

ДАНИЕЛА БЛАЖЕВСКА\*  
Правни факултет „Јустинијан Први”  
Институт за новинарство,  
медије и комуникације  
Скопје

УДК 271.2:316.776  
Монографска студија  
Примљен: 30.08.2014  
Одобрен: 22.09.2014

## ПРАВОСЛАВНА КОМУНИКАЦИЈА

**Сажетак:** Циљ овог рада је да објасни комуникацију у духу православља – комуникацију која поштује Божје заповести. Одговоре смо потражили у Библији, у записима Светих Отаца и у размишљањима представника Православне Цркве.

У раду православна комуникација се анализира на интраперсоналном и на интерперсоналном нивоу. Православна интраперсонална комуникација се састоји у борби са помислима и у комуникацији са Богом. Интерперсонална комуникација у духу православља се објашњава анализом значења речи које се употребљавају у комуникацији, анализом невербалног кодирања страсти и врлина, важношћу разборитог ћутања за ефективну комуникацију, као и начинима којима се побеђује гнев.

Речи су манифестација унутрашњег стања човека. Комуникација човека одговара нивоу његовог духовног развоја. Чак и најсуптилније страсти које се тихо провлаче у људској души, кодирају се невербално.

У раду се изводи закључак да по учењу Свете Православне Цркве, највиши облик комуникације је комуникација са Богом, која се остварује молитвом. Свети Оци препоручују Исусову молитву овим речима: „Господе Исусе Христе, Сине Божји, помилуј ме”. Молитва Исусова „очишћује душу и обуздава ум” (Св. Порфириј Кавсокалит, 2010:269).

**Кључне речи:** православна комуникација, комуникација са Богом, Свети Оци, интраперсонална комуникација, интерперсонална комуникација

### Увод

Човек је састављен од духа, душе и тела. Душа има разум, осећања и вољу (Архим. Рафаил Карелин, 2008:28). Дух је „око душе” (Ар-

---

\* danielablazevska@gmail.com

хим. Рафаил Карелин, 2008:50) и он се стреми ка Богу. Према томе, човек треба да се труди да води духован живот. Речи су манифестација унутрашњег стања човека. Комуникација човека је одговарајућа нивоу његовог духовног развоја.

Циљ овог рада је да објасни комуникацију у духу Православља – комуникацију која поштује Божје заповести. Одговоре смо потражили у Библији, у записима Светих Отаца и у размишљањима представника Православне Цркве.

Православна интраперсонална комуникација се састоји у борби са помислима и у комуникацији са Богом. Интерперсоналну комуникацију у духу Православља објаснићемо анализом значења речи које се употребљавају у комуникацији, анализом невербалног кодирања страсти и врлина, важношћу разборитог ћутања за ефективну комуникацију, као и начинима којима се побеђује гнев.

Библија поучава: „Ако неко у речи не греши, тај је савршен човек, моћан је зауздати и све тело” (Јак. 3, 2).

## **Добре речи према лошим речима**

„Реч човека носи у себи опредељену енергију. Она сједињује човека са космичким силама добра или зла, са анђелима или са демонима. Највише испољавање људске речи је молитва”, пише архимандрит Рафаил Карелин (2008:115).

Лоше и ружне речи пустоше душу човека који их изговара. Оне вређају саговорника, али истовремено уништавају духовни живот говорника.

„Језик је починио велике преступе: изговорио је одрицање од Бога, хуљење, лажне клетве, клевете ближњег. Одрицање од Христа и богохуљење убрајају се у најтеже смртне грехе” (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2012:177).

У духовном свету се чак и мисли чују, оне су јасне као говори (О. Тадеј Витовнички, 2002:71). Када човек некоме помисли зло, убија му душу (О. Тадеј Витовнички, 2002:69).

Архимандрит Рафаил (Карелин) (2008:44) открива да су псовање и шала подједнако погубне за онога ко их практикује. Према њему, шала се рађа од преузношења и садизма, а не од добротe. Њен циљ је унижавања човека.

У прилогу ове тврдње наводи чињеницу да клонови и карикатуристи у личном животу имају мрачан и раздражљив карактер, а неретко и нападе црне меланхолије (Архим. Рафаил Карелин, 2008:113). Као доказ може да нам послужи и податак да је глумац Џим Кери (Jim Carrey), чувен по својим комичним улогама, боловао од депресије (Дневник, <http://www.dnevnik.com.mk/default.asp?ItemID=1998F3228ABA8340A8E56C8D53398415>, посећено 20.8.2010).

Псовке су „црне речи, које носе у себи невидљиву, метафизичку нечистоћу” (Архим. Рафаил Карелин, 2008:115).

Имајући у виду да је комуникација „трансфер значења” (O’Roogke, 2001:24), „производња и размена значења” (Fiske, 1990:2), веома је важно да изложимо објашњења архимандрита Рафаила (Карелина) о томе какво значење у духовном смислу имају неке ружне речи.

Када се неко некоме обраћа речју „гад” (ђубре), он, у ствари, жели му да буде лишен свога дома, да напусти вечно боравиште. Ова реч означава: „недостојан спасења, осуђен, избачен, прогоњен” (Архим. Рафаил Карелин 2008:115).

Ако неко некоме каже „мерзавац” (подлац, нитков, покварењак), значи да том човеку жели „да изгуби Бога и љубав, и да се уподоби демону, који је хладан, бездушан и жесток” (Архим. Рафаил Карелин, 2008:116).

Ако се неко некоме обраћа речима „шугав, лош, никакав, мизерија”, онда он има жељу да његов саговорник „буде остављен од својих пријатеља, растављен од својих ближњих, да умре нераскајан за своје грехе, као неизлечив од духовне шуге, и зато избачен из Христовог стада” (Архим. Рафаил Карелин, 2008:117).

Речју „будала”, која значи буран, неспокојан, бесан, човеку се поручује да буде лишен мира у овом или оном животу (Архим. Рафаил Карелин, 2008:116). То је велика клетва, ако знамо да је смирење врлина која побеђује демоне (Преподобни старац Макарије Оптински, 2007:428). Мир у души је доказ за присуство Светог Духа у том човеку.

Речи испуњене добротом, љубављу, кротошћу и смирењем, приближавају човека Богу и осветљују му душу.

Свети Порфириј открива да када „човек постане заробљеник добра, тада не може да изговара рђаве речи, не може да мрзи, не може да лаже, не може да чини све то чак и да хоће” (Св. Порфириј Кавсокаливит, 2010:304).

О речима које зраче истинитошћу и просветљењем, Свети Исак Сиријин каже:

Једно је достојанство речи из духовног искуства, а друго је достојанство красноречивих речи. Ученост уме да украшава своје речи и када дело није изучила искуствено; она уме сјајно да беседи о истини, а да је не познаје; она уме да опширно прича од врлинама, а да никад није окусила познање врлине која потиче од творења истине; речи које потичу из духовног искуства су ризница наде; а ученост без искуственог знања је за срамоту. (Св. Исак Сиријански цитиран у Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:127)

Ако се има у виду чињеница да се речи лако изговарају али тешко заборављају, људи када вербално комуницирају морају да буду стално пажљиви и будни. Оно што износи језик је сакривено у дубини срца. Да би се усавршио језик, треба да се срце очисти од страсти и да се душа облагодати.

## Невербални кодови страсти и врлина

Речи откривају људску свест, на којем нивоу духовног развоја се налази човек, његова интелектуална размишљања, какве ставове има, шта мисли да осећа. Унутрашњи свет човека, који је често и њему непознат, најчешће се манифестује у његовој невербалној комуникацији. Она нам открива његова дубока и сакривена осећања. Чак и најсуптилније страсти које се тихо провлаче у људској души кодирају се невербално: у погледу (злоба), у гласу (гнев, туга), на лицу (злоба, туга), у покретима (гнев, мржња). Могу да се препознају и врлине: у погледу (доброта, смирење, кроткост), у гласу (доброта, смирење, кроткост, љубав), на лицу (доброта, љубав, смирење), у покретима (смирење).

Намеће се питање да ли можемо да говоримо о човековом унутрашњем свету према његовом понашању? У одређеним ситуацијама човек може да размисли како ће се понашати, док, када је обузет духом сујете и гордости, човек одмах реагује. Начин на који одговара на увреде или похвале, открива много о њему.

Православно предање учи да се људи понашају према заражености од трију главних страсти: сластољубља, среброљубља и славољубља. Према томе, у процесу кодирања и декодирања поруке укључен је и степен острашћености човека. Значи, свет и људе гледамо и интерпретирамо према степену наших страсти или врлина. Веома често људи код других примећују страсти које постоје у њиховим срцима, што може бити велика самообмана у комуникацији. Добри људи гледају добро свуда, а зли људи и добро гледају као зло. Старац Пајсије (2011) сликовито каже да једни људи личе на пчелу, а други на муву. Они који личе

на муву „у свакој ситуацији траже само да виде чега има рђавог и заокупљени су тиме” (стр. 219), а они који личе на пчелу „свугде налазе само оно што је добро” (стр. 219).

Људи гледају лице човека, Бог гледа његово срце (Рим. 2, 11-15). Људи који би хтели да усаврше своју невербалну комуникацију требали би да буду свесни Библијске истине:

Светиљка телу је око. Ако, дакле, око твоје буде здраво, све ће тело твоје светло бити. Ако ли око твоје кварно буде, све ће тело твоје тамно бити.

Ако је, дакле, светлост која је у теби тама, колика је тек тама! (Мт. 6, 22-23)

## Разборито ћутање према многоговорљивости

Неки теоретичари сматрају да је слушање досадно, а говорење забавно (Chambers цитиран у O' Rourke, 2001:118). Други, пак, оптужују телевизију и њен утицај на лоше навике слушања (Bentley цитирана у O' Rourke, 2001:119). Неки научници тврде да је расејаност ума резултат физиолошких разлога: најчешће људи говоре са темпом од 120 до 150 речи у минути, а људско уво је способно да чује чак 500 речи (Crossen, 1997 цитирана у O' Rourke, 2001:124). Такође, професор Николс (Nickols) упозорава да је слушање и „веома тешка активност, која се карактерише са убрзаним лупањем срца, бржом циркулацијом крви, повећаном телесном температуром” (Nickols, 1969 цитиран у O' Rourke, 2001:118).

Да је слушање важно за добре резултате на радном месту потврђује и Министарство рада САД. Министарство процењује да од укупног времена које запослени проводе у комуникацији, само 22 одсто је посвећено читању и писању, 23 одсто говорењу, а доминантни 55 одсто слушању (Goleman, 2008:136).

Судска практика САД показује да лекари који не знају да слушају чешће су тужени суду због лекарских грешака. Лекари, који имају лоше комуникацијске вештине, прекидају пацијенте већ у 18. секунди говорења, а процењено је да су потребна само три минута да би се остварила емпатија (Goleman, 2008:134-135).

Сви су сагласни да је тајна добре комуникације у слушању. Дobar говорник је, пре свега, добар слушалац. Слушање је пресудно и за успешан рад менаџера. Добри менаџери знају да слушају. Чак и кад говоре, не причају о себи, већ постављају питања да би добили корисне информације.

Када је Ворен Бенис (Warren Bennis) питао једног од најважнијих мислилаца менаџмента Питера Дракера (Peter Drucker) како је дошао до толико много оригиналних идеја, Дракер је замишљено затворио очи и одговорио: „Ја учим само слушањем” (BusinessWeek, 2007:263).

Саговорник који не слуша него само прича и мисли о себи, препознаје се по томе што продужује реченицу тамо где је стао а не његов саговорник, прекида саговорника када саопштава важне и тешке ствари и преусмерава дискусију на тему која њему одговара.

Свето Писмо открива нам премудрост слушања:

Зато, драга браћо моја, нека буде сваки човек брз чути, а спор говорити и спор гневити се; јер гнев човеков не твори правду Божију.

Зато одбаците сваку нечистоту и остатак злобе, и с кротошћу примите усађену реч која може спасити душе ваше.

Будите, пак, творци речи, а не само слушаоци, варајући сами себе (Јак. 1, 19-22).

Ако ко од вас мисли да је побожан, а не зауздава језика својега, него вара срце своје, његова је побожност узалуд (Јак. 1, 26).

Човек који зна да слуша је човек који зна да посвећује пажњу, саосећа, инспирише, охрабрује, подстиче, лечи. У комуникацији у којој није саслушан, говорник мисли да је искоришћен, осећа се празно, истрошено.

Свети Јован Лествичник (1993), у своме делу „Лествица”, даје описе 30 ступњева за постизање духовног живота, а многоговорљивости супротставља разборито ћутање.

Многоговорљивост је престо таштине, на коме се она радо појављује у свом блеску своме. Многоговорљивост је знак незнања, капија оговарања, руководитељ шаљења, слуга лажи, разрешење смирења, дозивач унија, претеча сна, расејања мисли, губитак опрезности, хлађење топлине, замрачење молитве. Разборито ћутање је мајка молитве, ослобођење од ропства, чување огња, стражар помисли... (стр. 92)

Ум се веома лако расејава. Лети по актуелно привлачним ствари-ма. Да би се фокусирао на оно што се говори, потребна је трезвеност, свесност, будност. Неопходно је постојано сакупљање расејаног ума и његово враћање поруци којој се емитује.

Полазећи од значења речи култура (уважавам, поштујем), архимандрит Рафаил (Карелин) (2008) саветује да „да би се одговорило сабеднику како треба, треба да умемо да га саслушамо спокојно, да разумемо шта хоће, да откријемо главни положај његовог погледа на свет” (стр. 106).

Разговор не сме да се претвори у рат у коме неко треба вербално да победи. Мора да се пази да се не наносе ране саговорничковој души. У комуникацији не треба да се наступа заузимајаћи неку од следећих поза: поза „учитеља”, „јавног тужиоца”, „свезнајућег” или „саветника” и поза „начелника” (Архим. Рафаил Карелин, 2008:107-108).

Комуникатор мора да буде трезвен да би детектовао неодговарајуће поступке, зато што људи врло често прецизно примећују и анализирају туђе мане док истовремено остају духовно слепи сопствених. У комуникацији увек мора да се имају на уму Исусове речи: „Не судите, да вам се не суди” (Мт. 7,1). „Лицемере, извади најпре брвно из ока свога, па ћеш онда видети како извадити трун из ока брата свога” (Мт. 7,5).

Свети Оци Православне Цркве саветују да се човек понаша Богоцентрично и да поштује Божје заповести. „Понашај се једноставно, спонтано и без претераног узбуђивања (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:122).

## **Победа над гневом**

Гнев, једна од осам страсти, у Енциклопедији православног живота од Светог Игњатија Брјанчанинова (2006) се дефинише као „свађање, примање гневних помисли; размишљање о освети, узрујаност срца и помрачење ума љутњом; непристојна вика, свађе, полемике, грубе речи и неучтивне речи, удари, гурање, убиство; злопамћење, мржња, непријатељство, освета, клевета, осуђивање, узнемиравање и вређање ближњег” (стр. 557).

Као разлози за појаву гнева у духовној литератури се наводе повећано самољубље, незадовољене страсти, слободно обраћање. „Слободно обраћање, које лако и често се претвара у велику дрскост и безобзирност је разлог за свађе, гнев и злопамћење.” (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:121).

Закон пале природе је освета. „Разгневиће се човек на ближњег свог и пожелете му уништење. Тако улази у исто поље са убицама и целатима, зато што у гневу ми обично имитирамо убиство речима”, открива архимандрит Рафаил (Карелин) (2008:44).

Људи треба да се понашају сасвим супротно од изложеног. Морају да усвоје начин понашања који одговара образу Божјем, а не палих духова. Обновљена природа проповеда љубав. Према људима треба да се понашамо добро, без обзира на то како се они односе с нама. Ако на

зло одговарамо добрим, онда омогућавамо људима да се покају за почињене грехе.

Бог у Светом Писму поручује: „Сваки који мрзи брата својега јесте човекоубица” (1 Јн. 3, 15). „Ако ли не опростите људима сагрешења њихова, ни Отац ваш неће опростити вама сагрешења ваша” (Мт. 6, 15).

Страсти гнев, Свети Православни Оци супротстављају врлину трпљење. У Енциклопедији православног живота Свети Игњатије Брјанчанинов (2006) трпљење опредељује као „избегавање гневних помисли; да се прати Христос, који свог ученика позива на ношење крста; мир срца; тишина срца; тишина ума: христичанска чврстина и храброст; безосећајност на увреде; незлобљивост” (стр. 113-114).

Према томе, против страсти гнев, разлога свих конфликта, човек може да се бори следећим начинима:

- трпљењем;
- молитвом;
- Исусовом молитвом, која чисти срце од страсти и просветљује ум;
- кротошћу и миром у души (смирење побеђује сујету);
- умноживањем свих врлина;
- опраштањем ;
- уздржањем;
- слушањем и ћутањем (када је човек гневан, самим тим што нема да одговори, већ је извојевао победу);
- љубављу [Увек попусти онај ко има више љубави. Љубав је антипод гордости (Арх. Рафаил Карелин, 2011:68). Понекад људи попуштају и кад су у праву, чиме показују да имају довољно смирења и љубави. Јер „љубав, сједињујући се са бескрајним и увек растући, живи у вечности” (Св. Максим Исповедник, 2003:107). Зато, „највећа од свих је љубав” (1 Кор. 13, 13)].

То су идеали према којима треба да стреми људска душа. Потврда о свему овоме може се пронаћи у животима Светих Отаца и подвижника Православне Цркве, који сведоче о јеванђељском добру и искуствено показују пут ка вечности.

Духовни препород човека започиње кад почне да сагледава своје грехе. Архимандрит Рафаил (Карелин) (2008) објашњава:

Човек који може да оптужи себе неће губити свој унутрашњи мир, неће проклињати људе и животно стање и неће махати песницама по ваздуху. Мислиће какве је грешке починио, како треба да поступи да би их, према својим могућностима, поправио, и чак чашу најтежих искушења прими као очистијући лек за своју душу. (стр. 74)



Човек не сме да се гневи на своје хулитеље, противнике, гонитеље. Свети Порфириј Кавсокалит (2010) објашњава да је гнев зло.

Треба да мрзимо њихове речи, њихову злоћу, али човека који те речи изговара не треба да мрзимо нити да се гневно на њега. Напротив, треба да се молимо за њега. Христијанин има у себи љубав и племенитост и понаша се на одговарајући начин. (стр. 391)

Свети Порфириј (2010:388-389) саветује да кад неко има неку страст не треба да му се говори да је крив, већ би требало да му се шаљу зраци љубави и милосрђа да би се он излечио и ослободио. „Понашајмо се према њему пажљиво, са поштовањем и молитвено. Трудимо се да ми сами не чинимо зло.” (Св. Порфириј, 2010:389)

И Свети Максим Исповедник саветује да ако човек неке злопамти, треба да се моли за њега да би зауставио кретање страсти, а ако неко њему злопамти, треба да буде љубазан и смирен у односу на њега, да се понаша благородно, да би га избавио од страсти (Св. Максим Исповедник, 2003:104).

Свети Игњатије Брјанчанинов (2006) саветује да се против клевете треба борити трезвеношћу, пажљивошћу, расуђивањем. Светитељ пише да „гласине често потичу од злобе лукавих, а разлог за њихово ширење је лаковерност наивних” (стр. 207).

Божанско слово учи да непријатељима човек треба да се супротстави својим врлинама. „Својом кротошћу и тихим речима, заћути је и принуди да престане бестидност непокорних. Разобличи неуздране благородством свог живота и оне чија чула су распуштена – стидљивошћу твојих очију” (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:121).

Христос у Беседи на гори поучава нас да се не треба противити злу, већ ако нас ударе по једном образу, да окренемо други (Мт. 5, 39). „Сваки који се гневи на брата свога ни за што, биће крив суду; а ако ли ко рече брату своме: ‚Рака’, биће крив синедриону; а ко рече: ‚Будало’, биће крив паклу огњеноме” (Мт. 5, 22).

Хришћански је да се на зло враћа добрим, јер само тако ће човек задржати лик Божји. Христос заповеда: „Љубите непријатеље своје, благосиљајте оне који вас куну, чините добро онима који вас мрзе и молите се за оне који вас вређају и гоне. Да будете синови Оца својега који је на небесима.” (Мт. 5, 44-45).

Светитељи откривају да је најважније да човек сачува свој унутрашњи мир. „Помири се сам са собом, па ће се са тобом помирити и небо и земља (Св. Исак Сирин цитиран у О. Тадеј, 2002:31).

## **Интраперсонална комуникација – борба са помислима и комуникација са Богом**

Да би остварио ефективну интерперсоналну комуникацију, човек треба претходно да открије тајне ефективне интраперсоналне комуникације. Треба да зна да слуша себе, властиту савест, да буде у доброј комуникацији са собом.

Ово потврђују и речи Светог владике Николаја Велимировића. Када је неки свештеник стално тражио да буде премештен у неко друго место, Свети владика Николај му је одговорио: „Оче, драге воље бих те преместио где год хоћеш, али само кад ти не би самога себе тамо носио” (О. Тадеј, 2002:26).

У својим поукама насловљеним „Какве су ти мисли, такав ти је и живот”, отац Тадеј закључује да мисли, расположење и жеље руководе наш живот (О. Тадеј, 2002:19). „Ако су нам мисли мирне и тихе, ето нам мир. Ако су нам мисли негативне, ето нам немир” (О. Тадеј, 2002:46).

Мисли утичу на самог човека, али и на његово окружење. Човек мора да упућује добре мисли. (Отац Тадеј, 2002:43). Кротка и смирена душа зрачи племенитост и доброту, емитује из себе увек мирне, тихе таласе пуне љубави и доброте (Отац Тадеј, 2002:20).

Мисли су „разумски предлози” (Митрополит Јеротеј Влахос, 2010:58). Помисли су „мисли које су повезане са одређеним представама, као и са различитим подстицајима који потичу из чула и фантазија (уобразиље)” (Митрополит Јеротеј Влахос, 2010:58).

Светитељ Игњатије Брјанчанинов (2006:423) објашњава да на човека делују четири врсте помисли и осећања: једне потичу од благодати, друге од Анђела чувара, треће од пале природе, а четврту доносе пали духови.

Свети Оци саветују да са помислима никада не треба да се ступа у разговор, нити у расправљање, већ да пробан камен за помисли треба да буде срце. Помисли које узнемиравају срце, посејане су од непријатеља, и треба да се одбаце. Шта је добро и корисно за душу, ум не може да препозна. То је својство срца. (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:425)

Зато човек никада не треба да заборави да се непријатељске помисли крију испод маске доброг и мора одмах да се одбаци свака помисао, колико лепо изгледала, „ако одузима мир срца и ако доводи до нарушавања љубави према ближњем” (Св. Игњатије Брјанчанинов, 2006:425).

Свети Оци саветују да духован човек треба да размишља да обавља своје задатке најбоље што може, као да их Богу чини. „Треба имати

радост у раду и учвршћену мисао да је сваки посао Божански посао, да Богу радимо, а не људима” (О. Тадеј, 2011:10).

Николај Ефграфович Пестов сумира карактеристику интраперсоналне карактеристике духовног човека:

Уз спокојство за будућност, уз потпуно задовољство садашњошћу, мисао се обраћа само текућем задатку – како га испунити по вољи Божијој и како га усагласити по Његовим заповестима. Шта ми сада налаже Господ? Не грешим ли у нечему у осећањима и мислима? А све што је у будућности Господ ће сам уредити! (Пестов, 2010:124)

Можемо да закључимо, да по учењу Свете Православне Цркве, највиши облик комуникације је комуникација са Богом која се остварује молитвом. Свети Отци препоручују Исусову молитву која се састоји од следећих речи: Господе Исусе Христе, Сине Божји, помилуј ме”. Молитва Исусова „очишћује душу и обуздава ум” (Св. Порфириј Кавсокаливит, 2010:269).

Човек мора да научи да држи заповести Божје, да одгони страсти од себе, да избегава саможивост, да буде смирен, да постане добар и једноставан. На тај начин ће усавршити и своју интраперсоналну комуникацију – молитву.

## **Закључак и препоруке**

Комуникација је одраз унутрашњег стања комуникатора. Кључ доброг унутрашњег стања је у помирењу са Богом, са собом и са људима. Почетак смирења је сагледавање сопствених грехова и покајање.

Комуникација може да се усаврши ако човек промени себе и започне да живи духован живот. Душа треба да се потчини духу, а дух благодати (Архим. Рафаил Карелин, 2010:374).

Пут до успешне комуникације човек мора да прође сам, јер ми употребљавамо речи и невербалне знакове, али увек комуницирамо нашим душама.

Комуникацију чије смо принципе изложили у овом раду можемо да насловимо - православна комуникација. Њу темељимо на Божјим заповестима и на Библији.

У следећим поукама из Светог Писма можемо да откријемо дубине и важност комуникације за спасење људских душа:

Како можете добро говорити када сте зли? Јер од сувишка срца уста говоре. Добар човек из добре ризнице износи добро; а зао човек из зле ризнице износи зло. А ја вам кажем, да ће за сваку празну реч коју рекну људи дати одговор у дан Суда. Јер ћеш због својих речи бити оправдан и због својих речи бити осуђен (Мт. 12, 34-37).

Из досада изложеног можемо да изведемо следећи закључак:

ЕК=ПК=ПБЗ

или

ефективна комуникација = православна комуникација = практиковање Божјих заповести.

Како човек да примењује ову формулу у свом животу?

За почетак, треба да буде свестан да сваком лошом речју, поступком или мисли, удаљује себе од Бога. Ако, ипак, погреши, треба да се покаје за то што је учинио, да се извини човеку којему је погрешио и да продужи љубављу да чини добра дела.

Човек може да достигне савршенство ако потчини сопствену вољу Божјој вољи и ако испуњава Божје заповести. Комуникација са Богом је највиши облик комуникације!

## Литература:

1. Arhimandrit Rafail (Karelin) (2008). *Tajната na spasenieto*. Prev. O. Pavlović. Žurče - Demir Hisar: Manastir „Sveti Anastasij Veliki”.
2. Arhimandrit Rafail (Karelin) (2010). „Čovekova duša i patologija strasti”, u: J. Srbulj, ured. *Lečenje duše u Pravoslavnoj Crkvi*. Prev. M. Todić. Beograd: Biblioteka Očev dom pri Verskom dobrotvornom starateljstvu Arhiepiskopije beogradsko- karlovačke, str. 371-386.
3. Arhimandrid Rafail (Karelin) (2011). *Pad gordih*. Prev. B. H. Stojanović. Podmaine: Manastir „Uspenja Presvete Bogorodice” Podmaine.
4. BusinessWeek (2009). *Liderstvo- mokni potezi*. Prev. D. Simonovski. Skopje: Ikona.
5. Goleman, D. (2008). *Emocionalna inteligencija u poslu*. Prev. G. Vujasinović. Zagreb: Mozaik knjiga.
6. Mitropolit Jerotej (Vlahos) (2010). „Obolost i lečenje duše u pravoslavnom predanju”, u: J. Srbulj, ured. *Lečenje duše u Pravoslavnoj Crkvi*. Prev. M. Arsenijević. Beograd: Biblioteka Očev dom pri Verskom dobrotvornom starateljstvu Arhiepiskopije beogradsko- karlovačke, str. 5-73.
7. O’ Rourke, J. S. (2001). *Management Communication (A case- analysis approach)*. New Jersey: Prentice Hall.

8. Otac Tadej (2002). *Kakve su ti misli, takav ti je i život*. Beograd: Vidik.
9. Pestov, N. E. (2010). „Udaljavanje čoveka od ‚obraza i podobija’ Božijeg (Bolesti duše)”, u: J. Srbulj, ured. *Lečenje duše u Pravoslavnoj Crkvi*. Prev. Z. Buljujić. Beograd: Biblioteka Očev dom pri Verskom dobrotvornom starateljstvu Arhiepiskopije beogradsko- karlovačke, str. 75-125.
10. Prepodobni starac Makarije Optinski (2007). *Rečnik spasenja*. Prev. M. Stanković. Beograd: Pravoslavna misionarska škola pri hramu „Svetog Aleksandra Nevskog”.
11. Sveto Pismo (2013). *Sveto Pismo, Novi Zavet Gospoda našeg Isusa Hrista*. Prevod Komisije Svetog Arhirejskog Sinoda Srpske Pravoslavne Crkve. Beograd: Štamparija Srpske Pravoslavne Crkve.
12. Sveti Ignatij Brjančaninov (2006). *Enciklopedija na pravoslavniot duhoven život*. Prev. Ž. Trajčev. Skopje: Ğakonija.
13. Sveti Ignjatije Brjančaninov (2012). *Glas iz večnosti*. Prev. M. Golubović. Beograd: Pravoslavna misionarska škola pri hramu „Svetog Aleksandra Nevskog”.
14. Sveti Jovan Lestvičnik (1993). *Lestvica*. Prev. D. Bogdanović. Sveta Gora Atonska: Manastir Hilandar.
15. Sveti Isak Sirin (2011). „Reči Prepodobnog Isaka Sirina”, u: Starac Tadej Vitovnički, *Bez ljubavi nema života*. Prev. Starac Tadej Vitovnički. Beograd: Biblioteka Očev dom pri Verskom dobrotvornom starateljstvu Arhiepiskopije beogradsko- karlovačke., str. 119-170.
16. Sveti Maksim Ispovednik (2003). *400 glavi za ljubovta*. Prev. A. Poposka. Skopje: Ikona.
17. Sveti Porfirij Kavsokalivit (2010). *Život i pouke starca Porfirija Kavsokalivita*. Prev. Episkop Bački dr Irinej. Novi Sad: Beseda.
18. Starac Tadej Vitovnički (2011). *Bez ljubavi nema života*. Beograd: Biblioteka Očev dom pri Verskom dobrotvornom starateljstvu Arhiepiskopije beogradsko- karlovačke.
19. Starac Pajsije (2011). *Čuvajte dušu*. Prev. L. Akad. Beograd: Pravoslavna misionarska škola pri hramu „Svetog Aleksandra Nevskog”.
20. Fiske J. (1990) *Introduction to Communication Studies*. London and New York: Routledge.

#### Интернет:

Dnevnik, 20.3.2008, „Džim Keri pišuva kniga za borba protiv depresija”. Dostupno: <http://www.dnevnik.com.mk/default.asp?ItemID=1998F3228ABA8340A8E56C8D53398415> [posećeno 20.8.2010].

## Orthodox Communication

**Summary:** The aim of this paper is to explain the communication in the spirit of Orthodoxy- communication that respects God's commandments. We've searched for the answers in the Bible, in the writings of the Holy Fathers and in the reflections of the representatives of the Orthodox Church.

In this paper we analyze the orthodox communication on the intrapersonal and the interpersonal level. The Orthodox intrapersonal communication is consisted of the struggle with thoughts and the communication with God. The interpersonal communication in the spirit of Orthodoxy is explained by: analyzing the meaning of words used in communication, the analysis of nonverbal coding of passions and virtues, the importance of prudent silence in effective communication, as well as the ways of victory over anger.

Words manifest human's inner state. Human's communication is in accordance with the level of his spiritual growth. Even the most subtle passions that quietly permeate the human soul are encoded in a nonverbal manner.

The paper concludes that according to the teachings of the Holy Orthodox Church, the highest form of communication is the communication with God, which is fulfilled through prayer. The Holy Fathers advise the Jesus prayer in these words: „Lord Jesus Christ, Son of God, have mercy on me”. The Jesus prayer “purifies the soul and subdues the mind” (Св. Порфириј Кавсокаливит, 2010:269).

**Key words:** orthodox communication, communication with God, Holy Fathers, intrapersonal communication, interpersonal communication