

**Orthodox Church
Attire and Conduct.
Guidelines for Laity and Visitors**

Welcome to our Church.

1. Out of respect for our Lord and Saviour Jesus Christ, for the Holy Tradition and ancient customs of the Orthodox Christian Faith, and for one's own self-respect, suitable and modest attire, and behaviour are requested of all. This means, minimally: Short pants are not allowed anywhere in the Church for men or women above 12 years of age. Women's skirts should cover to the knees; no sleeveless shirts or halters; no bare midriffs. Men should wear long trousers. No beach, sports or athletic gear, equipment or attire.
2. No Tee shirts with slogans, - logos, pictures or mottos; no tank tops. Shirts and blouses should be modestly buttoned. Men, please remove caps or other head-covers. Women may cover their heads.
3. Smoking is not allowed anywhere inside, nor is it permitted on the steps or directly in front of the church.
4. Food and chewing gum is not allowed in the Church.
5. Women should blot their lipstick before kissing icons.
6. When the Holy Doors to the Altar are open, you should face the Altar, hands at your sides, or held one over the other at the waist. Do not stand with hands in pockets; do not fold arms behind you or across your chest.
7. Candles are dedicated offerings made by the faithful for the living and the departed.
8. Turn mobile phones off before entering Church. If for any reason you must leave, please exit quietly.
9. The reception of Holy Communion is reserved to those who are baptised members of the Orthodox Church who have prepared themselves by fasting, prayer, participation in the divine services, and Confession. At the conclusion of the Liturgy, Antidoron is distributed to all the faithful.
10. Greeting people (kissing and hand shaking) should be done outside the church. Whilst in church a nod of the head to acknowledge friends and relatives is acceptable.

**Blessed are they who come in the
name of the Lord.**

+ + +

**ОДЕЋА И ПОНАШАЊЕ У
ПРАВОСЛАВНОЈ ЦРКВИ ЗА ЛАИКЕ И ГОСТЕ.**

Добро дошли у храм.

1. Из поштовања према нашем Господу и Спасу Исусу Христу, Светом Предању и древним обичајима Православне хришћанске вере, као и ради сопствене пристojности, у цркви је потребно прикладно понашање и скромно облачење. То значи: нису дозвољене кратке панталоне (шорте) за људе и жене изнад 12 година старости нигде у цркви. Женске сукње треба да су до колена, без голих леђа, тренерки, мајици без рукава. А људи треба да носе дугачке панталоне. Одело за плажу, спорт или атлетику није прикладно у цркви.
2. Мајице са натписима, сликама, амблемима или разним пароланама, не би требало да се носе у цркви. Кошуље и блузе треба да су пристojно закопчане. Мушкарци морају да скину капе, а жене могу да покрију главе. Сунчане наочари се у храму скидају.
3. Пушење није дозвољено нигде унутра, на степеницама или директно испред цркве.
4. Храна и жвакаће гуме нису дозвољене у цркви.
5. Жене треба да скину руж пре него што целивају иконе.
6. Када су Царске двери (у средини иконостаса) отворене, треба да сте окренути лицем према Олтнару, са рукама уз тело, или једна у другој у висини појаса. У цркви се руке никада не држе у џеповима, позади на леђима или прекрштене на грудима.
7. Свеће су наша мала жртва Богу намењене за живе и умрле.
8. Угасите мобилне телефоне пре него што уђете у цркву. Ако морате да изађете из цркве онда то учините што тише.
9. Причешће примају само крштени чланови Православне цркве који су се припремили постом, молитвом, присуством на богослужењима и исповешћу. На крају Литургије, нафора се дели свима.
10. Поздрављање (руковање, љубљење) се обавља изван цркве. Док сте у цркви, довољно је да климнете главом пријатељима и рођацима.

**Блажени су који долазе у
име Господње.**

+ + +

Communion

The reception of Holy Communion is reserved to those who are baptised members of the Orthodox Church who have prepared themselves by fasting, prayer, participation in the divine services, and Confession.

Fasting: There are usually minimum fasting rules (abstinence from meat and dairy and by products), please speak with the priest if you are unsure.

Confession: Confession is necessary for everybody before taking Holy Communion small children (under seven years of age) can have Holy Communion without confession. Do not cross yourself at the chalice before or after taking Communion (you might hit the chalice with your hand).

To leave immediately after Communion is to treat church like a fast food restaurant where we come and go as we please. We live in a fast-paced world where we seem to be hurrying from place to place.

But in God's presence, we need to make every attempt to fight this pressure to move on to the next thing on the day's agenda. We deprive ourselves of blessings by not being still and participating in God's holiness. Eat and run at McDonald's - but stay in church and thank God for his precious gifts.

Lighting Candles

Lighting candles is an important part of Orthodox worship. We light them as we pray, making an offering to accompany our prayers. There are times when candles should not be lit. eg during the Epistle or Gospel readings, during the Little or Great Entrances, the sermon.

Entering the Church (Late)

The time to arrive at church is before the service starts, but for some unknown reason, it has become the custom - or rather the bad habit - for some to come to church late. If you arrive after the Divine Liturgy begins, try to enter the church quietly - and observe what is happening. If the Epistle or Gospel is being read or the Little or Great Entrance is taking place, wait until it is finished before lighting candles. If the priest is giving the sermon, stay in the back until he has concluded. People who come late to the Liturgy should not partake of the Eucharist!

Причешће

Причешће могу да приме само крштени чланови Православне цркве који су се припремили постом, молитвом, присуством на богослужењима и исповешћу.

Пост: Постоје основна правила поста, као што је не узимање меса, јаја и млечних производа. Потребно је обратити се свештенику за више обавештења.

Исповест: Исповест је потребна пре сваког примања Причешћа. Мала деца (испод седам година) могу се причестити без исповести. Када прилазите Светој Чашу за Причешће, немојте се крстити (могуће је да руком ударите Свету Чашу). Само треба прекрстити руке на грудима и рећи гласно своје име.

Напустити цркву одмах после Причешћа је незахвално и непристојно. То је исто као да од цркве покушавате да направите ресторан *брзе хране*, где свако улази и излази како хоће. Живимо у времену када се свако жури од места до места.

Али у присуству Бога морамо да се боримо против овог притиска да што пре одемо до следеће тачке нашег дневног реда. Тиме себе лишавамо благослова учешћа у Светости Божијој. Можете на брзину *јести и побећи* у Мекдоналдс-у, али - у цркви останите и захвалите Богу за Његове драгоцене Дарове.

Палење Свећа

Палење свећа је важан део православне молитве. Уз молитву палимо свеће као наш принос и малу жртву Богу. Међутим, има момената кад се свеће не пале. То је за време када се чита Апостол или Јеванђеље, затим за време малог и великог входа (кад год свештеник излази из олтара, кади или износи Јеванђеље, Свету Чашу - Путир), као и за време проповеди.

Улаз у Цркву (касно)

Право време за долазак у цркву је пре него што почне служба. Али, из неког разлога, може се десити да поједини стигну касно. Пазите добро да ово случајно не постане навика или лош обичај. Ако којим случајем закасните на почетак Богослужења, уђите у цркву тихо и погледајте шта се дешава. Ако се чита Апостол или Јеванђеље, или је време малог или великог входа, - сачекајте да се заврши, па тек онда палите свеће. Ако свештеник проповеда останите позади у цркви док се проповед не заврши. Људи који закасне на службу не би смели да се Причесте.

Crossing Those Legs?

In some Orthodox cultures, crossing one's legs is taboo and considered to be very disrespectful. In our western culture, while there are no real taboos concerning crossing one's legs, we tend to cross our legs to get comfortable while sitting. Should we cross our legs in church? No. Not because it is "wrong" to ever cross legs, but rather because it is too casual - and too relaxed - for being in church. In fact, when you are in church, you should be attentive - and not too comfortably.

Blot that Lipstick!

Have you ever looked at an icon in just the right light and seen the lip prints all over it? It's disgusting, isn't it? In fact, it's downright gross. Lipstick may look fine on lips, but it looks horrible on icons, crosses, the Communion spoon and the priest's or bishop's hand. What is the answer? If you insist on wearing lipstick to church, blot your lips well before venerating an icon, or similar.

Venerating Icons

When you enter the church, it is traditional to venerate the icons. Usually there are icons at the entrance or the centre of the church. When venerating (kissing) an icon, pay attention to where you kiss. It is not proper to kiss an icon in the face. Pay attention to what you are doing and show proper respect to the icon. And ladies remember please, blot off your lipstick.

Talking During Church

Isn't it great to come to church and see friends and family members? But wait until coffee hour to say "Hi" to them. It just isn't appropriate to greet people and have a conversation with them during the services. Besides being disrespectful towards God, it is rude towards the other people in the church who are trying to worship. Talk to God while in church through your prayers, hymns, and thanksgiving, and to your friends in the hall afterwards.

Kiss (Don't Shake) the Priest's or Bishop's Hand

Did you know that the proper way to greet a priest or bishop is to ask his blessing and kiss his right hand? This is much more appropriate (and traditional) than shaking their hands.

To Cross or Not To Cross?

Anyone who has looked around on a Sunday morning will notice that different people cross themselves at different times (and sometimes in different ways). To a certain extent, when to cross oneself is according to personal piety and not an issue of dogma. But there are times when it is

Прекрстите Ноге

У неким православним културама, прекрстити ноге сматра се врло непристојним и уопште као израз непоштовања. У западним културама то нема специјални значај али, углавном прекрстимо ноге да би се удобније осећали када седимо. Треба ли да прекрстимо ноге када седимо у цркви? Не! На зато што је погрешено, већ стога што је сувише немарно и опуштено за цркву. Уствари, када сте у цркви треба да будете пажљиви, а не да се осећате сувише удобно.

Жене обришите руж

Да ли сте икада видели према светлу како су иконе умазане кармином? Ружно је и непријатно, зар не? Руж изгледа лепо на уснама али не и на иконама, крстовима, кашчици за Причешће, на свештениковој или Владичиној руци. Шта је решење? Ако сматрате да морате ставити руж када идете у цркву, онда га бар обришите пре него што целивате иконе и слично.

Целивање Икона

Када улазите у цркву целивате иконе које се налазе на улазу и у средини цркве. Када целивате, обратите пажњу где љубите икону. Није прикладно љубити икону у лице. Обратите пажњу шта радите и покажите поштовање према икони. Даме, молим вас, обришите руж са усана.

Причање у Цркви

Лепо је доћи у Цркву и видети ту своје пријатеље и родбину. Али, сачекајте да изађете из цркве да би сте се поздравили са њима. Поздрављање и разговор у цркви не само да је знак непоштовања према Богу него је и непристојно према другим људима у цркви који се моле. У цркви разговарајте са Богом кроз молитву, певање и захваљивање Богу, а са пријатељима разговарајте у сали.

Свештенику и Владици пољубите руку (немојте се руковати)

Знате ли да од свештеника и Владике треба да тражите благослов и пољубите руку? Ово је много пригодније него руковати се са њима.

Дали се Крстити или не?

Ако недељном ујутро погледате околу у цркви, приметите да се неки људи крсте у разво време (а понеки чак и на разне и начине). До извесне мере, када ће се ко прекрстити то је до приватне побожности а не ствар догме. Али, постоји време када треба да се прекрстимо, а када не.

specifically proper to cross yourself, and times when you should not.

To Cross: When you hear one of the variations of the phrase, "Father, Son, and Holy Spirit"; at the beginning and end of the liturgical service or your private prayers; entering or exiting the church, or when passing in front of the Holy Altar; before venerating in icon, the cross, or Gospel book.

Don't Cross: At the chalice before or after taking Communion (you might hit the chalice with your hand); when the priest or bishop blesses saying, "Peace be to all" - at this point bow slightly and receive the blessing.

Handling the Holy Bread

After taking Holy Communion and at the end of the liturgy, it is traditional to eat a piece of holy bread or antidoron - the bread that was left over after Holy Communion was prepared. While antidoron is not Holy Communion, it is blessed bread and as such, should be eaten carefully. Monitor your children as they take the antidoron and teach them to eat it respectfully.

A Final Thought

Australian society is rather casual in its approach to life. Don't allow this prevailing attitude to enter into your Orthodox Christian piety. Much of church etiquette is based on common sense and showing respect for God and others. Always remember that you are in church to worship God, the Holy Trinity. The priest says, "With the fear of God and faith and love, draw near." Let this be the way you approach all of worship

Amen

English version adapted from
Orthodox Church in America (OCA) 2003

Крстите се: када чујете речи *Слава Оцу и Сину*, затим на почетку и на крају приватне молитве, када улазите и излазите из цркве, кад пролазите испред Олтара и кад целивате иконе, Крст или Јеванђеље.

Немојте се Крстити: када примате Причешће и када свештеник или владика кажу *Мир Свима* - у овом тренутку поклоните се и примите благослов.

Примање Нафоре

После Причешћа и на крају Литургије, обичај је да се поједе парче освећеног хлеба - просфоре што је остало након припреме Светог Причешћа. Просфора није Причешће али, она је освећена и треба да се пажљиво и са побожношћу поједе. Пазите на децу када узимају просфору и учите их да једу са поштовањем.

Закључак

Аустралијско друштво има прилично немаран приступ животу. Немојте дозволити да овакав став уђе у вашу Православну Хришћанску побожност. Начин понашања и већина манира у Цркви заснива се на здравом разуму и поштовању према Богу и другима. Запамтите да сте у цркви да се молити Богу, Светој Тројици. Свештеник каже: *Са страхом Божијим, вером и љубављу приступите!* Нека ове речи буду начин вашег приступања Богослужењу и храму Божијем.

АМИН

First Serbian Orthodox Church School Community St Sava
5 Wilson Ave Ingleside PO Box 480 Narrabeen 2101

