

How do I submit slips for Proskomedía?



What is a prosphoron?

A prosphoron (plural prosphora) is made of leavened bread and has two parts. The word *prosphoron* comes from Greek and means “offering.” Every prosphoron has a seal with the letters IC-XC NI-KA (“Jesus Christ conquers”). By purchasing a prosphoron at the candle stand, Orthodox Christians bring this bread as a sacrifice. In the altar during Proskomedía, particles are removed from them at the Prothesis, or Table of Oblation. While particles are removed, the names of the living and departed are commemorated. These prayers are very powerful, since those for whom we are praying thereby spiritually participate in the most important service of the Orthodox Church – the Divine Liturgy. Together with the prosphora, a list of names is sent to the altar.

How does one prepare the list of names?

One can only write down the names of *baptized Orthodox Christians* (it is not permitted to commemorate non-Orthodox at Liturgy). If you wish to pray for the living, write down the names on the form for the living (red). If you wish to pray for the departed, write the names on the form for the departed (black).

One should write the *full* names of those to be commemorated (e.g., not Tommy, Mike, Lizzy, but Thomas, Michael, Elizabeth...). *Do not write surnames.* The names should be written *neatly and legibly*, so that they can be easily and quickly read.

Depending on parish practice, regular parishioners may be able to leave their own commemoration books, to be commemorated at each service. Ask your parish priest or at the candle stand for more information.

The lists for commemoration are read in the altar, and particles removed from the prosphora. At the end of Liturgy, the particles are wiped from the paten (“diskos”) into the chalice with the words, “By Thy precious Blood, O Lord, wash away the sins of those here commemorated, through the intercessions of Thy saints.” After the service, those who had submitted names for commemoration and purchased a prosphoron may pick them up in the back of the church.

A prosphoron may only be eaten on an *empty stomach*, before breakfast, preferably with holy water.

Какъ подавать записки на ПРОСКОМИДІЮ?



Что такое просфора?

Просфора – это квасный хлѣбъ, составленный изъ двухъ частей. Слово *просфора* происходитъ отъ греческаго, и значить „приношеніе“. На просфорѣ находится печать съ буквами ІС-ХС NI-КА („Исусъ Христосъ побѣждаетъ“). Покупая просфору у свѣчнаго ящика, православные христіане приносятъ этотъ хлѣбъ какъ жертву. Въ алтарѣ на Проскомидіи, у жертвенника изъ просфорѣ вынимаются частицы съ молитвой о здравіи (о живыхъ) и упокоеніи (умершихъ). Эти молитвы очень сильны, потому что поминаемые въ нихъ духовно участвуютъ въ самомъ главномъ богослуженіи Православной Церкви – въ Божественной литургіи. Вмѣстѣ съ просфорой въ алтарь подаются записочки съ именами.

Какъ записывать имена?

Можно записывать имена только *крещенныхъ православныхъ христіанъ* (неправославныхъ нельзя поминать за Литургіей). Если желаете помолиться о живыхъ, записывайте имена на листочкѣ со словами *О здравіи* (красная). Если желаете помолиться объ усопшихъ, записывайте имена на листочкѣ со словами *О упокоеніи* (черная).

Пишутся имена *полныя въ родительномъ падежѣ* (не о здравіи/упокоеніи Вани, Лены, Маши, а Иоанна, Елены, Маріи...). *Фамиліи не слѣдуетъ указывать*. Надо писать *аккуратно и разборчиво*, чтобы можно было легко и быстро имена прочитать.

Въ зависимости отъ приходской практики, постоянные богомольцы могутъ оставить свои собственные помянники – книжечки, для постоянного поминовенія на всѣхъ богослуженіяхъ. Обратитесь настоятелю или у свѣчнаго ящика для подробной информации.

Записки читаются въ алтарѣ, а изъ просфоры вынимается нѣсколько частицъ. Въ концѣ Литургіи эти частицы съ дискаса погружаются въ чашу со словами: „Отмый, Господи, грѣхи поминавшихся здѣ Кровію Твоею честною, молитвами святыхъ Твоихъ“. Послѣ службы всѣ, кто подалъ записочку на Проскомидію и купилъ просфору, могутъ забрать ихъ у свѣчнаго ящика.

Просфора вкушается только *натощакъ*, до вкушенія другой пищи, желательно со святой водой.