

01  
2019

21. ROČNÍK  
ZALOŽENÉ  
1999

# POKOJ A DOBRO

KATOLÍCKY  
ČASOPIS  
FARNOSTI  
MARKUŠOVCE

04 PÔSTNE  
OBDOBIE

08 SVÄTÁ  
FILOMÉNA

18 JAPONSKÉ  
KREŠŤANSTVO



# MILÍ ČITATELIA!

*S prichádzajúcim vekom má človek pocit, ako-by čas bežal rýchlejšie ako v bezstarostnom detstve či v mladosti. Neraz si možno položíme otázku – ako narábam s časom?*

Žijeme v dobe, ktorá ponúka ľuďom nesmierne množstvo príležitostí. Azda nikdy predtým sme nemali toľko možností rozhodovania, čo všetko vpustíme do svojho života, do svojich domovov, rodín, vzťahov, myšlienok... až sa z toho občas stáva neznesiteľná ľahkosť (alebo ťažkosť?) bytia. Hoci si to možno nie vždy naplno uvedomujeme, každé rozhodnutie – malé či veľké, ľahké či náročné, nepríjemné alebo radostné ovplyvňuje a formuje náš charakter. Sú tiež rozhodnutia, ktorých sa možno bojíme, alebo aj také, po ktorých sa sami na seba zlostíme, že to mohlo byť z našej strany inak.

Nech už je to s naším rozhodovaním akokoľvek, pravda je, že ak pozveme Boha do našich rozhodnutí, môžeme si byť istí, že skôr či neskôr sa naše rozhodnutia potvrdia ako rozumné.

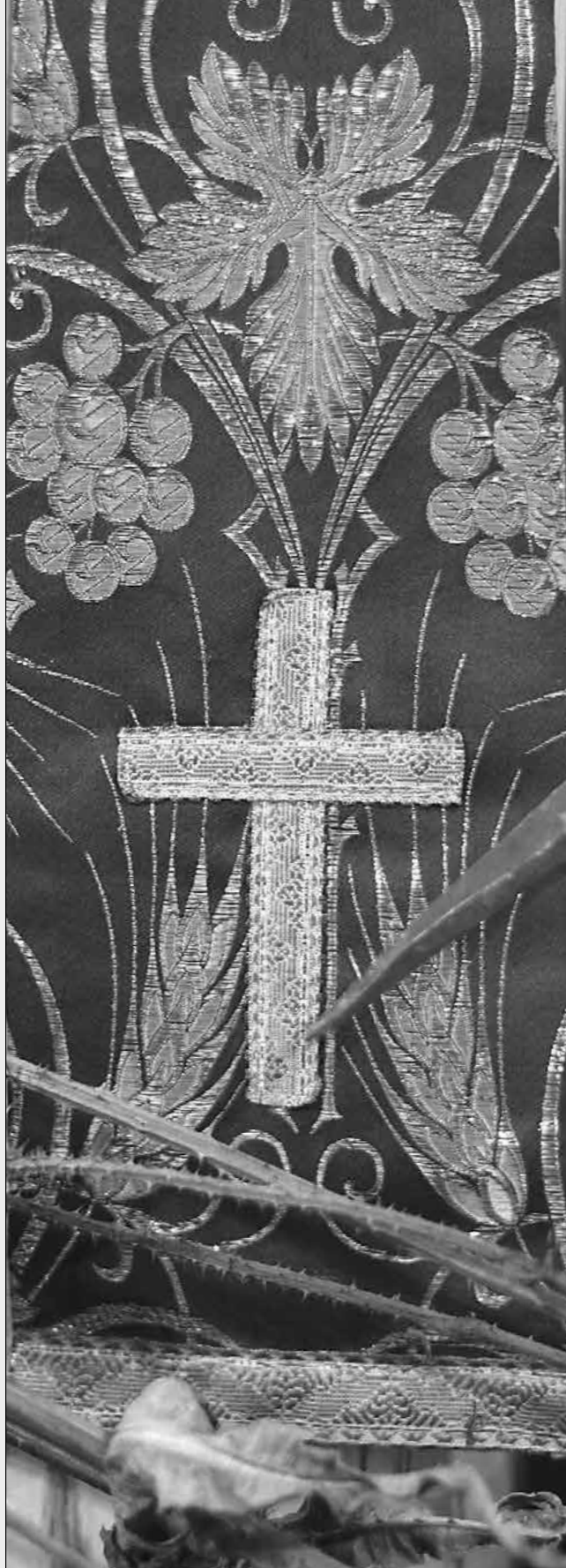
Sami s vlastnou vôľou a predsavzatiami sa však nedokážeme zosúladiť s plánom, ktorý má Boh pre každého z nás pripravený a je ten najlepší. Bez pravidelnej sviatosti zmierenia to „nedáme“. Až keď sa spoveď stane úplne prirodzenou a častou súčasťou nášho života, naučíme sa, že treba rozlišovať dva rozličné postoje – nielen veriť v Boha, ale dôverovať mu. A to nás naučí, aby sme nepoškulovali po iných a mylne si namýšľali, že im sa darí v živote lepšie, majú viac šťastia. Naučí nás to dôležitej múdrosti, ktorá hovorí: „Ak sa chceš s niekým porovnávať, tak len so svojím včerajším ja.“

Požehnané Pôstne obdobie naplnené správnymi rozhodnutiami, ktoré to naše zajtrajšie „ja“ urobia lepším ako bolo včerajšie, praje

**MONIKA HODNICKÁ**

šéfredaktorka  
monika.hodnicka@gmail.com

Foto: Peter Lazor



# PÔST

Zas je to tu. Je Popolcová streda, nemôžem si dať šunku, na slaninu radšej ani nemyslím a už som aj celkom hladný. Začína Pôstne obdobie. Ach jaj, 40 dní premáhania sa. Hm, aké predsavzatie by som si dal tento rok? Televíziu nepozerám, sladkého sa nevzdám, ale možno obmedzím čas strávený na internete. Už sa neviem dočkať, kedy to skončí.

Ale je toto podstatou pôstu? Niečoho sa zrieknuť len preto, aby som mal spokojné svedomie? Aj Ježiš sa postil, ale určite nie preto, aby schudol, alebo aby nebol závislý od internetu. Cez pôst a modlitbu sa dostával bližšie k Bohu. Postil sa, aby sa obetoval a aby si viac uvedomoval Božiu prítomnosť. Dal nám príklad. Ani ja svoje pôsty od mäsa, sladkostí či internetu nemusím brať ako nutné zlo. To všetko je predsa obeta, ktorou sa môžem priblížiť k Bohu.

Výhodou pôstu a zariekania sa príjemných vecí je, že to všetko môžem obetovať Bohu a na konkrétny úmysel. Nejde mi to v škole, alebo hľadám svoju životnú lásku, či mám iné starosti? Práve na tento úmysel môžem obetovať pôst, ktorý ma práve čaká. A takto celá moja snaha dostane zmysel a možno sa mi vôľka tomu podarí radostne vytrvať.

Možno si časom uvedomím aj ďalšiu výhodu pôstu. Čím menej času strávim na internete alebo pred televíziou, tým viac času si nájdem na svoju rodinu, kamarátov, blízkych. A možno tak prídem aj na to, že tí, ktorých denno-denne stretávam, ale neprehovorím s nimi ani slovo, (lebo myšlienkami som už dávno vo svojom virtuálnom svete) sú celkom fajn ľudia s reálnymi životmi,

radosťami, ale aj problémami. Môžem byť pri nich bližšie, môžem im byť viac na pomoci, rovnako ako oni mne.

A určite objavím rozmer, ktorý vnímal aj Ježiš. Nájdem si čas na Boha, čas na modlitbu a vlastné stíšenie sa. Je to celkom zaujímavá skúsenosť, vypnúť počítač o polhodinu skôr, odložiť mobil a len tak si sadnúť do kresla či na stoličku a v tichosti sa pomodliť, alebo vlastnými slovami sa porozprávať s Bohom. Neskúsil si to ešte? Dnes máš šancu začať.

Ale čo ak môj pôst a príprava na Veľkú noc bude o tom, že sa zrieknem sladkostí? Ako ma to dokáže priviesť k Bohu? Keď si odopriem sladkú maškrtu, môžem sa s ňou podeliť a takto niekomu spraviť radosť. Uká-

zať mu, že niekto ho ma rád. A Boh nás pozýva k láske a jej šíreniu.

No dobre, ale ako môžem vidieť v svojej obete plusy, keď sa k sladkému ani nedostanem? V prvom rade sa mi určite poďakuje moje telo a hlavne moje zuby. Nemusím sa toľko trápiť, že som tučný, a konečne ma niekto pochváli, že vyzerám celkom dobre. Takto sa mi otvára príležitosť napraviť svoj životný štýl a možno aj trochu zdravého sebedovomia.

Pôst nie je strašiak a uvedomiť si jeho krásu je celkom prínosné. Vďaka, Pane, že začína pôst, a že aj prostredníctvom neho sa môžem priblížiť k tebe a k ľuďom, ktorých mám rád.

*Matej Reiner,  
diakon*



Foto: Peter Lazor



AKTUÁLNA TÉMA

# PÔSTNE OBDOBIE

Zelený štvrtok, Veľký piatok, Biela sobota a najdôležitejšia časť, ktorá dáva zmysel a nádej našej viere – Zmŕtvychvstanie. Čo znamená pre nás ľudí 21. storočia Pôstne obdobie a zvlášť Veľký piatok? Veď od tejto udalosti uplynulo už viac ako 2000 rokov.

Každý z týchto dní má svoje opodstatnenie v živote Ježiša Krista, v dejinách spásy a následne aj v živote nás kresťanov. Celé Ježišovo účinkovanie na tejto zemi, v ktorom je obsiahnuté aj toto Pôstne obdobie, má svoju postupnosť, ktorou nás pripravil na život, od narodenia až po večnosť.

## AKTUÁLNOSŤ VEĽKÉHO PIATKA

Zradený a opustený Ježiš, len s hŕstkou svojich najbližších, kráča po najťažšej ceste svojho života – po krížovej ceste, vo vtedajších časoch tak postupnej a ľudmi opovrhovanej. Boží Syn, ktorého vydal jeho Otec napospas ľudskej krutosti a nenávisťi.

Ako máme v súčasnosti pochopiť tento deň, čo sa v ňom udialo, čo si o ňom myslíme a ako ho máme vnášať do súčasného pretechnizovaného

sveta? Iste, napredovanie techniky sa odráža najmä v mladej generácii, stimuláciou myslenia, vybičováním mysle a následne konzumným až apatickým prijímaním všetkého, čo sa okolo nás deje a čo nám technika ponúka. No nezabúdajme na Veľký piatok pred 2000 rokov. Na kríž na Golgote, na ktorom je Ježiš s prebodnutým srdcom, z ktorého vytryskla Láska – Milosrdenstvo. Nezabúdajme na srdce, na svoje srdce a lásku – tu nevložíme do techniky, tá si vyžaduje osobný kontakt človeka s človekom, či už manželov navzájom, rodičov s deťmi, kolegov na pracoviskách, spolužiakov v škole – jednoducho v každodennom živote. Tam všade chce byť prítomná láska – Ježišova láska.

## NAŠA VOĽBA

Od narodenia každému z nás ubiehajú roky rovna-

# NAŠA NÁDEJ

Veriaci prichádzajú na svätú omšu so znamením kresťanskej nádeje. Pri slávení svätého tajomstva ich modlitby vyznievajú ako mohutná pieseň nádeje Božieho ľudu voči svojmu Kráľovi.

ko a my sa tak každým dňom blížime k nášmu druhému domovu. Kam kráčame? K láske alebo k zatrateniu? Môžeme sa rozhodnúť sami, podľa svojej vôle. Každý z nás kráča životom svojou krížovou cestou, či už nevyliciteľne chorý človek, deti, ktorých sa rodičia zriekli, manželia, ktorí v rozdielnosti svojich pováh dennodenne prijímajú jeden druhého, alebo ľudia bez domova a základných ľudských potrieb... A mnoho, mnoho iných bolestí, ktoré ostávajú nevypovedané. To sú naše krížové cesty, ktoré dokážeme zvládať, ak dovolíme Ježišovi, aby kráčal po našej životnej ceste s nami. Vtedy sa bolesť stáva znesiteľnejšou a zrazu nadobúda svoj význam.

## VYTÚŽENÉ ZMŔTVYCHVSTANIE

A tak sa snažme vidieť v každom človeku, s ktorým sa stretávame, človeka, ktorý kráča svojou autentickou krížovou cestou na Golgotu. Aby potom mohlo nastať tak vytúžené zmŕtvychvstanie, ktoré prichádza po Veľkom piatku a Bielej sobote. A bude radosť a večné, keď si uvedomíme, že náš Veľký piatok a krížová cesta mali zmysel v Božom pláne, o ktorom sa dozvieme v raji nebeského Otca.

Buď oslávený Veľký piatok, ktorý si dal zmysel nášmu životu, buď oslávený Ježišu Kriste, ktorý zmývaš naše hriechy vo sviatosti zmierenia a dávaš nám nádej na večný život s tebou.

Anna Husárová,  
Markušove

Nádej a bezhraničná dôvera v Krista sa ako hlavná črta svätého tajomstva zjavuje vo všetkých úkonoch a najmä v posvätných textoch liturgie. Podnetom našej nádeje, ktorú v úkonoch bohoslužby ukazujeme Bohu a svetu je osobnosť Krista, ktorý účinkuje vo svätej omši a sprostredkováva Bohu naše modlitby. Vyjadruje to aj apoštol Pavol: *„Keďže teda máme vznešeného veľkňaza, ktorý prenikol nebesia, Ježiša, Božieho Syna, držíme sa svojho vyznania. Veď nemáme veľkňaza, ktorý by nemohol cítiť s našimi slabosťami; veď bol podobne skúšaný vo všetkom, okrem hriechu. Pristupujme teda s dôverou k trónu milosti, aby sme dosiahli milosrdenstvo a naši milosť a pomoc v pravom čase.“* (Hebr 4, 14-16)

## SVÄTÁ LITURGIA

Vo všetkých slovách svätej omše vyjadrujeme Kristovi svoju dôveru a nádej na dosiahnutie jeho prisľúbení. V úkone kajúcnosti sa skrýva nádej na Božie milosrdenstvo. V bohoslužbe slova zasa s nádejou čakáme na Pánove slová, na slová spásy. V obetovaní s nádejou očakávame posvätenie našich obetných darov. V premenení slovami Krista vzývame plní nádeje Boha, aby sa vtelil do

chleba a vína. Na svätej omši túžobne očakávame prijatie Krista v Eucharistii. Predmetom našej vŕcnej nádeje, ktorú pri slávení svätej omše prežívame a ktorou sa Bohu prihovárame, sú Božie prisľúbenia.

## DARY PRE NÁS

Čakáme, že skrze príhovor Krista nám Boh udelí dary svojho požehnania. Očakávame od neho potreby pre náš pozemský život a nadovšetko svoju nádej skladáme v splnenie prisľúbenia večnej spásy. Plní takejto

dôvery prosíme ústami kňaza: *„Nech Duch Svätý urobí z nás ustavičnú obeť pre teba, aby sme dostali dedičstvo s tvojimi vyvolenými...“* III. eucharistic-ká modlitba

Podobne vyjadruje kňaz za nás prosbu o splnenie našej nádeje slovami: *„Prosíme Ťa, Otče, zbav nás všetkého zla, udeľ svoj pokoj našim dňom a príď nám milosrdne na pomoc, aby sme boli vždy uchránení pred hriechom a pred každým nepokojom, kým očakávame splnenie blaženej nádeje a príchod nášho Spasiteľa Ježiša Krista.“*

## KRISTOVA LÁSKA

Keď sa Ježiš rozprával so svojimi učeníkmi po Poslednej večeri, vo svojich slovách jasne

povedal, že jeho obeta je výrazom jeho lásky: „*Nik nemá väčšiu lásku ako ten, kto položí svoj život za svojich priateľov.*“ (Jn 15, 13)

Tajomstvo Ježišovej lásky k nám vyznieva zo všetkých úkonov svätej omše. Na začiatku, v úkone kajúcnosti, prejavuje nám svoju lásku odpustením hriechov. V bohoslužbe slova sa uskutočňuje nový prejav Božej lásky k nám. Otec posielal svoje Slovo, Syna, na svet. Láska Krista sa stupňuje, keď sa v úkone premenenia za nás obetuje a v presvätej hostine dáva za pokrm. Sväté prijímanie je ozajstná hostina lásky. Ježišovo telo je skutočný pokrm lásky.

Sme si vedomí, že Ježiša milujeme dokonale iba vtedy, keď sa milujeme navzájom, preto pri svätej omši utužujeme vzájomnú lásku v úkone odovzdávania pokoja: „*Pokoj a bratská láska nech je medzi nami.*“ Prejavujeme lásku bratom a sestrám, a tak vyznávame lásku Ježišovi, ktorého milujeme v nich.

## PRAMEŇ NÁDEJE

Keď slávime svätú omšu, honorujeme sa teda nádejou v Božie prisľúbenia. Svätá omša je pre nás znakom východiska z každého utrpenia. V nej každý človek čerpá svoj životný kresťanský optimizmus. Prichádzame na ňu, aby sme sa utvrdili v dôvere v Boha, aby sme na Boha preniesli svoje starosti, ako nás vyzýva apoštol Peter: „*Na neho zložte všetky svoje starosti, lebo on sa o vás stará.*“ (1Pt 5, 7)

Keď trpíme a znášame súženia, keď nenachádzame východisko z ťažkej situácie, keď sa cítime opustení, slabí a bez pomoci, ponáhľajme sa sláviť sväté tajomstvá, spievať pieseň nádeje, posilniť svoju dôveru v Boha.

*Ondrej Švančara, správca farnosti*

Z HISTÓRIE MARKUŠOVIEC

# SPOMIENKA NA BUDÚCNOSŤ BARÓN JÁN MÁRIÁSSY (\*1822 – †1905)

*Popri hrobkách, ktoré sa ukrývajú v podzemí kostolov, bolo vonkajšie okolie apsidy azda najvyhľadávanejším miestom na pochovávanie významných osobností danej farnosti v areáli kostola. Takéto miesto na uctenie pamiatky svojich príbuzných si zvolili aj Máriássyovci v polovici 19. storočia, keď si v priestore pred sakristiou pri severnej strane apsidy kostola v Markušovciach vytvorili akýsi privátny cintorín, ktorý je skôr spomienkou na hrdinov bojujúcich, či dokonca padlých za slobodu v revolučných rokoch 1848 – 1849. Pochopiteľne išlo o zástancov koncepcie maďarského Uhorska.*



Centrálным sa pre nás stáva vyšší z dvoch náhrobkov v tvare obelisku, pretože všetky ostatné s ním bezprostredne súvisia a v súčasnosti je skôr pamätníkom pripomínajúcim výraznú osobnosť, „veľkého syna“ nielen v rodinnej histórii Máriássyovcov, ale i v rámci politického diania v Rakúsko – Uhorsku. Zdobí ho meno Jána Máriássyho, ktorý sa narodil 23. júna 1822 v Spišskej Novej Vsi. Jeho rodičmi boli Ján Máriássy (1771 – 1841) a Zuzana rod. Görgy (1785 – 1841). Zaujímavé je, že v tomto manželstve sa malo narodiť celkom 20 detí! Avšak pravdou ostáva, že minimálne osem z nich je neistých, alebo umreli v detskom veku. Ján teda pochádzal z veľkej rodiny. Študoval na evanjelickom gymnáziu v Spišskej Novej Vsi a neskôr sa dal na vojenskú dráhu.

Od 40-tych rokov 19. storočia pôsobil pri pešom pluku, neskôr v kráľovskej garde vo Viedni. Od roku 1847 bol poručíkom a v revolučných rokoch vstúpil do vzniknutej uhorskej armády, kde získal v roku 1848 hodnosť plukovníka. Počas revolúcie 1848 – 49 sa zúčastnil mnohých strategických bojov, sprvoti na juhu v Zadunajsku proti Srbom, potom pri obliehaní mesta Arad, kde bola uhorská armáda porazená cisárskym vojskom tiahnucim z Temešváru, či bitky pri Kapolne. Rozhodujúcu úlohu zohral 21. mája 1849 pri obliehaní Budínskeho hradu, kde jednotka pod jeho velením, napriek veľkej presile cisárskeho vojska, ako prvá dobyla múry hradu. Rovnako sa zúčastnil 2. augusta bitky pri Debrecíne a mnohých ďalších.

Avšak táto iniciatíva a nasadenie v revolučnej maďarskej armáde ho takmer stáli život. Po zložení zbraní vo Világoši a skončení revolúcie, bol odsúdený na smrť. Rozsudok bol zmiernený na 18 rokov väzenia. Ján Máriássy bol najprv väzený v Arade a neskôr v Olomouci. Nepatril medzi tých šťastnejších, ktorí dostali amnestiu už v roku 1854 pri príležitosti svadby cisára Františka Jozefa I. a Alžbety Bavorskej. Musel si počkať ešte dva roky, až kým nebola po narodení druhorodenej dcéry cisárskeho páru – princeznej Gizely - 12. júla 1856 udelená amnestia pre všetkých odsúdených za politické zločiny a za urážku cisárskeho majestátu.

Po búrlivých rokoch v armáde a prepustení z väzenia mu bol vrátený skonfiškovaný majetok a Ján sa usadil. V krátkom čase, len po niekoľkých mesiacoch na slobode, sa v roku 1857 oženil s Emou rod. Sziney Merse, ktorá bola v tom období už vdovou. Manželka hospodárila na rodinných majetkoch v Chrasti nad Hornádom a v Markušovciach. Možno predpokladať, že toto manželstvo ostalo bezdetné 14 rokov, kedy v roku 1871 Jánova manželka Ema umrela. Už o rok neskôr (v roku 1872) sa Ján Máriássy znovu oženil a jeho druhou manželkou sa stala o 23 rokov mladšia Irma rod. Dráveczky. Mladá manželka mu porodila 7 detí: 2 chlapcov, z nich jeden umrel ešte v detskom veku, a 5 dievčat. Ale ako sa v niektorom ďalšom pokračovaní dozvieme, ani to nestačilo na zachovanie rodu.

V každom prípade sa Ján Máriássy príliš dlho v ústraní nedržal. Najneskôr od roku 1861 sa opäť aktívne zúčastňoval na politickom dianí, pričom vystupoval ako poslanec na uhorskom sneme za mesto Spišská Nová Ves. V roku 1869 bol v hodnosti plukovníka cisárom povolaný do uhorskej armády, bol vymenovaný za veliteľa III. okruhu v Košiciach a v tejto pozícii pôsobil ešte 19 rokov, hoci medzitým bol v roku 1871 menovaný generálmajorom a v roku 1879 sa stal generálporučíkom. Napokon v roku 1887 odišiel do dôchodku. Reakciou na odchod bolo povýšenie jeho šľachtického stavu, a teda udelenie barónskeho titulu v roku 1888. Popri odpočinku v 90-tych rokoch 19. storočia napísal svoje spomienky na revolučné roky, ktoré boli v roku 1999 vydané v maďarskom jazyku pod názvom *Visszaemlékezések az 1848 – 49. évi szabadságharc alatt végzett szolgálataimra* („Spomienky z rokov 1848 – 49 moje služby počas boja za slobodu.“)

*Barón Ján Máriássy umrel 24. januára 1905 v Budapešti. Jeho ostatky zrejme nikdy neboli prevezené do Markušoviec. Jeho život nám však pripomína pamätník na nádvorí kostola v Markušovciach. Hoci ústava z marca 1849 bola návratom absolutizmu v roku 1851 zrušená, predsa len to nebol celkom márný boj. V platnosti už totiž definitívne zostalo zrušenie poddanstva týkajúce sa všetkých urbárskych roľníkov, ktorí pracovali na urbárskej pôde, a teda i budúcnosti našich predkov.*

**Miroslava Lazníová, historička**

LITERATÚRA: MÁRIÁSSY, J.: *Visszaemlékezések az 1848–49. évi szabadságharc alatt végzett szolgálataimra*. Sugar István : 1999; MÁRIÁSSY, P.: *X. storočí rodu Máriássy*. Košice : Harlequin, 2006; ARRIÉS, P.: *Dějiny smrti. Díl I.: Doba ležících*. Argo: Praha, 2000.

Online: <https://www.arcanum.hu/en/online-kiadvanyok/Lexikonok-magyar-eletrajzi-lexikon-7428D/m-76AF9/mariassy-janos-baro-76C22/>

Zdroj foto: <http://keptar.oszk.hu/html/kepoldal/index.phpml?id=69315>



# SVÄTÁ FILOMÉNA

## PRE MNOHÝCH NEZNÁMA SVÄTICA

V posledných rokoch sa na Slovensku viac dozvedáme o sv. Filoméne – dcére svetla, na ktorej príhovor sa vo svete udialo veľa zázrakov. Jedným z jej veľkých ctiteľov je kňaz Spišskej diecézy – Ľuboslav Hromják.

### CIRKEVNÝ HISTORIK V TEPLIČKE

Na začiatku nového kalendárneho roka (3. januára 2019) navštívil fíliálku Teplička zanietený cirkevný historik zo Spišskej Kapituly HEDr. Ľuboslav Hromják, PhD. Celebroval večernú svätú omšu a tunajším veriacim sa prihovril po 16 rokoch, odkedy pôsobil ako kaplán vo farnosti Spišská Nová Ves.

V homílii celebrant priblížil život sv. Filomény, ktorá sa vzoprela svojmu protivníkovi cisárovi Diokleciánovi v roku 302 v Ríme a v 13 rokoch si mučeníckou smrťou zachovala čistotu. Táto svätica dala o sebe vedieť až po 1500 rokoch od smrti.

Kazateľ spomenul aj dva zázraky, ktoré sa v poslednom čase udiali na jej príhovor na Slovensku. Niektorí z veriacich priznali, že počas pútavého rozprávania cítili zimomriavky na tele. Po svätej omši nasledovala modlitba ruženca k sv. Filoméne a mnohým veriacim boli k dispozícii obrázky a knihy, z ktorých sa môžu dozvedieť viac o živote a mučeníckej smrti, pre mnohých ešte neznámej svätice.

**Sv. Filoména je patrónkou i tých, ktorí sa ocitli v neriešiteľných situáciách.**

Čo je zaujímavé, práve v ten deň o 20.00 hod. vysielalo kresťanské Rádio Lumen reláciu História a my, kde celú hodinu hovoril o úcte k sv. Filoméne duchovný otec Ľuboslav Hromják. Okrem iného spomenul, že v Spišskom Podhradí, v kostole zasvätenom podobne ako na Tepličke – Narodeniu Panny Márie, sa od roku 2014 slávia pútnické svätej omše ku cti sv. Filomény: 10. januára – deň narodenia, 25. mája – deň nájdenia telesných pozostatkov a 11. augusta – liturgický sviatok svätice.

Na Slovensku sa začala úcta k nej šíriť až od roku 2012, a to hlavne zásluhou duchovného otca Ľuboslava Hromjáka, ktorý je aj delegátom slovenského centra Arcibratstva svätej Filomény v Spišskom Podhradí. 11. augusta sa v Spišskom Podhradí koná hlavná púť, na ktorej sa v roku 2018 zúčastnilo okolo 800 veriacich z viacerých kútov Slovenska. Keď si predstavíme, že v roku 2015 bolo na Spiši len okolo 50 širiteľov sv. Filomény, tak úcta k nej silno rastie. Raz ročne (na hlavnej púti) môžu veriaci pri splnení podmienok vstúpiť do Arcibratstva sv. Filomény.



## PÚŤ DO SPIŠSKÉHO PODHRADIA

Pri príležitosti 1730 rokov od narodenín sv. Filomény sa 10. januára 2019 skupina veriacich z Tepličky zúčastnila púte v Spišskom Podhradí, kde je v Chráme Narodenia Panny Márie obraz i relikvie svätice. Svätú omšu celebroval duchovný otec Ľuboslav Hromják. V jej úvode privítal mnohých veriacich zo Spiša i Šariša a spomenul, že kvôli snehovej kalamite nemohli prísť mnohí veriaci z Lendaku, Oravy, či Považia.

Homíliu predniesol kňaz z Brezovice nad Torsou Pavel Ščerba, ktorý zdôraznil, že táto malá veľká svätica, je malá kvôli veku a veľká pre mučeníctvo, ktoré podstúpila. Poukázal na to, že nie my si vyberáme svätých, ale oni si vyberajú nás, lebo aj Pán Boh prv miloval nás a až potom my jeho. Aj nás



# EXISTENCIÁLNA PSYCHOTERAPIA

si vybrala sv. Filoména – veľmi mocná orodovníčka v nebi. Ona odovzdala vonkajšiu i vnútornú krásu Ježišovi, podobne ako aj naša blahoslavená Anka Kolesárová. Darovali Bohu všetko. Darovať seba samého je najväčším darom pre Ježiša.

Nebojme sa dôverovať Pánu Bohu. **Keď my predkladáme Bohu svoje modlitby, prosby a starosti, on ich nevyrieši tak, ako my chceme, ale tak, ako to bude pre nás najlepšie.** To niekedy pochopíme až s odstupom času. Jedným z obetných darov pri svätej omši bol aj krásny nový ornát s podobizňou svätej Filomény, v ktorom bude celebrovat svätú omšu kňaz v pamätných dňoch svätice. Po svätej omši sa stretli ctiteľia sv. Filomény na srdčnom agapé v priestoroch fary.

Sv. Filoména je patrónkou detí a mládeže, manželských párov, tešiteľkou chudobných, chorých i väznených, zranených na tele i na duši, i tých, ktorí sa ocitli v neriešiteľných situáciách. Jedným z dôvodov znovu oživenia úcty k svätici je fakt, že svet v 21. storočí potrebuje nutne obnoviť kresťanskú vieru a mravnosť. A v tom je dnes najviac ohrozená mladá generácia a práve jej je sv. Filoména, milovaná dcéra Ježiša a Márie (slová ruženca sv. Filomény), pripravená vyprosiť v nebi potrebnú pomoc a milosti.

*Jozef Sendrej, Teplička*

Existenciálna psychoterapia stavia človeka pred najboľavejšie otázky jeho bytia. Korene psychických problémov nehľadá vo vzťahoch s inými ľuďmi, v symptómoch, ktoré sa prejavujú v rôznych nuansách, nedá sa obalamutiť komplikovanými snami ani pohľadom do minulosti. Hoci všetky uvedené témy môžu byť jej súčasťou, počas existenciálnej terapie je každý z nás konfrontovaný s najťažším protivníkom, akého na svete poznáme – so sebou samým. Hlavné témy tohto prístupu sú podľa Irvina D. Yaloma smrť, sloboda, osamelosť a chýbajúci zmysel života.

## SMRŤ

Život dokážeme žiť naplno až vtedy, ak každý deň prežijeme s perspektívou vlastnej smrti. Jednoduchá predstava seba samého na smrteľnej posteli spojená s otázkou, čo bude pre mňa v takej chvíli dôležité, dokáže odhaliť dva póly ľúto. Prvým je všetko to, čo človek chcel urobiť, zažiť a aké vzťahy túžil mať, ale nepodarilo sa mu to. Druhým sú situácie, konflikty, urážky a medziľudské odcudzenia, ktorým prikladal príliš veľký význam a teraz by ich najradšej vymazal. Strach umrieť je strachom žiť naplno. Honba za zaistením lepšej budúcnosti nám kradne čas, v ktorom by sme mohli nazbierať okamihy jednoduchšej a možno menej bohatej spokojnosti.

## SLOBODA

Podľa freudiánskej tradície problémy v psychike človeka spôsobuje fakt, že každý z nás je spútaný vlastnými nenaplnenými vášňami a zároveň strachom. Podľa existenciálnej terapie je však to, čo nám berie pevnú zem spod nôh a spôsobuje nám časté závraty – práve sloboda. Nie je jednoduché naplno pochopiť a prežiť fakt, že za každé konanie, ako aj za efekt, aký toto konanie alebo správanie bude mať na iných, sme zodpovední práve my. Potrebujeme si pripustiť zodpovednosť za vlastné rozhodnutia, ktorá v sebe nesie radosť z možnosti voľby a schopnosti do istej miery tvoriť svoj vlastný život, avšak zároveň nutnosť znášania následkov.

## OSAMELOSŤ

Existenciálnu osamelosť nie je možné definovať ako nedostatok medziľudských vzťahov alebo chýbajúci kontakt s ľuďmi. Ide o stav, ktorý môžeme prežívať v dave rovnako, ako v kruhu blízkej rodiny. Mnohí klienti ju opisujú ako precitnutie, počas ktorého naplno prežívajú úzkosť z toho, že v skutočnosti je na tomto svete každý z nás sám a jeden druhému nedokážeme úplne porozumieť. Tento predpoklad vychádza zo skutočnosti, že neexistujú dvaja ľudia s totožným genofondom, ktorí by prežívali navlas rovnaké

situácie a boli vystavení tým istým podnetom. Liekom na existenciálnu osamelosť je pritom každému dostupný altruizmus. Hneď ako pozornosť presunieme zo svojej vlastnej osoby (a smútku z toho, že nás nikto nechápe) na snahu o porozumenie a pomoc iným, zovretie existenciálnej osamelosti, minimálne na istý čas, povolí.

## STRATA ZMYSLU ŽIVOTA

Pocit nezmyselnosti bytia môže viesť k prežívaniu úzkosti, depresie, k závislostiam, deviantnému správaniu a mnohým iným psychologickým poruchám. Podobne ako logoterapia, aj existenciálni terapeuti veria, že zmysel života nemožno nájsť zamýšľaním sa nad tým, aký je zmysel nášho života. V skutočnosti sám vyplynie zo snahy žiť najlepšie, ako vieme. Irvin D. Yalom odporúča počas terapie odstraňovať prekážky, ktoré človeku bránia tvoriť uspokojivé medziľudské vzťahy, kreatívne sa prejavíť, vykonávať prácu, ktorá ho baví, riešiť spoločenské problémy alebo sa naplno zapájať do náboženských aktivít.

*Zuzana Klučárová,  
psychologička*

# ÚMYSEL NAMIESTO POPULARITY

Ježiš povedal svojim učeníkom: „Dajte si pozor a nekonajte svoje dobré skutky pred ľuďmi, aby vás obdivovali, lebo nebudete mať odmenu u svojho Otca, ktorý je na nebesiach. Keď teda dávaš almužnu, nevytrubuj pred sebou, ako to robia pokrytci v synagógach a po uliciach, aby ich ľudia chválili. Veru, hovorím vám: Už dostali svoju odmenu. Ale keď ty dávaš almužnu, nech nevie tvoja ľavá ruka, čo robí pravá, aby tvoja almužna zostala skrytá. A tvoj Otec ťa odmení, lebo on vidí aj v skrytosti.“

## BOHU ZNÁMY

Ježiš veľmi ostro kritizuje chválenie sa dobrými skutkami a almužnou. Hovorí, že tí, čo konajú dobré skutky len preto, aby ich ľudia chválili, už dostali svoju odmenu. Dostali pochvalu od ľudí, ale nie od samotného Boha. Naopak, ak je pomoc, dobrý skutok či almužna skrytá, Boh ju odmení, lebo on vidí aj v skrytosti. Veľmi presne takéto dary definuje pojem Bohu známy, ktorý počujeme v kostoloch pri oznamoch o milodaroch. Človek, ktorý nechce, aby ľudia vedeli, že prispel a pomohol, je pokorný a nehľadá chválu od ľudí. Chce byť známy Bohu a nie ľuďom. Takí darcovia pochopili Ježišove slová o almužne. Chcú byť známi Bohu, lebo on ich odmení vo večnosti. Pochvala od Boha je najväčšia.

## CHUDOBNÁ VDOVA

Iste poznáme príbeh o tom, ako Ježiš pozoroval ľud, ako hádže milodary do chrámovej pokladnice. Veľa boháčov hádzalo veľké sumy peňazí. Chudobná vdova hodila len dve drobné mince, a predsa vhodila najviac zo všetkých. Lebo ona vhodila z toho mála, čo mala, ale boháči zo svojho nadbytku. Vdova môže byť pre nás vzorom. A často sa stáva aj v našom bežnom živote, že tí, čo nemajú veľa peňazí, prispejú,

pomôžu a podelia sa. Vedia pochopiť núdzu, lebo ju sami zažili. Podelia sa, uskromnia a pomôžu inému a nečakajú za to nič. Konajú dobrý skutok úprimne a s láskou.

No boháči sa často naháňajú za čoraz väčšími ziskami, majú veľa peňazí a stále im to nestačí. Vidia len zisk a pre ten urobia všetko. Majú z čoho pomôcť, a predsa nevidia potreby núdzných okolo seba. Ak prispejú zo svojho nadbytku, tak takým štýlom, aby to každý vedel a chválil ich. Roztrubujú svoje dobré skutky medzi ľuďmi, aby boli chválení a populárni. No Ježiš takýto prístup ostro kritizuje. V jeho očiach nie sú vôbec populárni, aj keď si to často myslia.

Učme sa od chudobnej vdovy. Ona pri svojej chudobe vedela darovať z toho minima, čo mala. Boh nepozerala na veľkosť daru, ale na úmysel darcu. Niekedy sa zdá dar či pomoc inému veľmi malá, a pritom v Božích očiach má najväčšiu cenu. A naopak darované tisíce s úmyslom pochvaly od ľudí a robenia si dobrého mena v ich povedomí majú v Božích očiach nulovú cenu. Buďme pokornými a štedrými darcami ako chudobná vdova. Vtedy budeme pred Bohom najbohatší.

*Oliver Siksa, Teplička*



# HÝBTE SA, JE TO ZDRAVÉ A PRINÁŠA TO RADOŠŤ

*Je skvelé, ak si aj počas zimy nájdete čas na športovú aktivitu. Mnohí sa chodia lyžovať, korčuľovať, plávajú či behajú. Kto pravidelne športuje, nevie si život bez pohybu ani predstaviť. Nie nadarmo sa hovorí, že pohyb je základom života, o jeho blahodarných účinkoch na zdravie ani nehovoriac. Ja chodím počas celého roka s paličkami.*

Športovo-ozdravná aktivita **nordic walking** si ma tak získala, že už viac než tretí rok ako akreditovaná inštruktorka Slovenskej asociácie Nordic Walking učím správnu techniku, pretože to má obrovský potenciál pomôcť mnohým ľuďom. Severská chôdza je totiž určená pre všetkých od malých detí až po seniorov, dokonca aj pre zdravotne znevýhodnených. Vplyv nordic walkingu na zdravie sa skúma v mnohých vedeckých centrách na svete. Praktizuje sa na troch úrovniach: wellness, fitness a šport.

## POSILNITE AJ CHRÁT A RUKY

Vďaka nordic walkingu sa naučíte zautomatizovať si správny postoj a pohyby pri chôdzi. Okrem vonkajších svalov zapojíte aj tie vnútorné, najmä okolo chrbtice, čo sa dá iba pilatesom, SM systémom a nordic walkingom.

Špeciálne paličky, ktoré sú iné ako turistické, umožňujú vďaka rukavičke vypúšťať paličku za telom. Pohyb nerobíme z lakťa, ale z ramena, vďaka čomu zapájame do chôdze aj hornú polovicu tela, posilníme ruky a chrbát.

Okrem chôdze s paličkami sa učíme rôzne koordinačno-balansačné, posilňovacie či hravé cvičenia, ktoré sú zamerané napríklad na postreh či prepájanie mozgových hemisfér. Naučiť sa správnu techniku, pri ktorej zapájame 90 percent svalov, je veľmi dôležité a trvá to minimálne šesť hodín.

## ZÍSKATE ZDRAVOTNÉ BENEFITY

Pravidelným praktizovaním nordic walkingu môžete dosiahnuť mnohé zdravotné benefity. Je overené, že rýchla chôdza, pri ktorej sa dokázate rozprávať, sa pohybuje vo frekvencii 110 až 130 tepov za minútu, ide teda o aeróbne cvičenie, pri ktorom sa nachádzate v zóne spaľovania tukov. Vďaka tomu pravidelné tréningy znižujú nadváhu.

Nordic walking sa využíva pri chorobách pohybového aparátu, osteoporóze, artróze, kardiovaskulárnych ochoreniach, neurologických chorobách či pri liečbe depresí. Pravidelné tréningy pomáhajú upraviť zvýšený cholesterol, priaznivo pôsobia pri astme, alergiách a diabete 2. typu. Severská chôdza je tiež účinná a cenná metóda vhodná na rehabilitáciu pacientok s karcinómom prsníka. Koordinácia pravej a ľavej strany tela pomáha pri prepájaní mozgových hemisfér, čo napomáha pri odstraňovaní porúch učenia u detí.

## POSILNITE IMUNITU

Severská chôdza sa praktizuje celoročne na čerstvom vzduchu, čo priaznivo vplyva na imunitný systém. Počas spoločných kurzov a tréningov sa stretávajú priatelia, jednotlivci či rodinní príslušníci rôznych generácií, aby spoločne trénovali techniku, ale sa aj spolu zabavili, porozprávali, strávili aktívne čas v prírode. Zažila som mnoho neopakovateľných chvíľ, ktoré ma veľmi obohatili a nordic walking sa stal súčasťou môjho životného štýlu.

*Text a foto: Mária Benčatová*



# KRÍŽOVÁ CESTA

MARKUŠOVCE  
2018





Fotogaléria: Peter Lazor

# KAJÚCI HRIEŠNIK

Všetci členovia ružencových bratstiev sa modlia za bratov dominikánov a oni nás uistujú, že to platí aj opačne. Tu si treba uvedomiť, aké dôležité je modliť sa za tých, ktorí nám pomáhajú, alebo od ktorých sme závislí. Už niekoľko rokov nás naši duchovní bratia prosia o modlitby za nové dominikánske povolania.

Povolanie je v prvom rade dar od Boha. On každému z nás udelil talent, ktorý máme zveľadiť a uplatniť vo svojom živote. Je ťažké zistiť, na aké povolanie sa človek hodí, ale ak sa otvoríme a budeme načúvať dobrým veciam, Boh nás privedie na správnu cestu. Neľahkú a strastiplnú cestu k povolaniu absolvoval aj Bartolomej Longo.

## PRIAZNIVÉ ZAČIATKY

Narodil sa v uznávanej a bohatej rodine v malom talianskom mestečku, ktoré malo približne 4 000 obyvateľov, ktorí žili z poľnohospodárstva. Hoci patrónkou mestečka bola svätá Margaréta, jeho obyvatelia veľmi uctievali Pannu Máriu z Cotriny, v malej svätyni mimo centra mesta. Ľudia boli v tom čase napojení na kláštor dominikánov a na aktivity bratstiev. Takúto náboženskú atmosféru dýchal mladý Bartolomej Longo.

Keď mal šesť rokov poslali ho študovať k otcom piaristom. Tam získal dobré základy a pevné náboženské vzdelanie, ku ktorému patrilo aj každodenné modlenie ruženca. Potom ešte dva roky študoval u kanonika, aby mohol nastúpiť na Neapolskú univerzitu.

## BÚRLIVÁ MLADOSŤ

V roku 1862 nastúpil na právo. V tom období sa v Taliansku zmenila vláda a vnútorná politika. Nové štátne zloženie prinieslo nedostatok práce, chudobu, analfabetizmus, čo viedlo k nevychovanosti a kriminalite obyvateľstva. Zatváranie reholí, zrušenie vyučovania náboženstva na školách, znárodňovanie cirkevného majetku a nové liberálne, ateistické a proticirkevné teórie mali veľký dopad na mladých, nevynímajúc Bartolomeja, ktorý prerušil vzťahy s Cirkvou. Zišiel na cestu zla, oddal sa mu, vstúpil do sekty a padol na najhlbšie dno. Hoci sa mu podarilo získať akademický titul, keď mal 23 rokov, jeho život sa

zmietať v útrapách: depresie, paranoje a posadnutosť Satanom.

## OBRÁTENIE

Začal hľadať pokoj. Návrat ku viere nebol ľahký, no vďaka dominikánovi A. Radentemu, otcom piaristom, priateľom z cirkevnej komunity, činnostiam kňazov, rehoľníkov a laikov zaviazaných láskou a pastoračnou horlivosťou sa to podarilo. Po osobnom obrátení v roku 1865 sa Bartolomej vrátil do rodného mestečka, kde zrealizoval otvorenie detských jaslí a začal svoju advokátsku prax.

Avšak vďačnosť a túžba po odpuste za Božie milosrdenstvo a odpustenie ho priviedla zase do Neapola. Tu stál pred voľbou, či vstúpi do rehole dominikánov, ako mu odporúčal jeho spovedník A. Radente, alebo zostane laikom a bude viesť život podľa vzorov svätých. Otec Ribera, jeho učiteľ cirkevnej histórie, ho presvedčil, aby ostal laikom.

## BOŽÍ ZÁSAH

V roku 1867 sa stretáva s františkánom, ktorý bol známy charitatívnymi dielami pre africké deti. Bartolomej ho pozoroval a začal pracovať ako asistent chorých v nemocnici. Tam spoznal zakladateľky Služobníc Najsvätejšieho Srdca a bol prizvaný na modlitebné stretnutia, kde sa často predmodlieval ruženec.

Keď raz Bartolomej pracovne odchádzal do Pompejí, na ceste do jednej osady sa stalo niečo výnimočné. Začul hlas svojho spovedníka, ktorý mu radil. On na to, zodvihnúc hlavu do neba, zakričal svoju odpoveď: „Ak je to pravda, (...) ja sa zachránim tak, že neodídem z Pompejí, kým tu nerozšírim tvoj ruženec.“ A v tej chvíli zasiahla Božia prozreteľnosť. Svoj život zasvätil službe Bohu, ľuďom, mestu. Až do svojej smrti



# MAREC, MESIAC KNIHY

pracoval pre Cirkev, zveľaďoval mesto, písal modlitby a vyzýval dobrodincov ku charitatívnym dielam.

Za celoživotné dielo mu bolo 30. 5. 1925 udelené pápežské ocenenie „Veľký kríž svätého hrobu.“ Zomrel 5. októbra 1926 vo veku 85 rokov. Pochovaný bol v plášti rytiera gardy kríža Svätého hrobu k nohám trónu jeho láskyplnej Kráľovnej, ako si to prial.

## BARTOLOMEJOVO POSOLSTVO

Bartolomejov životný príbeh nás povzbudzuje k zamysleniu sa nad vlastným smerovaním a významom modlitby v našich životoch. V nastávajúcom Pôstnom období máme možnosť prehodnotiť priority vo vlastnej rodine či v osobnom živote.

Nech láska k Bohu a modlitba stoja na prvých miestach. Naučme sa v rodinách pravidelne modliť ruženec. Určite prídu i časy vzdoru, hádok a pasivity, no neprestávajme. Nech sa modlitba stane súčasťou dňa ako východ a západ slnka, nech sa stane návykom ako osobná hygiena tela. Výkročme spolu s Pannou Máriou za Ježišom a s láskou, trpezlivosťou, pokorou a pokojom v srdci pracujme na diele spásy a Božieho milosrdenstva pre všetkých členov rodiny a vykúpení ľudstva od hriechu.

(ZDROJ) : časopis RUŽENEC č. 10; 11; 12/  
2016 a č. 1; 3/ 2017)

Spracovala: Renáta Regecová

Titulok, ktorý za oných čias musel zdobiť každú marcovú nástenku v triedach školy. Čas pominul, nástenky sú rôznorodejšie a z médií sa dozvedáme, že naše deti, v porovnaní s inými krajinami, dosahujú priemernú až podpriemernú úroveň čitateľskej gramotnosti. Každému z nás tieto štatistiky znejú nelichotivo, preto máme záujem ovplyvniť ich k lepšiemu.

Samozrejme, tu nestačí len škola a vyučovanie. Vieme, že čítaniu sa základy stavajú v domácom prostredí. Ideálne je čítanie od útleho detstva. Keď má dieťa vyhradený pravidelný čas, miesto, atmosféru, kde mu niekto z blízkych číta, dávame mu dobrý základ. Popri čítaní má možnosť dieťa sledovať obrázky, diskutovať o nich i o texte, rozvíja sa mu fantázia, logické myslenie, pamäť.

Na tento základ vrstváme vlastný vzor. Dieťa má vidieť rodičov čítať, iste nie z obrazovky počítača, tabletu alebo mobilu. Vzor je silnou motiváciou. V čase, keď sa dieťa učí čítať, je vhodné vstupovať do textu otázkami kto a čo robí, aký je... Aj pri krátkych vetách. Tiež je vhodné dramatizovať, dávať si hádanky. Neskúšajme deti trápiť niekoľkonásobným opakovaním čítania tých istých viet, aby neboli z čítania unavené či znechutené. Radosť z čítania budú mať pri vlastnej zvedavosti, pri objavovaní nového.

Časom čítajú plynulejšie. Nadšenie im prinesie hlavne možnosť čítať to, čo ich zaujíma. Rodičia môžu zobrať deti do kníhkupectva alebo knižnice,

aby si vybrali knihu podľa vlastného zväzenia, s ohľadom na rady dospelých. Dávajme pozor pri výbere knihy, aby bola rozsahom i textom veku primeraná, pútavá. Nezabudnime dať pozor na rôzne moderné „vsuvky“ typu – zaľúbenia sa dvoch princezov navzájom, alebo rozhodni sa, či chceš byť chlapec alebo dievča... Ak sa niekedy predsa len v texte objaví niečo podobné, berme to ako vhodnú príležitosť citlivo problematiku rozobrať.

Veľký význam majú pri vytváraní vzťahu k čítaniu priatelia. Ak sú medzi nimi takí, ktorí si tiež radi čítajú, je pravdepodobné, že si vzájomne budú požičovať knihy a vymieňať si poznatky. Môžeme sa dohodnúť, že mesačne dieťa prečíta jednu knihu, touto pravidelnosťou sa vytvorí návyk. Potom sa o nej porozprávame, niečo si nakreslíme, rozoberieme zaujímavosti.

Na záver nech nás povzbudí citát Ladislava Hanusa: „**Literatúra ako umenie vie osobitým spôsobom uchopiť a vyjadriť ľudskú skutočnosť, pretvorí ňu, zušľachtí, vedie človeka do výšky, odkrýva zmysel života, ukazuje cieľ.**“

Adriana Lazorová

# KRÍŽOVÁ CESTA

Prechádzaš s krížom krvavým,  
dnešným svetom uponáhlaným.  
A bolí ťa to, keď ti hovorím zas,  
ja nemám čas.

Dnes by som sa chcel zastaviť,  
svoju tvár k tebe nastaviť.  
Chcem tvoju bolesť s tebou dnes prežívať  
a rozjímať.

**Viem, že ja tvoja šiesta rana som.  
Každou hádkou, každým zlom,  
každým hriechom, ktorý mám,  
ťa pribíjam.**

**Viem, že ja ťa predávam jak Judáš  
a ty mi odpúšťaš,  
Mesiáš.**

**1** Aké to bolo, keď kričali:  
Ukrižuj ho! Piláta žiadali.  
A on tam len stál a s tou mocou, čo mal,  
ťa smrti vydal.

Nechcem už viac len tak stáť,  
ako Pilát si ruky umývať,  
chcem zastať sa ťa, len s pravdou, čo mám,  
zastaviť dav.

**2** Aj za mňa si bičovaný,  
mojou pýchou korunovaný.  
A bolí ťa to, keď sa smeje ti dav:

Ty berieš svoj kríž na plecía,  
a mne môj kríž niesť nechce sa,  
no vidiac teba, viem čo spraviť mám,  
už nereptám.

**3** Padáš pod krížom prvýkrát,  
možno si to chcel vtedy vzdať,  
keď ležal si tam, zbitý s tvárou v prachu,  
plný strachu.

Ja viem, že ten tvoj prvý pád,  
len pre môj hriech sa musel stať,  
dnes aj keď padám, tak to nevzdávam,  
jak ty vstávam.

**4** Keď Mária ťa stretáva,  
je utrápená, strhaná,  
keď vidí, jak jej synček milovaný  
je doráňaný.

Keď mama pre mňa nespáva,  
a ja jej vrásky pridávam,  
pomôž, nech vtedy spomeniem si,  
jak trpel si.

**5** Vojak núti Šimona,  
že ti s krížom pomôcť má.  
A možno sa mu, tvoj kríž ťažko nesie,  
no pomôcť chce.

Prechádzaš s krížom v objatí.  
Dúfaš, že sa nestratím  
a budem s tebou ako Šimon niesť  
tvoju bolesť.

**6** Davom sa žena prediera  
a tvár ti šatkou utiera.  
Ten krásny obraz tváre plnej lásky  
jej nechal si.

Prechádzaš s krížom krvavým.  
Dúfaš, že sa zastavím  
a utriem ti krv bielou šatkou – čo mám.  
Si plný rán.

**7** Padáš pod krížom, druhýkrát,  
no hľadáš silu znovu vstať,  
hoci hriech môj ťa zráža dolu k zemi,  
v utrpení.

Odpusť mi, ten môj ďalší pád,  
odpusť mi, že mám málo rád,  
a pomôž, Pane, nech hriech zo mňa spadne,  
keď som na dne.

**8** Neplačte pre mňa, hovoríš,  
pre synov plačte, pre svojich.  
Plačúce ženy s láskou napomínaš,  
keď ich míňaš.



Keď budem smutných stretávať,  
chcem odvahu im dodávať  
a aspoň malým slovom ich potešiť,  
bolesť zmenšiť.

**9** Padáš pod krížom, tretíkrát  
a dúfaš, že to skončí snád'.  
Kde silu kráčať, Pane, ďalej vzal si?  
Z veľkej lásky.

Nauč ma, Pane, pokore,  
aby som vládal vstať hore.  
Križ nosiť iba s tebou ďalej zvládnem,  
keď zas padnem.

**10** Vojak ti šaty strháva,  
zaschnuté rany otvára.  
Pred ľuďom stojíš sám a ponížený,  
v utrpení.

Pre moje skutky nečisté,  
len pre mňa trpel si, Kriste.  
Pred tebou stojím celkom zahanbený,  
cti zbavený.

**11** Klincami ťa pribili,  
už si celkom bez sily.  
Na kríži vidím tvoje nohy, ruky,  
sväté muky.

Nauč ma, Pane, odpúšťať,  
keď ublíži mi sestra, brat,  
nech zaslúžim si za previnenie  
i ja odpustenie.

Foto: Peter Lazor

**12** Na kríži v mukách umieraš.  
Dokonané! Na perách.  
A matku svoju vidíš v slzách tam stáť.  
Poslednýkrát.

Daj silu niesť križ do konca,  
nech stretnem ťa raz u Otca.  
Do jeho rúk svojho ducha dávam,  
už neváham.

**13** Konečne ťa už nemučia,  
už smie ťa vziať do náručia  
a poslednýkrát objasť a pohladkať,  
tvoja matka.

Pomôž, Pane, mi uniesť  
ťažké skúšky aj bolesť.  
A prosím ťa tiež, Pane, daj mi silu  
Máriinu.

**14** Do hrobu telo vkladajú  
a potechy nemajú.  
Nik netuší, čo za tri dni sa stane.  
Z mŕtvych vstaneš.

Kiežby som tak raz aj ja,  
prišiel k tebe do raja  
a zaslúžil si z hriechov vykúpenie  
a spasenie.

Prechádzaš s krížom krvavým,  
pri mne si sa zastavil.  
A tvoje telo, celé trňové,  
buduje všetko nové...

(V piesni sú použité slová, ktorých autorkou je Simona Martausová a jej pôvodná pieseň je prepracovaná pre účely celej krížovej cesty.  
Spieva sa na nápev originálneho zdroja. • Zdroj: Simona Martausová – Krížová cesta)



# JAPONSKÉ KREŠŤANSTVO

Pod misionárskou činnosťou si mnoho ľudí predstaví misie v Afrike. No bolo by na škodu veci, ak by sme sa zamerali len na túto oblasť.

Krešťanstvo sa totiž v minulých storočiach šíriло rôznymi smermi a spôsobmi a prekonávalo neuveriteľné vzdialenosti (aj napriek menej vyspelej doprave). Misionárom sa v polovici 16. storočia podarilo doplaviť aj do vtedy ešte nepreskúmaného a dá sa povedať aj „záhadného“ Japonska.

## PRVÝ KONTAKT S KREŠŤANSTVOM

Prvá návšteva Japonska Európanmi sa dá považovať za istú náhodu. Došlo k tomu v roku 1543, keď portugalská obchodná loď stroskotala na ostrove Tanegašima. Správy o Japonsku sa do Európy rýchlo rozšírili a prví misionári začali prichádzať do Japonska už v roku 1549, medzi nimi aj jezuita sv. František Xaverský. Práve vtedy sa začína obdobie s názvom Krešťanské storočie, ktoré sa dá skúmať z veľkého množstva pohľadov, či už ide o náboženskú, historickú alebo kultúrnu sféru.

## JAPONSKÉ NÁBOŽENSKÉ TRADÍCIE

Dôležité je trochu nahliadnuť do náboženských tradícií Japonska. Šintoizmus je náboženstvo, ktoré vzniklo na území Japonska a zaradzuje sa medzi animistické náboženstvá. Nemá konkrétneho zakladateľa, nekladie presné morálne normy a pravidlá, nemá oficiálnu knihu (ako je v krešťanstve Biblia či v isla-

me Korán). Najdôležitejším prvkom tohto náboženstva sú Kami – božstvá.

Neodmysliteľnou časťou Japonska je aj budhizmus, ktorý prešiel dlhodobým vývojom, formoval kultúru aj myslenie Japoncov. Väčšinou je označovaný ako neteistické náboženstvo. Štruktúra tohto náboženstva sa výrazne líši od krešťanstva, a preto aj európska a japonská predstava o Bohu bola v mnohých smeroch výrazne rozdielna a dochádzalo tak ku kultúrnym a myšlienkovým stretom.

Napriek tomu sa ale v priebehu nasledujúcich desaťročí krešťanstvo šíriло veľmi rýchlo, odhaduje sa, že za toto obdobie konvertovalo na krešťanskú vieru približne 300 000 obyvateľov. Obyvatelia sa nechávali



pokrstiť, stavali sa krešťanské kostoly, zakladali sa noviciáty, kňazské semináre a nemocnice.

## PRENASLEDOVANIE KREŠŤANOV

Rastúce ideály avšak prerušil náhly zvrät o niekoľko desaťročí neskôr, keď sa na krešťanstvo začalo pozeráť ako na isté nebezpečenstvo zo západu. Koniec koncov, krešťanskí misionári boli v spojení s vyššou (pre Japoncov neznámou) autoritou v Ríme. Po takmer dvestoročnej občianskej vojne, kedy sa Japonsko nachádzalo v najväčšom bode decentralizácie, predstavoval nový kultúrny vplyv nebezpečenstvo pre ťažko vybojovanú stabilitu.

V roku 1587 vychádza prvý edikt, ktorý má vyhnúť misionárov preč z krajiny a následne v roku 1597 je v Nagasaki ukrižovaných 27 veriacich. Situácia sa postupne zhoršuje, a v roku 1614 je vyhlásený ďalší edikt, v ktorom je kresťanstvo považované za podvrtnú náuku a za jeho šírenie môže človek zaplatiť najvyššou cenou – životom.

Kresťanské kostoly sa búrajú, japonskí kresťania sú prenasledovaní, vznikajú skupiny tajných kresťanov, tzv. kakure kirisitan, sú väznení a mučení, mnohí kňazi sú prinútení k apostáze, majú zákaz vrátiť sa domov a sú dokonca prinútení konvertovať na budhizmus.

## AKT STÚPANIA NA FUMI-E

Pri skúmaní kresťanstva v Japonsku človeka zaujme ojedinelá a zvláštna vec. Sú to kovové doštičky malej veľkosti znázorňujúce kresťanské náboženské motívy (ukrižovaný Ježiš Kristus, Panna Mária, atď.), pričom vidieť, že ošúchaný povrch stratil pôvodnú ostrosť a viditeľnosť. Tieto doštičky sa nazývajú fumi-e, a napriek tomu, že na prvý pohľad vyzerajú priam nevinné, skrývajú v sebe o čosi hlbšiu a tragickú históriu.

V čase krutého prenasledovania sa ako úspešná metóda na odhaľovanie kresťanov ukázal tzv. akt stúpania na fumi-e. Človek, ktorý o sebe tvrdil, že nebol kresťanom, mal svoju

oddanosť domácemu náboženstvu prejavíť pošliapaním svätého obrázka. Mnohokrát bol zadržaný prinútený pri tom zakliať na Ježiša alebo na Pannu Máriu. V prípade neposlúchnutia príkazu dochádzalo ku krutým trestom. A čo je horšie ako vlastné utrpenie? Sledovať utrpenie najbližších a nevinných. Aj také boli následky odmietnutia stúpiť na fumi-e. Ku krutým trestom za prejavenie kresťanskej viery bolo aj vyvraždenie celej rodiny veriaceho.



K otázke prenasledovaných kresťanov, ktorí sa nevzdali svojej viery, sa vyjadril aj pápež František. „Napriek malému počtu a každodennému prenasledovaniu, títo veriaci boli schopní zachovať si svoju vieru,“ pričom dodal, že títo kresťania boli vzorom odolnosti voči stálemu útlaku. Komunity tajných kresťanov (kakure kirisitan) prežili počas nasledujúcich dvoch storočí, hoci nemali vlastných kňazov a ani kostoly. K viere sa mohli opäť priznať

až v polovici 19. storočia so začiatkom novej éry Meidži.

## ZÁVER

Téma kresťanstva v období Edo (1600 – 1868) ostáva dodnes neprebádanou oblasťou dejín Japonska. Medzi obohacujúce informačné a kultúrne zdroje patrí aj kniha japonského kresťanského autora Mlčanie (autor Endó Šúsaku), pričom sa toto dielo zaradzuje medzi jeho vrcholnú tvorbu. Zachytáva život mladých misionárov v Japonsku v čase najväčšieho prenasledovania. Inšpiráciu autor načerpal práve pri pohľade na fumi-e. Snáď najlepšie bude, keď na záver uvedieme krátku ukážku z tohto diela.

(Mladý misionár je prinútený stúpiť na fumi-e, aby zabránil utrpeniu iných.)

*„Kňez zvedl nohu. Cítil v ní ostrou, silnou bolesť. To nebola pouhá formalita. Šlape ťeď na to, čo považoval ve svém životě za nejkrásnějši, na to, co svou vírou viděl jako nejčistší, co bylo nedokonalejšim naplněním ideálů a snů lidstva. Jak ta noha bolí. V tom okamžiku muž z bronzové plakety ke kňezí promluvil – Jen šlápní, šlápní! Já nejlépe znám bolest, kterou ve své noze cítíš. Smíš šlápnout. Přišel jsem na svět, abyste po mně šlapali, vzal jsem na sebe kříž, abych se s vámi podělil o vaše bolesti. –*

Kňez položil nohu na svätý obraz. Rozednivalo se. V dälce zakokrhäl kohout.“

Spracovala:  
Annamária Salanciová

Kresťania v Japonsku (obdobie Edo 1600 – 1868);

ZDROJE: • Boháčková L., Winkelhöferová V.: *Vějíř a meč (Kapitoly z dějin japonské kultury)*. Praha: Panorama, 1987. ISBN 601-22-857

• Labus, D.: *Japonsko (Stručná historie států)*. Praha: Libri, 2009. ISBN 978-80-7277-426-5 • Byron, B. H.: *Religions of Japan (Many Traditions Within One Sacred Way)*. Preložil Heřman. Praha: Prostor, 1999. 192 s. ISBN 80-7260-000-1. • Ukážka z knihy v článku Šúsaku, E.: *Mlčenie (jap. Čimmokuj)*. Preložila Libuše Boháčková. Praha: Vyšehrad, 1987. 200 s. ISBN 33-757-87

# KAMARÁTI,

možno vy, možno vaši priatelia, máte zaujímavý koníček akým je zberateľstvo. Teda zbierate niečo zaujímavé – mince (zbieranie mincí nazývame numizmatika), obrúsky, plechovky, minerály alebo rôzne kamene, podpisy, bankovky, pohľadnice, motýle, kartičky hokejistov, športovcov alebo iné. V každom prípade, ak to zberatelia myslia vážne, svoju zbierku majú pekne roztriedenú do kategórií, uloženú či rozloženú, aby si ju mohli obdivovatelia poprezerať.

Zaujímavé sú tiež netradičné zbierky, napríklad zbierka klávesových hudobných nástrojov v Letohrádku Dardanely v Markušovciach, zbierka gitár v Jaklovciach, zbierka ľudového textilu a modrotlač v Historickej radnici v Levoči a rôzne iné.

Veľmi bohatú históriu má zberateľstvo poštových známok, teda filatelistika. Poštové známky majú hodnotu aj po použití. Niektoré veľmi veľké. Vedeli ste, že každá použitá známka, ktorú by

sme inak vyhodili, môže zachrániť niekoho od smrti hladom?

Už niekoľko rokov prebieha na Slovensku zbieranie použitých poštových známok a pohľadníc pre pomoc misiám. Ako môžeme pomôcť? Podstata je v tom, že misionári predávajú zozbierané známky zberateľom, filatelistom, tak získajú prostriedky pre chorých, opustené deti, nákup stravy pre hladujúcich, nákup kníh a školských pomôcok.

Tu práve môžete pomôcť i vy. Pozbierajte doma, u starých rodičov, známych staré obálky alebo pohľadnice s opečiatkovanými poštovými známkami. Tie vystrihnite nepoškodené s 0,5 až 1 cm papierovým okrajom. Ak budete mať takto pripravené známky, môžete ich poslať na adresu našej redakcie alebo priamo na adresu: Misijný sekretariát – Pallotini, Sološnická 20, 841 04 Bratislava. Všetci, ktorým pomôžete, vám budú vďační, pritom sa nemusíte zriekať žiadnych vlastných vecí, stačí venovať trochu času zbieraniu poštových známok.

**Adriana Lazorová**

Zdroj vybraných informácií: [zhttps://znamky-pre-misie-zber.webnode.sk](https://znamky-pre-misie-zber.webnode.sk)

## DETSKÝ RUŽENEC



Foto: Peter Lazor



# DOBRÁ NOVINA MARKUŠOVCE

V dňoch 29. a 30. 12 2018 sa v Markušovciach konal 24. ročník Dobrej noviny. Počas dvoch dní sme navštívili 47 rodín. 29. decembra sme boli na nižšom konci, kde nás privítalo 17 rodín, a 30. decembra sme boli na vyššom konci, kde nám otvorili dvere v 30 rodinách. Do koledovania sa zapojilo 10 detí, ktoré sprevádzali 3 animátorky. Za dva dni sme vyzbierali 606 eur. V pokladničke v kostole ľudia prispeli ešte čiastkou 70,71 €. Všetky vyzbierané peniaze budú použité na rôzne projekty pomoci Afrike. Ide najmä o projekt v Ugande – v mestečku Nkonjer, kde sa nachádza Dom prozreteľnosti, ktorý vedú sestry z kongregácie Malých sestier sv. Františka z Assisi. Snahou sestier je zlepšovať život detí s postihnutím v miestnej komunite a prispieť k transformácii inštitucionálnej starostlivosti na domácu starostlivosť. Peniaze vyzbierané v 24. ročníku Dobrej noviny budú použité

aj na rôzne projekty v Etiópií, Južnom Sudáne, Kamerune, Keni, Rwande a Ugande. Všetky podrobnosti ohľadom použitia finančných prostriedkov sú dostupné na stránke [www.dobranovina.sk](http://www.dobranovina.sk).

*Všetkým, ktorí sa akýmkoľvek spôsobom zapojili do koledovania Dobrej noviny, úprimne ďakujeme.*



Fotky: archív eRko

## TEPLIČKA

Dňa 24. decembra 2018 sa uskutočnil 24. ročník Dobrej noviny v Tepličke a pod Tepličke. Do koledovania sa zapojilo 49 detí, ktoré boli rozdelené do piatich skupín. **ĎAKUJEME** všetkým ľuďom dobrej vôle, ktorí nám otvorili svoje príbytky a s láskou nás podporili. Vďaka vám sa nám podarilo vyzbierať sumu 1 477,07 €, ktorá poputovala na pomoc deťom afrických krajín.

# CHARLES DUHIGG SILA ZVYKU

Železná košľa, dobrý sluha, zlý pán, jednoducho – zvyk. Ťažko by ste hľadali pádne argumenty, ak by ste sa snažili dokázať, že zvyky nás nijako neovplyvňujú. Urobme si spoločne krátky test. Akú zmrzlinu si kupujete? Vždy citrónovú, lebo je osviežujúca? Vanilkovú striedate čokoládovou, lebo je to overená klasika? Alebo si zakaždým dáte inú príchut', pretože nechcete byť predvídateľní (hoci napokon ide opäť iba o zvyk neustále skúšať nové chute)? V tomto prípade ide o neškodnú preferenciu, ale Charles Duhigg nás vo svojej knihe chce presvedčiť, že zvyky ovplyvňujú omnoho dôležitejšie oblasti nášho života.



Obezita, hazardné hráčstvo, alkoholizmus, tovar, po ktorom siahneme v obchode, aj keď ho nepotrebujeme, pesničky, ktoré sa nám páčia, hoci netušíme prečo... to všetko je podľa autora výsledok jednoduchej zvykovej slučky. Tá je v knihe mnohokrát zrozumiteľne vysvetlená a ilustrovaná grafmi a obrázkami, takže o jej existencii nikto z čitateľov nebude pochybovať. Hoci sú tu spomínané výskumy a sem-tam i odborný termín, rýchlo pochopíme, že zvyky menia štruktúru mozgu, aby sme mnohé veci mohli vykonávať automaticky, čím nám viac energie ostane na dôležitejšie rozhodnutia v nových a náročných situáciách.

„Vedci tvrdia, že zvyky vznikajú, lebo mozog sa nepretržite usiluje vyhnúť plytvaniu energie. Má na to vlastné nástroje, a tak každú pravidelnú činnosť

bude chcieť premeniť na návyk, aby si myseľ mohla častejšie odpočinúť.“

Duhigg píše pútavé príbehy o úspechoch združenia anonymných alkoholikov, o práci marketingového riaditeľa, ktorý chce predať zubnú pastu, či o trénerovi, ktorého tím sa dostane z posledného miesta na prvé. Pozitívnym posolstvom je i to, že ak zmeníme čo i len jednu oblasť svojho života (napríklad sa začneme zdravo stravovať), začne sa nám lepšie dariť vo všetkých ostatných.

„Ale zvyky sa nerozvíjajú vedomie. Výskumy dokázali, že ľudia sa väčšinou neplánujú pravidelne stravovať v rýchlom občerstvení. Ale stáva sa, že čo sme predtým robili raz za mesiac, zrazu robíme každý týždeň alebo aj dvakrát týždenne, lebo z podnetov a odmiern sa postupne stane zvyk.“

Príklady striedajú iné príklady. Od zvykov jednotlivcov sa dostávame cez zvyky úspešných organizácií až k zvykom spoločenských. A potom, keď ste si už obhrýzli všetky nechty a od zvedavosti sa vám zväčšili oči, prichádza na scénu doslov, kde Duhigg konštatuje, že ak ste v knihe hľadali konkrétny návod, ako sa zmeniť, pravdepodobne ste ho tam nenašli. Preto na niekoľkých stranách kumu-

luje všetky poznatky a vŕhaje vás do zvykovej slučky o čosi konkrétnejšie. Vo všeobecnosti sa však spolieha na schopnosť čitateľa hľadať informácie medzi riadkami.

„Vďaka predchádzajúcej osnove som zistil, že pre mňa je podnetom konkrétny čas – zhruba pol štvrtej. Vedel som, že správanie sa skladá z návštevy bufetu, kúpy zákuska a krátko rozhovoru s kolegami. A viacerými pokusmi som si overil, že netuším po samom zákusku, ale skôr po chvíľkovom rozptýlení a spoločnosti druhých.“

Táto kniha má potenciál zaujať dva typy ľudí. Prvá skupina bude hľadať riešenia, spôsoby, ako sa zmeniť, ako dať zbohom všetkým tým zvykom, ktoré nás zvierajú. Ak k nej patríte i vy, nalistujte si koniec knihy a prehltnite pilulku so zrozumiteľným návodom. Je tu však aj druhá skupina ľudí – tí, ktorých zaujímajú záhady ľudského mozgu, radi premýšľajú o tom, ako funguje a radi počúvajú príbehy iných ľudí. Na svojom živote v zásade nič meniť nechcú, ide im iba o bádanie a tvorbu vlastných teórií. A ak ste aj vy jedným z nich, Sila zvyku je pre vás ako stvorená!

Zuzana Klučárová

## ZMENY V KOSTOLE

V kostole Narodenia Panny Márie na Tepličke sa 5. februára 2019 z dôvodu reštaurovania hlavného oltára dočasne umiestnil na hlavný oltár obraz, ktorý zobrazuje modliaceho sa Ježiša v Gentsemanskej záhrade. Na bočný oltár bol umiestnený obraz sv. Juraja, ktorý bol kedysi patrónom kostola na Tepličke.

*Text a foto: Jozef Sendrej*



## VIANOČNÉ POŽEHNANIE DOMOV A RODÍN

Počas Vianočného obdobia sa uskutočnilo požehnanie domov a rodín našej farnosti. Na sv. Štefana v Lieskovanych; 29. a 30. decembra a 1. januára v Markušovciach; 5. januára v Tepličke a Pod Tepličke.

Duchovní otcovia farnosti všetkým ďakujú za milé prijatie a vo svojich modlitbách všetkým farníkom aj naďalej vyprosujú Božie požehnanie a pomoc.

## NOVÉ HOSPODÁRSKE RADY

Dňa 27. januára sa uskutočnili voľby do hospodárskych rád v našej farnosti. V Markušovciach sa do volieb zapojilo 209 voličov. Boli zvolení: Peter Lazor, Alžbeta Franková, František Kalafut a Jozef Súkeník. Menovaní boli: Mária Grečková ul. Nepomuckého, Ján Zimmerling a Ing. Tomáš Farkašovský. Nová hospodárska rada zložila sľub v stredu 6. februára pri svätej omši.

V Tepličke sa do volieb zapojilo 238 voličov. Boli zvolení: Vladimír Gbúr,

Mária Koňaková, Jozef Sendrej, Dušan Pavlík. Menovaní boli: Ing. Dušan Hajsaj, Ladislav Zekucia a Ing. Ján Dutko. Nová hospodárska rada zložila sľub v piatok 8. februára pri svätej omši.

V Lieskovanych sa do volieb sa zapojilo 78 voličov. Boli zvolení: Mária Kozáková, Ján Živčák a Štefan Kapusta. Menovaní boli: Marcela Kapustová a František Mrovčák.

Nová hospodárska rada zložila sľub vo štvrtok 7. 2. pri svätej omši.

-red-

## VYDÁVA

Rímskokatolícka Cirkev, farnosť Markušovce

**Zodpovedná redaktorka:**

Mgr. Monika Hodnická

**Redaktori:**

Mgr. Adriana Lazorová  
Peter Lazor

Mária Koňaková

Jozef Sendrej

Mgr. Barbora Klučárová

Mgr. Zuzana Klučárová

Ing. Renáta Regecová

**Sadzba**

**a grafická úprava:**

Dana Košková

**Technické**

**spracovanie:**

Tlačiareň Kežmarok

**Jazyková úprava:**

Mgr. Barbora Klučárová

**Odborný konzultant:**

Mgr. Ondrej Švančara

**Imprimatur:**

prof. ThDr. František

Tondra, spišský

diecézny biskup

BÚ 16. 2. 1999,

č. prot. 113/99.

Registrované OÚ,

odbor školstva a kultúry

v Spišskej Novej Vsi,

reg. č. 2/99.

Náklad 1000 kusov.

**Adresa redakcie:**

Rímskokatolícka Cirkev,

farnosť Markušovce,

Michalská 52,

053 21 Markušovce

**Kontakty:**

[www.farnostmarkusovce.sk](http://www.farnostmarkusovce.sk)

[www.facebook.com/Pokojadobromarkusovce](https://www.facebook.com/Pokojadobromarkusovce)

**Redakcia si vyhradzuje**

**právo upravovať**

**príspevky.**

**Nevyžiadané rukopisy**

**nevraciamе.**

**NEPREDAJNÉ.**

*Časopis vyšiel*

*aj s podporou*

*Obce Markušovce.*

DÁTUMY 1. SVÄTÉHO PRIJÍMANIA  
V NAŠEJ FARNOSTI V ROKU 2019:

Lieskovany – 19. mája • Teplička – 26. mája • Markušovce – 2. júna





"LÁSKU BEZ KRÍŽA  
NENÁJDEŠ  
A KRÍŽ BEZ LÁSKY  
NEUNESIEŠ"

JÁN PAVOL II.