	16:30	Deviaty čas Večiereň	Za farské spoločenstvo	Náš otec svätý Porfýrios, gazský biskup.
27.02 Pia.	16:30	Deviaty čas Liturgia VPD csl.	† z r. Jozefa Lazora	Náš prepodobný otec a vyznávač Prokop Dekapolita.
28.02 So.	08:00	Sv. liturgia csl.	† z knihy hramôt	Sobota 2. týždňa veľkého pôstu Druhá zádušná sobota
01.03 Ne.	07:15 08:00 10:00 11:30	Utierenť Sv. liturgia csl. Sv. liturgia sl. Sv. liturgia rom.	Za farské spoločenstvo ZBP r. Gladišovej 14 Na úmysel darcu	NEDEĽA 2. TÝŽDŇA VEĽKÉHO PÔSTU 5. hlas