



Založené 1999

Pokoj a dobro

Katolícky časopis farnosti Markušovce
Ročník 10 Číslo 3 Október 2008



Foto: Peter Lazor

Nalomený starobný pilier

Ak píšem o jeseni života človeka, mal by som pripomenúť základnú zásadu: voči človeku žijúcemu jeseň svojho života sa treba správať úctivo. Táto zásada platí pre všetkých, nielen pre veriacich, lebo už starí Rimanía mali osvojenú zásadu, že „čokoľvek chceš, aby iní robili tebe, rob aj ty im“. Ak teda chceme, aby aj nás mali v čase jesene nášho života v úcte, treba, aby sme mali my v úcte našich starkých. Lenže život je aj o tom, že zásady a múdrosti predkov sa často nedodržiavajú. Žiaľ. Ale i na našu škodu. Možno by som mal byť adresnejší: na škodu tých najzraniteľnejších, medzi ktorých nepochybne patria aj starí a chorí ľudia. Preto si dovolím pouká-

zať na niekolko vecí, ktoré považujem za nezmyselné až dehonestujúce človeka a ktoré priamo alebo nepriamo súvisia so starobou.

Za prvy nezmysel považujem „platenie“ pôrodov. Viem, že Slovensko sa ocitlo na chvoste krajín Európy s najnižšou pôrodnosťou. A riešenie? Začína sa s platením za prvý, druhý a aj tretí pôrod. Považujem to za otriasné riešenie. Príchod detí na svet je predsa prirodzená záležitosť, dieťa prichádza z lásky svojich rodičov a rodičia milujú svoje deti bez nároku na akúkoľvek odmenu. Nezávidím nikomu peniaze, ktoré dostane, ale nemôžem sa ubrániť pocitu, že štát si „kupuje“ množstvo detí, robí z pôrodov „obchodnú zále-

žitosť“, biznis. Považujem za otriasnú už len myšlienku, že rodičov má „iniciovat“ k plodeniu detí už nielen láska, ale aj peniaze. A toto je riešenie, aby Slovensko malo deti, ktoré budú zarabávať peniaze, štát ich prerozdelí medzi starých a chorých ľudí, aby mali dôchodky. V konečnom dôsledku štát vkladá peniaze do dvoch smerov: do dôchodkov i do pôrodov, ale toto je dlhodobo neudržateľné. A čo budú robiť generácie, pre ktoré nebude peňazí nielen na pôrody, ale ani na dôchodky starobné i invalidné? Nechajme však budúcnosť budúcnosťou. Nezmyselnosť tejto veci vidím v tom, že jediné riešenie sa „vidí“ v peniazoch.

(pokračovanie na strane 3)



Sv. Michal archanjel
Ján Duda
čítaj str. 3



Staroba z pohľadu psychiatra
MUDr. Hamrák
čítaj str. 5



Starnutie a staroba
Anketa
čítaj str. 8-11



Venovať takmer celé číslo časopisu téme staroba môže byť dosť riskantné. Pravdepodobne odradí čitatelov strednej generácie a o mladých ani nehovoriac. Dnes „letí“ mladosť, krása, výkonnosť. Nie staroba, vrásky, choroby... Predsa sme sa však do toho pustili.

Paradoxne sa staroba týka do veľkej miery mladých. Oni musia vynaložiť veľké úsilie na to, aby sa naučili s ňou žiť vo svojom (nielen rodinnom) prostredí. Učiť sa znamená prestať sa jej báť a naučiť sa prijímať ju. Kto to cíím skôr pochopí, v mnohom mu to pomôže. A hoci je dnes uprednostňovaná aktivity, úspech, energia mladých, druhou časťou tých pomyselných „plúc“, ktorými dýcha tento svet, sú prežité skúsenosti, získaná životná múdrost, zdroj pokoja a spokojnosti starých ľudí.

Kto skúsil venovať čas starým ľuďom, pozoroval ich a načúval im, pochopil, že je to naozaj škola života. Spolužitie mladých a starých nie je však vždy romantický rozprávkový príbeh. Častokrát ide o fažký vnútorný zápas obidvoch strán. Lenže aj takýto zápas môže byť v konečnom dôsledku obohacujúci pre obidve strany, ak sa prežíva v duchu evanjeličských práv.

Milí mladí čitatelia, prajeme si, aby boli tieto stránky malým prínosom k formovaniu láskavého postoja k tým, ktorí majú už väčšiu časť života za sebou. Od nich sa môžeme mnohemu dobrému naučiť. Vážia si život, dokážu byť vďační, ak im venujete svoj čas. Zároveň nám nastavujú zrkadlo života. Kto chce, tak uvidí v ňom mini-návod pre svoj život – ako a kam kráčať a naopak - čomu sa zároveň vyhýbať. Nie nadarmo sa predsa hovorí: čo vidíš na iných, čakaj na sebe.

Milí starší čitatelia, ak vás majú mladí chápať a vážiť si vás, musia mať na to dôvod. Je potrebné úsilie aj z vašej strany do takej miery, do akej sa to fyzicky a psychicky dá. Úcta od mladých nepríde automaticky a zvlášť ju nedostatnú tí, ktorí ustavične len hundrú, hromžia na mládež a nezaujímajú sa o ich svet, v ktorom sa mnohí mladí cítia možno opustenejší ako starší. Mladí tiež potrebujú pocítiť pochopenie.

Aj odborníci odporúčajú – pokial sa to zdravotne dá - aktívne starnúť. Zapájať sa do spoločenstiev (komunit), zaujímať sa o nové technológie, nezakukliť sa do svojho mikrosvetu. Svojím aktívnym prístupom k životu môžete byť veľkým prínosom.

Vyprosujme si všetci Božie požehnanie pre spoločné hľadanie cesty vzájomnej ústretovosti.

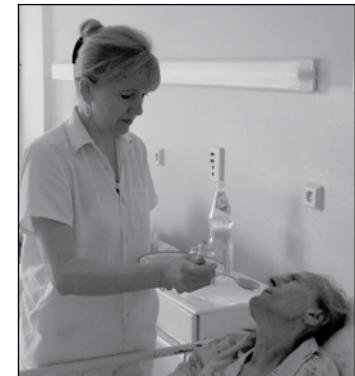
Monika Hodnická, šéfredaktorka ■

zdravotnícke okienko

Zdravotné a iné úskalia staroby

Staroba je obdobie života, keď ubúdajú telesné i duševné sily, keď človek bilancuje svoj život a podvedome sa pripravuje na smrť. Po zdravotnej stránke i podľa štatistických údajov sú starí ľudia najvýznamnejšími konzumentmi zdravotníckych služieb. Na ich zdravotnom stave sa odzrkadluje spôsob ich doterajšieho života, využívanie preventívnych zdravotníckych programov a v neposlednom rade aj ich psychická odolnosť. Ak starý človek nenachádza rodinnú atmosféru pri domácom krbe, nezdiela spoločenstvo v rodine, hľadá ho v čakárni i priamo v ambulancii u lekára. Ochorení, s ktorými sa v starobe potýka, je neúrekom. Mnohé z nich – hlavne kardiovaskulárne – možeme ovplyvniť aj zdravým životným štýlom v mladšom veku – stravou, dostatkom pohybu, vyrovnaním stresových vlyvov dostačným odpocinkom. Následkom nezdravého životného štýlu môže byť aj „starecká“ cukrovka. Nedostatok pohybu často vedie k obezite a s ňou súvisiacim ďalším zdravotným hendikepom – stukovateniu pečene, vysokému krvnému tlaku, kornateniu ciev, infarktom. Nie nadarmo platí: „Čo sa v mladosti naučíš, v starobe akoby si našiel.“

Psychická pohoda je pre starého človeka doležitá. Starým ľuďom by sme mali dať pocítiť, že sú pre nás ešte užitoční. Nesmú pocítiť zbytočnosť a príťaž. Ideálom rodinného súžitia sú trojgeneračné rodiny. Tie sú však už v súčasnosti ojedinelé. Malé deti a mladí ľudia v takýchto



rodinách zakúšajú každodenne problémy starých a učia sa navzájom si pomáhať. Vysoké životné tempo v mestách spôsobuje, že starí ľudia sa stávajú pre nás neraz príťažou. Nezanedbateľná bola v minulosti aj skúsenosť so zomieraním a smrťou. V minulosti patrilo zomieranie a smrť k domácim rodinným rituálom, s ktorým sa „učili“ vyrovnávať všetky generácie v rodine. Dnes je zomieranie tabu. Zomierajúceho starca príbuzní najradšej uložia do nemocničnej posteľ. Vlastným strachom zo stretnutia so smrťou sa často oberajú o posledné intímne chvíle v rodine. Stretnutie so zomieraním nie je jednoduché – je však spirituálnym zážitkom. Aj don Bosco učil svojich mladých zverencov v oratóriach „umieniu zomierania“ v tzv. cvičeniach dobrej smrti.

Mnohí z nás máme obdobie staroby ešte len pred sebou. Ak sa nám podarí dožiť sa staroby, mali by sme ju predovšetkým priať, prežiť ju dôstojne a s úctou, tak, aby životné skúsenosti našli aj svojich poslucháčov...

Jana Virčíková,
detská lekárka ■

Sv. Michal archanjel

V Starom zákone anjel sprevádza mladého Rafaela do cudzej krajinu ako jeho ochranca, anjeli pomáhajú nábožným mladíkom združeným okolo proroka Daniela, anjel zvestuje narodenie sv. Jána Krstiteľa jeho otcovi Zachariášovi i narodenie Pána Ježiša jeho matke Panne Márii. Anjel vyviedol sv. Petra z väzenia...

Najdramatickejšie však ukazuje príbeh „nebeského boja“ anjelov v Knihe Zjavenia. „Nebudem slúžiť“ Bohu nezaznalo len z úst ľudí, ale aj anjelov. Teda ľudská dráma sa ukázala nielen v prípade ľudí, ktorí sa opisuje ako príbeh z raja a odvtedy sa denne mnohokrát opakuje, ale ukázala sa ako tragédia v prípade niektorých anjelov. Kedže anjeli požívali „videnie“ Boha, ich potrestanie je nezvratné a znamená peklo, lebo kde niet Boha, tam ostáva iba peklo. V biblickom príbehu anjelskej vzbury vystupuje vodca nebeského zboru verných anjelov sv. Michal archanjel. Preto sa považuje za veľmi účinného patróna a ochrancu proti úkladom Zla, ku ktorému sa veriaci s veľkou dôverou utiekajú vo svojich modlitbách.

Duchovnosť človeka je často vydarená nielen v modlitbách, ale aj v umení. Napríklad v sochárskom i maliarskom umení umelci sv. Michala znázorňujú ako muža s krídlami

(krídla sú symbolom, že ide o duchovnú bytosť, o anjela) s ohnivým mečom v ruke. Takto je napríklad znázornený v podobe sochy pri Michalskej bráne v Bratislave, kde ohnivý meč je veľmi výrazný. Sv. Michal je takto akoby vykonávateľ božej spravodlivosti. Na hlavnom oltári markušovského kostola je sv. Michal znázornený podobne, avšak pod nohami má Satana, ktorého premohol. Aj tu je teda sv. Michal vykonávateľ božej spravodlivosti.

V posledných desaťročiach sa nám božia spravodlivosť predstavuje v tých najkrajších podobách: Boh je láska, s Bohom súvisí odpustenie. Príkladom tohto odpustenia je Ježiš na kríži. Zdôrazňuje nám, že Boh nedovolí, aby bol človek zatratený naveky, lebo je to proti božej láske k človeku, veď Boh tak miloval svet, že poslal svojho jednorodeného Syna, aby nezahynul nik... Dotýkame sa problému lásky i spravodlivosti, božej lásky a božej spravodlivosti. Boh je láska, ale rovako Boh je aj spravodlivosť! Preto láska a spravodlivosť sa v Bohu vzájomne nevylučujú. Boh človeka miluje, ale svoju lásku nikomu nasilu nevnucuje. Lenže kde niet božej lásky, ostáva iba peklo. Ak sv. Michala považujeme za vykonávateľa božej spravodlivosti, ktorý symbolicky zdôrazňuje jeho ohnivý meč, môžeme ho považovať aj za obrancu a ochrancu Božej lásky.



Foto: Peter Lazor

Treba poukázať ešte na jeden rozmer úcty k sv. Michalovi. Kostoly zasvätené sv. Michalovi obvykle stojia na návršiach, kde stáli predtým pohanské kultové pohanské miesta. Možno typickým príkladom je opäť markušovský chrám, ktorý stojí na návrší nad riekom Hornád a jeho veža sa týci k nebeským výšinám. Aj dnes musíme čeliť novým pohanským praktikám, novým božíkom, ktoré ničia dušu človeka: okultné praktiky, satanistické orgie, drogové a iné závislosti a psychosexuálne nenormálnosti a zvrátenosti. Preto sa aj dnes radšej modlievajme k sv. Michalovi archanjelovi, aby nás ochránil pred novodobým pohanstvom a jeho následkami.

-jd-

Nalomený starobný pilier

Nechce sa počítať s láskou, solidaritou, súcitnosťou, obetou človeka. Netrvdím, že starý človek nepotrebuje aj peniaze, ale za ne si nekúpi lásku svojich detí... Starý človek potrebuje možno aj starostlivosť opatrovateľiek, ale ešte viac potrebuje pozornosť a lásku svojich detí.

Za druhý nezmysel považujem „naťahovanie sa“ o dôchodkový systém, zápas medzi druhým a prvým pilierom. Kedysi totiž „dôchodkovým pilierom“ rodičov boli ich vlastné deti: ak ich mali a aj ich dobre vychovali, deti sa o nich postarali. Ak niektorí deti

nemali, postarala sa o nich solidarita obce, cirkvi či štátu. Preto by bolo určite prirodzenejšie, keby boli poskytnuté „úľavy“ napríklad na daniach a odvodoch štátu deťom starajúcim sa o svojich rodičov a keby cirkev i štát „stíhali“ deti, ktoré sa bezdôvodne nestarajú a nedabajú o svojich rodičov. Nechcem totiž povedať niečo tvrdšie, napríklad ako si rodičia svoje deti vychovajú, tak sa o nich potom deti v starobe starajú. Pre mňa však veci stojia zásadne aj na vzťahu človeka k Bohu. Prikázanie „cti otca i matku svoju“ nám dal Boh a kto v Boha verí, ctí si ho a klania sa mu,

(pokračovanie zo strany 1)

ten si ctí aj svojho otca i matku. A táto úcta k vlastným rodičom a starým ľuďom vôbec musí zostať najdôležitejším „pilierom“ podopierajúcim jeseň ich života. Zatiaľ však, ako sa zdá, sme sa nechali nalákať na tie finančné. Lenže v tomto prípade by sa staroby bála aj Babička Boženy Němcovej. Iste, ak nám okrem kampane o eure ešte niečo hovorí Babička a tiež Božena Němcová. Preto moja rada znie: návrat ku kresťanskému dôchodkovému systému! Aj keď to niekomu môže znieť nepopulárne, určite to nie je populistickej výzvy.

Ján Duda ■

Človek a staroba

Návod na kvalitné prežitie jesene ľudského života asi nejestvuje, hoci odborníkov tak ako na všetko iné by sme iste našli. Ale sú takí, ktorí radia, že treba zdravo žiť, zdravo sa stravovať, vyhýbať sa stresom, striedmo pracovať. Niektorí toto si až príliš radikálne zobražovali k srdcu a nepracujú vôbec. Ale dá sa to? Ved' už ani vzduch nie je zdravý, strava je chemicky ošetrovaná a ak by sme chceli žiť bez stresov museli by sme vstúpiť do kartuziánskeho kláštora. A ako striedmo pracovať, keď sa v práci od nás požadujú výkony a vysoká produktivita práce?! Asi nám neostáva nič iné než čakať na starobu a aká bude, taká bude. Ale možno predsa... Žeby sme preto fakt nič nemohli urobiť?

Ako by mala vyzerat' staroba?

„Ako by mala vyzerat' staroba?“, spýtal som sa istého inžiniera stredného veku. „Nuž – pomaly a zamyslene začínať – starobu by mal človek žiť zodpovedne. Mal by sa pripravovať na večnosť v modlitbe, v pokojnom živote, v účasti na svätej omši, ak mu zdravie dovolí chodiť do kostola. Ale skutočnosť je, žiaľ, často iná. Mnohí sa dajú na pijatiku a nežijú dobrým životom. Ďalší majú komplikované vzťahy a dušu im sužujú problémy. Akoby sa zabudlo, že žijú poslednú etapu svojho pozemského života.“

Dozrievanie

Ľudský život je ako dozrievanie. Stačí sa pozrieť na prírodu, kde je jar, leto, jeseň a zima. Detstvo je jarou ľudského života, je plné radosti, šťastia, rodičovskej lásky, uspokojenia z rastu. Dieťa je ako kvet ľudského šťastia, ako zakvitnutá jabĺňa plná prekrásnych kvetín ozdobujúcich tento svet. Z jari detstva však prichádza leto duševnej i telesnej zrelosti i plodnosti. Krásny je pohľad na mladých ľudí plných vnútorného šťastia a telesnej krásy a mužnosti. Je to doba plodnosti, tvorivosti, práce a dotvárania sveta. Ale po lete prichádza jeseň. Sily sa strácajú, zdravie je chatrnejšie, rozum už nie je taký bystrý. Tak ako v čase jari človek rásťol v sile, v čase jesene sa človek vracia do slabosti. V jeseni leto odchádza, aj keby sme si želali, aby ostalo. Aj v starobe takto človek „odchádza“. Viem, že nie každý sa s tým dokáže zmieriť, vyrovnať, ale to nič na veci nemení: človek jednoducho odchádza. Nepomáhajú ani plastické operácie, odsá-



Foto: Peter Lazor

vanie tukov, odstraňovanie vrások..., lebo vek sa nedá zastaviť tak, ako sa nedá zastaviť čas.

A možno kdesi tu sme pri korení problému. Život nie je a nemôže byť len leto. Preto by sa mal človek učiť prijímať v hlbokej pokore pre Bohom všetky obdobia svojho života. Viem, že nie vždy sa to zaobídze bez bolesti, bez slz bezmocnosti. Ale všetko je v Božom pláne „dozrievania človeka“ pre život večný. Lebo ako hovorí Kniha Kazateľ: Je čas narodiť sa i čas umrieť! Jednoducho odísť.

Dnešný svet nám ukazuje slabosť a odkázanosť na iných ako niečo nepriyatelné. Nie je to pravda. Zrely človek je ten, ktorý sa zodpovedne postavil aj k vlastnej slabosti a odkázanosti na službu iných. Ten, ktorý dokáže v pokore pre Pánonm prijať a znášať i tie neprijemné služby, ktoré už sám vykoná nevládze a nedokáže. A ak ich znáša v pokore a modlitbe za slúžiacich, je obdivuhodný príklad ľudskej zrelosti pre nebo.

Jeseň je skúška leta

Ale jeseň je aj skúška leta. Ludia v plnej sile by nemali zabudnúť, kto a čo sa skrýva za človekom „ľudskej jesene“, že je to často pamäť naplnená úžasnou ľudskou skúsenosťou, múdrostou, možno nie naučenou, ale skúsenou nadobudnutou v rozmanitých ľudských osudoch. Mali by pochopíť, že starí ľudia sú bohatou studnicou ľudskej skúsenosti, z ktorej možno čerpať a mali by nechávať čerpať z tejto studnice aj deti.

Čo povedať na záver?

Som presvedčený, že nevymyslím nič nové a úplne sa stotožňujem s názorom spomínaného pána inžiniera v tom, o čom by mala byť staroba človeka: o modlitbe a príprave na život večný. Preto mám vo veľkej úcte starých ľudí, ktorí majú záľubu v modlitbách. Ich modlitby totiž hovoria za všetko, o čom bol a o čom je ich život.

Ján Duda ▀

Staroba z pohľadu psychiatra

Starý človek nie je iba „predmetom“ záujmu, starostlivosti a služby. On sám totiž môže priniesť cenný vklad do evanjelia života. Môže a má využiť bohaté skúsenosti, ktoré dosiahol v priebehu rokov svojho života, aby ich odovzdával ako múdrost a svedectvo o nádeji a láske.

Hovorí sa, že staroba nie je smutná preto, že sa končia všetky radosti, ale preto, že končí nádej. Totálna závislosť starého človeka býva niekedy označovaná ako „druhá závislosť“, alebo „druhé detstvo“. Kým závislosť dieťaťa je chápaná prirodzené, u starého človeka chýba perspektíva, ktorú umocňuje beznádej.

Starnutie a staroba je ale prirodzená, posledná etapa vývoja človeka. Podľa WHO (Svetová zdravotnícka organizácia) sa delí na včasné starobu: 60 – 74 rokov, vlastnú starobu alebo séniu: 75 – 89 rokov a u 90 a viacročných hovoríme už o dlhovekosti. V posledných desaťročiach štatistickej údaje naznačujú, že sa postupne rodí čoraz menej detí a na druhej strane pribúda starých ľudí.

Procesy starnutia mozgu sa stávajú základom rozvoja mnohých vekovo podmienených ochorení, starnutie môže prejsť do choroby, môže utvárať predpoklady na rozvoj chorôb, choroby sa môžu sčítavať. S rastúcim vekom sa zhoršuje schopnosť nášho prispôsobenia, stažená možnosť ovládať vonkajšie prostredie v človeku vyvolá ešte

väčší pocit bezmocnosti, zvýšenú mieru vzťahovačnosti, nepokoja, neurotickej reagovania. V starobe pribúda množstvo iných strát, ktoré mladý človek nepozná, napríklad strata vnímať okolity svet zrakom, sluchom. K najčastejším psychickým poruchám patria depresie a demencie: zlyhávanie pamäti na nové udalosti, strata orientácie, poruchy v správaní. Veľmi častým a závažným spôsobom depresie je smútok vyvolaný napríklad stratou zamestnania, pričom človek nie je schopný nájsť uspokojivé naplnenie zmyslu života v dôchodku a zmysluplnú nahradu za pôvodné zamestnanie a tiež strata blízkeho človeka. Napriek všeobecne dominujúcemu kultu mladosti zdôrazňujúcemu silu, vitalitu, krásu, výkon a úspech, existujú určité celospoločenské tendencie posilňujúce obraz aktívneho starnutia. Odborné vedecké štúdie opakovane prinášajú výsledky vyvracajúce jednostranné negatívne mýty o beznádejnosti a nemennosti života v staršom veku. Pre aktívnu angažovanosť starnúceho človeka v každodennom živote je dôležitá fyzická, ale aj psychická kondícia. Je uznaná schopnosť celkovej psychickej regenerácie a rozvíjania sa bez ohľadu na vek. Dôležitý je prístup k realite, ktorú postupujúci vek prináša. Postoj človeka k realite staroby môže byť flexibilný alebo tvrdojšiný. Flexibilný alebo konštruktívny prístup je charakterizovaný



pružnosťou a ochotou prehodnocovať svoje staré ciele a prispôsobovať ich novým životným podmienkam a nájdenia zmysluplnosti života. Tvrdojšinu alebo deštruktívny egocentrický postoj naopak, predstavuje tendencie v správaní jednotlivca lipnúť na vopred stanovených cieľoch a plánoch navzdory prekážkam a nevýhodám, neschopnosti prispôsobiť sa novým podmienkam. Narastaním bezvládnosti, závislosti, zlyhávaním nielen telesného, ale najmä duševného ostáva starý človek odkázaný na pomoc najbližších príbuzných, čo je v dnešnej štruktúre oddelenej mladej rodiny veľký problém.

Aj napriek tomu sa snažime týmto ľuďom vytvárať rodinné domáce prostredie, pretože umiestnenie v sociálnych zariadeniach predstavuje pre starého človeka, ale aj pre samotných príbuzných doživotnú psychickú traumu a tiež to nesvedčí o našej kresťanskej zrelosti.

František Hamrák,
psychiater ■

Osem blahoslaveneštiev starého človeka

Blahoslavení, ktorí majú pochopenie pre moje potkýnajúce sa nohy a ochrnuté ruky.

Blahoslavení, ktorí majú pochopenie pre moje uši, ktoré sa musia namáhať, aby počuli, čo iní hovoria.

Blahoslavení, ktorí si uvedomujú, že moje oči sú už zahmlené a moje myšlenie pomalé.

Blahoslavní, ktorí sa s priateľským úsmevom zastavia pri mne, aby sa mohli so mnou pozehnárať.

Blahoslavení, ktorí nikdy nepovedia: „Ved si nám o tom dnes už dvakrát hovoril.“

Blahoslavení, ktorí dokážu oživiť vo mne spomienky dávnych dní.

Blahoslavení, ktorí mi dajú pocítiť, že som milovaný, ctený a neponechaný na seba samého.

Blahoslavení, ktorí vo svojej dobreto robia mi ľahkými dni, ktoré mi ešte zostávajú do konca života.

(Z Afriky „Stadt Gottes“ 2/92 s. 34. Prel. P.S.H., SVD)



Všetkých svätých

Sviatok všetkých svätých je vždy fascinujúci nie len preto, že začíname navštevovať naše cintoríny, z ktorých sa stali akoby kvitnúce „záhrady“ jesene žiariace nespočetným počtom sviečok, ale najmä svojím obsahom. Je vyjadrením toho, čím kresťanské spoločenstvo v skutočnosti je. Áno, presne tak. Ide o spoločenstvo, ktoré nepozná ani bariéru smrti. V tomto ma tento sviatok vždy fascinuje.

Kresťanské spoločenstvo je „communio sanctorum“, spoločenstvo svätých v našom Pánovi Ježišovi Kristovi. Je to spoločenstvo svätých požívajúcich nebeskú blaženosť, ktorí už majú za sebou pozemskú púť a Pán ich odmenil „životom vo večnej blaženosťi“ vo svojom kráľovstve. Ich stav je už nezvratný a šťastie je ich budúcnosťou. Vďaka Bohu, máme tam iste aj svojich blízkych a sviatok všetkých svätých nám pripomína, že sa máme spolu s nimi tešíť z ich úspechu, ktorý s božou pomocou a božou milosťou dosiahli.

Lenže kresťanstvo je aj spoločenstvo svätých, ktorí sú ešte v očistci. Ešte nedosiahli taký stupeň svätosti, ktorý by ich oprávňoval k účasti na večnej blaženosťi, ešte sa potrebujú „očistiť“ od rôznych dočasných nedostatkov, lebo do „neba nevstúpi nič nečisté“, ale už ich môžeme nazývať svätými, lebo ich určite čaká nebo. Kristova cirkev nám z pokladu Kristových zásluh a zo zásluh svätých umožňuje modliť sa za nich a pomôcť im v ich úsilí. V tomto prípade sa medzi nami a nimi prejavuje nielen spoločenstvo spolupatričnosti, ale aj solidarity a pomoci. Každá zapálená svieca a každá modlitba je vyjadrením tejto spolupatričnosti a pomoci, ktorej nedokáže zabrániť ani ľudská smrť, ani temnota hrobu.

Napokon sme tu my. Ak sa usilujeme žiť s Kristom a nosíme v sebe božiu lásku a nádej večného života, pokojne sa môžeme nazývať svätými. Týmto menom pozdravoval a nazýval vo svojich listoch obyvateľov Korintu a iných cirkevných spoločenstiev, ktorí uverili, že Ježiš Kristus je Pán. Iste, ešte sme putujúcim spoločenstvom, ale patríme do širokej komunity tých, ktorí chcú patriť Pánovi. Preto s bázňou a chvením duše stojíme v chránoch alebo pri hroboch na našich cintorínoch a uvedomujeme si, aké úžasné rozmery má „spoločenstvo svätých“ a ako hlboko sa dotýka našich duší. A plameň cintorínovej sviečky unáša našu myšel, pripomína nám našich blízkych zosnulých a ponára nás do tajomstiev nebeského kráľovstva, kde ako dúfame, bude naša budúcnosť.

-jd-

Vráťme im tretí groš

Staroba je prirodzená etapa v živote človeka. Staroba neznamená automaticky aj choroby, aj keď s pribúdajúcimi rokmi choroby či ubúdanie sôl často idú ruka v ruke. Dnes však dostupnosť lekárskej starostlivosti, pokroky v medicíne, ale aj zdravotná uvedomenosť a životospráva dokážu udržať starého človeka v dobrom zdravotnom stave, v duševnej pohode a telesnej aktivite až do neskorého veku.



Sú však choroby, ktoré spôsobujú čiastočnú alebo úplnú bezvýládnosť a tým aj odkázanosť na pomoc a opateru. Čažisko ošetrovateľskej starostlivosti o chronicky chorých sa z nemocničných oddelení presunula do domácej starostlivosti. Domáce prostredie je pre nich tým najprirodzenejším prostredím. Starať sa o ľažko chorých a nevľádných v domácom prostredí je psychicky i fyzicky veľmi namáhavé a vyčerpávajúce. Odbornú starostlosť je možné zabezpečiť prostredníctvom ADOS (Agentúry domácej ošetrovateľskej starostlivosti). Kvalifikované zdravotné sestry s predpísanou špecializáciou zabezpečujú odborné zdravotné a ošetrovateľské výkony – ošerenie preležaním a veľkých rán, podávanie infúznej liečby, injekcií, špeciálne rehabilitačné úkony po ľažkých úrazoch alebo po náhlych mozgových príhodách a podobne. A celodenná starostlosť o hygienu, podávanie jed-

la, polohovanie pri bezvládnosti či jednoduché rehabilitačné cvičky zostávajú na pleciach rodiny a tých, čo sa o takého chorého bezprostredne starajú. Starí ľudia sú veľmi citliví a zraniteľní. Starať sa o nich vyžaduje mimoriadnu trpezlivosť a obeťavosť. Ale aj tento kríž fyzického utrpenia na jednej strane i obeťavosti na strane druhej sa ľahšie znáša, ak sa prijíma s odozvou a pokorou a obetuje sa s láskou. Budme s nimi na sklonku ich života. Máme im byť za čo vďační. Za dar života, za múdrost a radu, za materiálnu pomoc i duchovné hodnoty, ktorými nás pripravili na cestu vlastným životom. Načuvajme ich potrebnám, ich rozprávaniu, pretože s ich odchodom do večnosti odchádza aj kus každého z nás, aj kus historie vlastnej rodiny či dediny.

Mária Koňaková ■

Sme traja

Na odpustovej slávnosti sv. Michala archanjela v Markušovciach v nedelu 28. septembra 2008 sa nám podarilo stretnúť všetkým troma. Sme totiž traja kňazi, bratraci, ktorí máme korene vo Velkej Lesnej: Ján Duda ml., Ján Duda st. a Peter Gosič.

Hoci vo Velkej Lesnej som sa narodil iba ja, Petra som poznal od detstva. On vyrastal v Stropkove, ale do Velkej Lesnej chodieval od detských čias. Povahovo bol smelý a aj sebavedomý. Bolo to asi tým, že vyrastal v meste. Obdivoval som, keď sme miništrovali, že on dokázal aj čítanie (lekciu) spievať, kým ja som sa „nadrel“, aby som ju dokázal aspoň dobre prečítať. Obaja sme vystudovali gymnázium, lebo v tom čase do Kňazského seminára v Bratislave nebrali z inej strednej školy. Po skončení gymnázia som nastúpil na dvojročnú základnú vojenskú službu a po jej ukončení ma na druhý „pokus“ prijali na teologické štúdiá do Bratislavu za Spišskú diecézu. Kde sa vzal, tu sa vzal, v ročníku nižšie sa objavil Peter Gosič. A tak sa vlastne poznáme od mladosti, hoci on bol priyatý za Košickú diecézu. Ja som bol vysvätený na kňaza v roku 1987 a Peter v roku 1988. A hoci sa naše cesty rozišli v tom zmysle, že ja som pôsobil v Spišskej a on v Košickej diecéze, opäť nás spojilo štúdium práva: ja som vystudoval cirkevné právo v Ríme, on v Lubline. Obaja sme kňazi aj cirkevní právniči.

S Jankom Dudom - to je story. Od detstva som ani len nevedel, že exis-

tuje. To viete, na dedine sa pracuje, a tak sme veľa návštiev v rámci rodiny nepestovali. Až v Kňazskom seminári v Bratislave mi raz spolužiak povedal, že bol na vojenčine s nejakým Jánom Dudom a vraj to bol veľmi nábožný chlapec, či mi nie je nejaká rodina? Ja som povedal, že neviem, lebo som naozaj nevedel. Až sa ozval a ja som zistil, že vstúpil do Rádu otcov dominikánov a bude mať vysviacku v Matejovciach pri Poprade, kde žil jeho otec a súrodenci. Najprv som však od môjho otca zistil „jeho pôvod“, a tak vyšlo najavo, že sme rodina, dokonca bratanci, čo prezrádza aj jeho meno a priezvisko. Potom sa naše cesty rozišli. Až jedného dňa sa ohlásil a navštívil ma na markušovskej fare spolu s generálnym vikárom Mukačevskej diecézy, pretože pôsobí na Ukrajine. Mukačevský biskup Majnek ma pozval prednášať kňazom svojej diecézy, a tak som tam bol. Teraz som ho pozval ja a on pozvanie prijal. A pozvanie prijal aj Peter Gosič.

Poobede v odpustovú nedelu, keď sa ostatní kňazi rozišli, my traja sme si spolu posedeli a porozprávali sa. Potom sme si vyšli na prechádzku do Spišskej Novej Vsi. Opäť sme sa vrátili a stále sme mali o čom rozprávať. Až neskoro večer si obaja sadli do svojich aut a pobrali sa domov za svojimi povinnosťami. Bolo to pekné, že sme sa stretli. Ďakujem za to Pánu Bohu. Hlavne za to, že sme všetci traja verní svojmu kňazskému a Janko aj rehoľnému povolaniu.

-jd-

Za múdru starobu

Modlitba svätého Františka Saleského

Pane, ty vieš lepšie ako ja, ako som zo dňa na deň starší – a jedného dňa budem starý úplne.

Chráň ma od pokušenia, aby som sa pri každej príležitosti neusiloval hocikomu rozprávať, čo o každej veci viem. Starecké táranie obťažuje všetkých dookola.

Chráň ma od toho, aby som sa neusiloval všetkým ľuďom okolo seba zasahovať do ich života vnučovaním svojich názorov. Predstava starcov, že oni všetkému rozumejú najlepšie, je trápna.

Pomáhaj mi, aby som bol rozvážny, ale nie nerozhodný. Aby som bol ochotný poradiť tomu, kto sa pyta, ale aby som nerozkazoval.

Pomáhaj mi, aby som sa neusiloval radiť tým, ktorí sa na radu nespýtajú, a tak si zachoval zopár dobrých priateľov.

Pomáhaj mi, Pane, aby som dokázal nerozprávať o svojich zdravotných ťažkostach. Rok čo rok rastie vo mne chuť stále podrobnejšie ich kdekomu popisovať.

Neodvažujem sa prosiť o dar, aby som vedel počúvať s potešením, keď iní hovoria bez konca o svojich zdravotných problémoch, ale o trpezlivosť, aby som to aspoň zniesol.

Neodvažujem sa už tiež prosiť o lepšiu pamäť. Prosím len o pokoru, aby som si na svoju zábulivosť spomenul, keď sa mi bude zdať, že iní sa mylia.

Ale o toto ďa veľmi prosím, Pane: aby som si dokázal zachovať vľudnu a láskavú tvár. Ved' predsa mrzutý pohľad je obraz diabla.

Aj keď moje oči slabnú, nech si zachovám dobrý zrak pre všetko, čo je na blíznom dobré – nech nie som lenivý to povedať a pochváliť.

Na tvári mám vrásky, moje prsty sú neobratné a nohy ťažké. Niekedy je mi z toho úzko. Nech si viac pripomínam to, čo ešte môžem než to, čo už nemôžem. Nech si v bázni pred starobou staviam štit tvojich slov: „Kto vo mňa verí, tomu rastú krídla ako orlovi.“

Daj mi, Pane, silu, aby som prijal svoju starobu v dôvere v Teba. Nie pláčlivú starobu, ale vďačnú. Vďačnú za všetko dobré, čo bolo, čo je a čomu dôverujem, vo viere v Teba, lebo Ty žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen.



Anketa na tému: Starnutie a staroba

1) Ako vnímate starobu? Čo je na nej pekné, v čom môže byť prínosom a naopak, čo je na nej menej pozitívne a aké problémy so sebou prináša?

2) Aké miesto by podľa vás mali mať starí ľudia v rodine? Ako to vnímate v súčasnosti v našej spoločnosti?

3) Prečo sa čoraz viacej ľudí nechce (po)starať o starnúcich rodičov alebo starých rodičov? Aký bude podľa vás vývoj do budúcnosti?

4) Majú Slováci vytvorené dostatočne dôstojné podmienky na prežívanie svojej staroby? Ako by to malo podľa vás v spoločnosti fungovať? Venuje cirkev (my, veriaci) tejto problematike dostatočnú pozornosť?

5) Prípadný vlastný postreh...



Ilustračná snímka: Jaro Kukučka

Záleží na našom postoji

1. Je to časť životnej pozemskej púte a prípravy na večný život ako bilanciu celého života v kruhu najblížších. Pekná je na nej odvzdanosť, dôvera Pánu Bohu, životná múdrost, nenáročnosť. Ich modlitby a obety prednášané Pánu Bohu cez prácu či chorobu sú nám prínosom k dobrému životu a zdraviu. Osobný príklad a napomínanie! Menej pozitívne sú výpadky pamäte či iné zdravotné problémy. Tým starý človek začína byť viac odkázany na iného človeka.

2. Starí ľudia by mali mať v rodine dôstojné, úctyhodné miesto, nakoľko sú ozajstnou pokladnicou životnej skúsenosti, múdrosti a oddanosti Pánu Bohu v bolesti i radosti. Žiaľ, súčasná situácia sa nám začína akosi vymykať z rúk, názory či životný štýl starých ľudí je vraj prezitkom doby. Ich slová: „Bez Božieho požehnania, márne naše namáhania“, začínajú byť varovným prstom. Starí ľudia sa snažia do rodinného života vnášať Božiu

vôľu v každodenných povinnostach, starostiah či vo chvíľach oddychu, ktorý sa máme snažiť naplniť. Avšak u mladšej generácie Pán Boh akoby strácal prvé miesto a začala ho nahradzať matéria, honba za ziskom a život, v ktorom je všetko dovolené.

3. Súčasná doba je plná stresov, neistoty, zhonu. Matéria, úsilie byť úspešný a užívať si život po svojom ubijajú lásku a pravú vieru, dôveru a nádej vo večný život. Človek akoby zabudol, že aj on raz zostarne a bude tiež potrebovať pomoc. Myslím si však, že finančná situácia a práca na zmeny mnohým neumožňuje, starať sa o starých ľudí a ľažko je im dať svojich príbuzných do domovov dôchodcov. Mám na myсли nevládných či ležiacich starých ľudí. Vývoj v budúcnosti nevidím priaznivo, nakoľko takáto starostlivosť si vyzaduje sebaobetovanie, pokorу, trpežlivosť, zriekanie, nezistnú lásku, odpustenie, Božiu pomoc. Všetko je v Božích rukách, záleží od nás, aký postoj zaujmeme.

4. Myslím si, že tu máme rezervy! Je málo takých, ktorí svoju starostlivosť

o starých ľudí berú ako povolanie, poslanie a nie iba ako zamestnanie. Tejto problematike nevenuje Cirkev (veriaci) dostatočnú pozornosť.

5. Pri zamyslení sa nad jeseňou života nestrácejme nádej, lebo ľou sa naša viera živí a rozsieva. Zbierajme si práve poklady, snažme sa dobre žiť, aby sme mali raz čo k Pánovým nohám vďačne predložiť! Všetkým starnúcim prajem veľa zdravia, Božieho požehnania, trpežlivosti a radosti v kruhu blízkych.

Alena Kočišová ■

Uctiť si starých počas celého roka

1. Jeseň ľudského života. Tí skôr narodení na základe prežitých dní môžu poradiť a usmerniť mladších, ako by mali, prípadne mohli riešiť svoje vzniknuté problémy.

2. Popredné. Sú rodiny, v ktorých si starkých ctia, starajú sa o nich, pomáhajú im. Na druhej strane sú príbuzní, ktorí sa o rodičov nestarajú, sú

pre nich záťažou, nemajú na nich čas. Iné to je vtedy, keď starí rodičia bývajú s mladými, pomáhajú pri výchove vnúčat, pomôžu v domácnosti.

3. Niet vraj času. Rodičia nemajú čas na svoje deti, myslia si, že počítač či mobil nahradí rodičov. Kde sa strati li krásne, aspoň víkendové stretnutia celých rodín? Neuvedomujú si, že raz im to deti vrátia tak, ako sa ich rodičia správali s ním?

4. Niektorí áno, ale viac je tých, ktorí sú odkázaní na pomoc druhých. Ked' ju neposkytne najbližšia rodina, hľadajú sa ľahšie možnosti. Prichádza na pomoc štát – domovy dôchodcov a cirkev, ktorá tejto problematike venuje pozornosť – návštevy duchovných, pomoc rehoľných sestričiek najmä v nemocničiach pri lôžku chorého.

5. Október- mesiac úcty k starším. V tomto mesiaci si viac pripomíname našich starých. Je to chyba, pretože naši blízki, starí rodičia žijú po celý rok. Naše podákovanie im teda patrí po celý rok, nielen v októbri.

Agnesa, 55 rokov ▀

Navzájom si pomáhať

1. Je to súčasť života. Tak ako je v prírode jar, leto, jeseň a zima, aj v živote človeka príde jeseň – staroba a po nej zima – smrť. Pekné na starobe je, že máme viac skúseností, veľa vecí berieme s nadhľadom, máme viac času

na seba a blízkych, viac času na Pána Boha. Problémom je, že prichádzajú zdravotné ťažkosti, choroby a musíme sa naučiť s nimi žiť.

2. Ideálne by bolo, keby boli rodiny viacgeneračné, aby v nich boli mladí, stredná i staršia generácia. V takej rodine mladí vidia príklad života staršej generácie, jej skúsenosti i problémy. Starí ľudia môžu pozorovať život mladých, ktorý je v súčasnosti veľmi odlišný od ich života v mladosti. A navzájom si môžu pomáhať.

3. Ja by som nepovedala, že sa mladí nechcú starať o svojich rodičov, skôr je to tak, že nemôžu z rôznych príčin. Hlavnou príčinou je, že musia pracovať, ak chcú zabezpečiť finančne seba i svoju rodinu. Kým ich rodičia vládzia, tak im pomáhajú či už s deťmi alebo v záhrade, okolo domu. Horšia situácia je, keď rodičia ochorejú a treba sa o nich postarať. Príspevok zo strany štátu na opatrovanie je veľmi nízky a mälokto si môže dovoliť zostať doma a opatrosť rodičov. Vývoj do budúcnia nevidím nejakú ružovo, kedže pribúdajú osamelí ľudia.

4. V spoločnosti nie sú vytvorené dôstojné podmienky na prežívanie staroby najmä na vidieku. Je málo domovov dôchodcov, domov opatrotateľskej služby, kde by hlavne osamelí ľudia a tých bude čoraz viac, mohli dôstojne prežívať jeseň života. Myslím si, že hlavne na dedinách by mali

byť súkromné opatrotateľky, ktoré by navštevovali starých a chorých doma a pomohli im, aby nemuseli opustiť svoje domovy.

Či Cirkev venuje starým ľuďom dostatočnú pozornosť? Áno aj nie. Duchovne áno – návštevy chorých na prvé piatky, sviatky. Aj charita sa venuje starým ľuďom, médiá – rozhlas, televízia tiež. No možno by bolo treba uvažovať, že v každej farnosti by mal byť vytvorený domov pre starých ľudí – nejaký denný stacionár, kde by sa tito ľudia stretli, porozprávali, prečítali si niečo, mali by zabezpečené stravu, lekára, odvoz domov a nemuseli by odísť do domova dôchodcov. Svoj život by dôstojne dožili doma.

Beáta Ovčiariková, 62 rokov ▀

Nezabúdať na štvrté Božie prikázanie

1. Je to normálny prirodzený jav, keď sa človek dožije vyššieho pokročilého veku. Pekné na tom je, že aj v tomto pokročilom veku môže byť ešte užitočný, prínosom svojimi skúsenosťami. Môže viedieť poradiť a potešiť ľudí svojho okolia. Menej pozitívne môže byť podlomený zdravotný stav ako aj vedomie, že je odkázaný na pomoc, prípadne opateru iných.

2. Starým ľuďom v rodine patrí dôstojné a primerané miesto. Ved' sú to oni, ktorí vychovávali a opatrosťovali svoje deti. Za to im patrí vďaka a úcta. Je to morálny svetský, ale aj Boží príkaz – štvrté Božie prikázanie. Súčasná situácia a vzťah k starším ľuďom je na dobrej ceste, na čom sa podielajú aj cirkevné charitatívne ustanovizne svojou pomocou tým, ktorí sú v núdzi a sú na pomoc iných odkázaní.

3. V terajšej dobe sa stáva, že sa nemá kto starať o rodičov a starých rodičov. Príčiny môžu byť rôzne: sociálne, strata zamestnania, prípadne morálne – prednosťný záujem o sebecké pôžitkárstvo pred pomocou a starostlivosťou o rodičov, prípadne o starých rodičov.

4. V porovnaní s inými európskymi krajinami sme na tom horšie, máme podstatne nižšie dôchodky ako na-



príklad vo vyspelých európskych krajinách. Všetci robotníci, podnikatelia či štátni zamestnanci mali by sme pracovať pre spoločné dobro všetkých. Cirkev sa usiluje a venuje problematike dostatočné pozornosť.

5. Ak by sme chceli, aby sa naši dôchodcovia v starobe mali lepšie, potrebujú, aby štát väčším percentom valorizoval dôchodky, čím by pomohli tým najchudobnejším dôchodcom.

D.K., 70 rokov ■

Požehnaná radostná jeseň života

1. Starnutie je prirodzenou etapou života. Raz sme sa narodili

a raz musíme zostarnúť. Podľa mňa je starnutie zastavenie sa po celoživotnom zhne. Záleží na povahе človeka. Pozitívny zážitok v starobe, mať pocit slobody, dostatok času, nikde sa nepohnála a robiť to, čo ma baví. Problém nastáva, ak je staroba sprevádzaná chorobami.

2. Starým ľuďom v rodinách treba preukazovať úctu. Mladí ľudia nech pamäťajú na príslovie, ktoré sa často zopakuje: ako sa zachováš k rodičom v ich starobe, tak sa budú chovať k tebe na starosť tvoje deti. Sú všelijaké prípady, no bohužiaľ viac je tých smutných.

3. Bud' im to bráni zamestnanie alebo stiesnené priestory bývania, ale najviac prípadov je ľahostajnosť mladých ľudí. Ak sa neurobí nejaká náprava, nezvyšia sa príplatky za opatrovanie, v budúcnosti to môže byť ešte horšie.

4. Či sú dostatočné vytvorené pre každého, to neviem posúdiť. Nám, čo sme si vyrobili starobné dôchodky, sa nám ich naši predstavení snažia každý rok valorizovať, no nie je to dostačujúce. Mal by sa brať ohľad na tých, čo celý život pracovali a nie naopak. Zvyšovať

dôchodky rovnomerne považujem za nesprávne.

5. Život je dar, ktorý dostávame, aby sme ho žili. Život je ľažká práca, odriekanie i zriekanie sa niečoho. Je

chou žili spolu tri generácie – rodičia, deti a starí rodičia, patria minulosti. Zabúdam, že im by sme mali preukazovať úctu, lásku a vďačnosť, že sú ešte s nami.



v ňom veľa utrpenia, chorôb, oddanosťi, lásky, poníženia a súcitu. Aby sme ho čím dlhšie žili, snažme sa byť aj v starobe aktívni byť užitoční ostatným, aby sme s radosťou prežili svoju jeseň života. Veď kto chce starý byť, musí dlho žiť!

Kristína Dobranská, 68 rokov ■

Sociálna role starého človeka v spoločnosti

1. Odpoveď na otázku, čo je staroba a kedy začína, nie je taká jednoduchá, ako sa môže zdať na prvý pohľad. Existuje pomerne značná intra-individuálna variabilita, v niektorých činnostiach sa môže u človeka zachovávať stabilita, v iných dochádza k veľkému úpadku. Medzi jednotlivcami môžu byť veľké rozdiely. Zo spoločenského hľadiska je človek starý vtedy, keď je za takého považovaný ostatnými členmi spoločnosti.

2. Veľmi dôležitou súčasťou identity starého človeka je rodina. Kontakt s deťmi a vnukmi uspokojuje mnohé psychické potreby starého človeka. Zdá sa, že časy, keď pod jednou stre-

3. V dnešnej hektickej dobe ľudia čoraz viac strácajú záujem o rodičov, či už svojich alebo starých, pretože sú im nepohodlní, nie sú ochotní kvôli nim sa aj tak trochu obeťovať a úprimný vzťah k nim si zamieňajú len vonkajší zdaním formálnej úcty. Tento vývoj sa podľa mňa bude zhoršovať.

4. Tí „starí“ sú na tom hádam najhoršie. Cítia našu ľažkú ekonomickú situáciu na každom kroku. Efekt, ktorý vyvolali nové

úpravy voči starcom a stareňkám úplne zmarili ich úsmevy. Často cítim smútok, keď počúvam výroky opusťtených starých ľudí v médiách. Prežili niečo a v závere „jesene života“ musia tú korunku dvakrát obrátiť, aby pokryli denné potreby. Je v záujme nás všetkých, aby sme vytvorili vhodné podmienky pre dožitie tejto časti populácie a nevyčlenili ich z nášho života. Cirkevné spoločenstvo je významnou súčasťou sociálnej identity. Dáva starému človeku určitú sociálnu rolu, ktorá starobu neznehodnocuje.

5. Staroba nemusí byť smutná, ani zlá, pokiaľ jej žičí fyzické a duševné zdravie a pokiaľ rešpektujeme jej právo na úctu a istú ohľaduplnosť. Ak by nám padlo ľažko rešpektovať toto právo, pozrime sa do budúcnosti. A nezabúdajme, že naše deti sa vtedy budú obzerať do minulosti.

Mária Pentáková, 42 rokov ■

Viac dávať ako bráť

1. Čo je na starobe pekné a aké problémy prináša, mi prezrádza text pesničkára a môjho kamaráta Janka Majerčíka z Liptovského Mikuláša:

„Hľadia často do ulice
cez okenné okenice.
Ich život hreje Božia žiara.
Trhajú lístky z kalendára.
Chodia krokom, majú kedy.
Ich už vôbec nič nesmädi.
Už sa blíži záverečná,
ktorá bude asi večná.
Pomalý krok o palici,
netlačia sa v tlačenici.
Veci pre nich tratia zmysel.
Kto by si to bol pomysiel.
Vždy ti dajú dobrú radu,
neholia si bielu bradu.
K životu im stačí málo,
láška, slnko aby hrialo.“

2. V rodine by mali byť na prvom mieste. Naša spoločnosť sa k starým ľudom stavia veľmi macošsky. Treba si uvedomiť, že každý raz zostarne.

3. Odpovedou na túto otázku je rozprávka O troch grošoch, v ktorej je obrávská múdrost. Lenže v dnešnej dobe obetovať svoju kariéru a naháňanie sa za hmotnými statkami na úkor starúcich rodičov sa nenosí. Žiaľ. Čoraz viac chceme brať a nie dávať.



4. Nemajú. V starých kultúrach si starých ľudí uctievali pre ich múdrost a skúsenosti nadobudnuté vekom. V našej spoločnosti to vnímam tak, že sú skôr na príťaž a sú na okraji záujmu spoločnosti. Cirkev tejto problematike venuje primeranú pozornosť. Takže sme aj my kultúrny národ ako naši predkovia?

Soňa, 39 rokov ■

Viacgeneračné rodiny sú prínosom

1. Ako Boží dar, lebo nie každý má to šťastie sa staroby dožiť. Staroba je možno tým najúprimnejším obdobím vďačnosti za pomoc, za dobré slovo, za drobné radosti, ale aj za to, čo má v starobe príchuť kríza a pretrvávajúcich bolestí. Ak sa prijíma s pokorou a odovzdanosťou sa k Bohu a modlitbe, aj tie najväčšie problémy, ktoré so sebou prináša, sa znášajú ľahšie.

2. Generácia súčasných starých a veľmi starých ľudí má to šťastie, že vychovala viac detí a vychovala ich v duchu „cti otca i matku svoju“. Vo väčšine sa ich deti o nich starajú s patričnou úctou a rešpektom. A rodičia majú dôstojné miesto v rodine na prežitie svojej staroby.

3. Zo súčasného spôsobu života vymizli viacgeneračné rodiny. Starí ľudia

sa po odchode svojich dospelých detí, ktoré si buď zakladajú vlastné rodiny, osamostatnia sa alebo odchádzajú za prácou do „otvoreného sveta“, ocitajú častokrát v osamelosti. Nie je problém, pokiaľ je starý človek sebestačný. Problém nastane, keď z rôznych dôvodov príde odkázanosť na pomoc iných. Vývoj do budúcnia z pohľadu na rodinu s jedným alebo dvoma deťmi, zmenou štýlu života, najmä naháňaním za materiálnymi hodnotami, vidíme veľmi nepriaznivo. Deti na svojich rodičov nebudú mať čas a v mnohých prípadoch nebude ani toho, kto by sa o nich postaral.

4. Myslím, že áno. K dôstojnému prežitiu tejto etapy života musí prispieť aj sám človek. Byť prospešný pre svoju rodinu, pre svoje okolie, čo najdlhšie sa udržiavať v aktívite a sebestačnosti, neupadať do sebaľútosti a depresií a aj keď telesné zdravie zrásda, uchovať si duševnú silu. Zo strany Cirkvi nepoznám konkrétné aktivity venované tejto problematike.

5. Každý človek má myslieť na to, že zostarne a o tom, ako prežije svoju jeseň života, si každý vo veľkej mierre rozhoduje sám v priebehu svojho celého života. Ako v tej rozprávke O troch grošoch: jeden vrátiť svojim rodičom, z druhého žiť a tretí požičať našim deťom, aby keď príde nás čas, nám ho mohli vrátiť.

Mária Koňaková ■



Rodičia, na slovíčko...

Uprac si hračky, lebo príde „bobo“! Keď ihned nezaspiš, zavriem ťa do pivnice! Ak nebudeš dobrý, zoberie ťa čert do pekla! Nerob zlosť, lebo ťa spapá ten veľký havo! Musíš ísť do škôlky, lebo policajti budú chodiť po deti, ktoré ostali doma ...

Takto často upozorňujeme deti alebo si vymyslame iné podobné historky, lebo chceme, aby boli dobré, vychované, aby nerobili „drahoty“ a problémy. Tieto zdanivo neskodné vyhrážky nám možno často vyriešia okamžitú situáciu, pričom si neuvedomujeme, aký môžu mať dopad do budúcnosti. Pri kávičke s priateľkami sme viedli polemiku o vhodnosti či nevhodnosti takýchto napomenutí. Začala som vyhľadávať odborné i menej odborné články či vyjadrenia k tejto téme. Psychológovia jednoznačne odsudzujú akékoľvek strašenie detí, pretože má nesmierne negatívny dopad na ich vnútro. Deti svojim rodičom dôverujú, rodičia by sa mali preto snažiť túto dôveru nesklamať a udržať si ju čo najdlhšie. Nezmyselným vyhľadávaním sa podkopáva dôvera i autorita. Ak dieťa v staršom veku zistí, že rodič klamal, prestáva rodičom veriť. Tým možno ohroziť i vieri v Boha. Čo ak si rodič vymyslel i Pána Boha? Alebo ako to vlastne je s tým Pánom Bohom, keď „bobo“ neexistuje? Strašenie môže mať rôzne následky – úzkosť, nepriebojnoscť, nesamostatnosť, ustráchanosť, komplexy, nepokoj, nervozitu... Deti sa boja ostať osamote, boja sa tmy, ľakajú sa, klamú, môže sa vyskytnúť



i koktavosť alebo epileptické záchvaty... Tieto ťažkosti sa môžu prejavovať i v dospelosti a takito dospelí ľudia zostávajú v úzadí, boja sa do niečoho pustiť, sú odkázaní na to, aby ich viedli iní. Nedá mi tu nespomenúť strašenie otcom, ktorý keď sa vráti domov, musí spraviť poriadok: „Ved počkaj, keď príde otec!“ Takýmto strašením nielen že podkopávame vlastnú „mamkovskú“ autoritu, ale nabúravame vzťah otca a detí, ktoré sa otca budú báť. Ak dôjde ku konfliktu, treba ho riešiť hned. Ak musíme dieťa potrestať, urobme to hned, nečakajme na ocku.

Nuž, keď je to možné, obdarujme deti láskou, snažme si udržať dôveru pravodravnosťou i potrebnou prísnosťou, ktorá netkvie v strachu, ale je založená na úprimnom vzťahu rodičov a detí. Strach svedčí o nedôvere a keď neveríme Bozej láske a dobrote, nemôžeme na nás Boh pôsobiť svojou silou i svojím Duchom.

Adriana Lazorová ■

Listáreň

Večný ciel'

Tak ako horiaci svieca je symbol života, raz dohorí a zhasne, tak je to aj s ľudským životom. Človek sa narodí, žije a jeden skôr, iný zase neskôr zomiera. Zomiera, keď ukončí svoje poslanie na Zemi bez ohľadu nato, či je chudobný alebo bohatý, dobrý alebo zlý. Je to prirodzené.

Počas sviatkov Všetkých svätých a Pamiatky zosnulých, keď sú cintoríny rozsvietené horiacimi sviecami a vanie tu príjemná vôňa chryzantém, prichádzame k vyzdobeným hrobom našich zosnulých.

Keď zomrie v rodine niekto blízky, ktorý nás mal rád a my sme ho tiež mali veľmi radi a pritom vieme, že bol pripravený na odchod z tohto sveta, prijal sviatosti, ktoré k tomu patria, ba snažil sa žiť tak, aby dosiahol „večný ciel“, predsa za ním smútime, je nám to ľuto a veľmi ťažko. Ešte by sme sa chceli to, či to opýtať, poradiť a postažovať, ale už sa nedá. Nedá sa to v skutočnosti, ale dá sa inak, či už ponorením sa do myšlienok a spomienok alebo v modlitbe. Ťažko sa nám zvyká bez tej osoby, chýba nám jej prítomnosť, rada, dobré slovo a povzbudenie.

Balzamom na dušu pre pozostalých, radosťou a Božím pohladením je to, keď si uvedomujeme, že raz sa v skutočnosti stretneme s tými, ktorí nás predišli do večnosti. Preto sa snažme žiť tak, aby to aj tak bolo. Budíme v rodine príkladom a sviecou života, ktoráší teplo a svetlo, aby sme svojím nerozvážnym spôsobom života zbytočne neminuli „večný ciel“.

Pane, v tieto jesenné dni, keď si pripomíname aj pamiatku zosnulých, ďakujeme Ti za tých, ktorí boli pre nás a boli nám veľkou oporou a akýmsi chodníčkom, po ktorom, keď budeme aj my kráčať, tak zaručene sa raz dosťaneme k Tebe. Daj im, prosíme, večné odpočinutie a odplať im ich skromnosť, námahu, láskavosť a obetavosť.

Podákovanie

Touto cestou sa chcem podákať v mene svojom ako aj v mene teraz už nebohej našej mamky pánu kaplánovi Valentínovi Kokoruďovi za jeho láskový prístup k chorým počas návštev na „prvé piatky“.

Keď je človek starší alebo chorý, je dobré, keď sa môže niekomu postažovať, lepšie je však, keď je to niekto blízky, ktorému dôveruje, ale veľmi vzácné je, keď ho vypočuje a pozbuď kňaz, ktorý prichádza s eucharistiou. Pán kaplán takýmto jednoduchým a skromným spôsobom a s úsmevom na tvári vždy vypočul a pozbulil a zanechal v chorom hlboký pokoj a Božiu prítomnosť. Zato mu Pán Boh zaplatí.

Terézia Straková ■

Milí mladí čitatelia!

Kedy si sa naposledy na niekoho poriadne nahneval a potom si sa s ním pohádal? Asi nie veľmi dávno, vedľa ľudia sa často hádajú a keď ich niekto poriadne nahnevá, tak mu to väčšinou dá aj poriadne najavo. No sú aj takí, ktorí to v sebe dusia. A čo je správne? Vypustiť to von a potom je z toho poriadna hádka alebo si to nechať pre seba? Keby sme to v sebe držali, asi by sme dlho nevydržali. Áno, možno zopár dní, týždňov, ale čo potom?

Ten hnev, ktorý by sme v sebe mali, by nás postupne ničil a ničil by aj dotečné dobré vzťahy s okolím. Napríklad: niekto ťa naštve, môže to byť učiteľ svojím známkovaním alebo hlúpou písomkou a ty prídeš domov nazúrený. Tam ťa už čaká mamka, ktorá chce, aby si si poupratovala izbu, no ty jej len odvrkneš, že nemáš čas a odídeš do izby. Ona pôjde za tebou a začne kričať a ... hádka je na svete. Takže dusí hnev v sebe nie je správne, neničí nám to len vzťahy, ale je dokázané, že sú z toho migrény a iné problémy. Teda takto šťastní určite nebudeš. Je jasné, že takéto správanie nebolo správne. Tak čo si mal urobiť? Prejavíť svoj hnev a vyskočiť na učiteľa? Určite nie, z toho by boli len problémy. Mal si to zo seba dostať inak. Mohol si sa rozprávať svojmu spolužiakovi alebo aj mamke a vysvetliť jej, čo sa stalo.

Je veľmi dôležité, aby sme mali človeka, ktorý nás dokáže vypočuť a pochopiť.

To bol len jeden prípad, kedy sme sa nahnevali na niekoho, ale nemohli sme mu to dať najavo. Ale čo ak vás naštve niekto z vašho blízkeho okolia ako napríklad váš priateľ, priateľka, spolužiak? S ním si to budete

chcieť vydiskutovať. Napríklad Martin má problém so svojím spolužiakom v internáte. Martin: „Si sebec, musíš pobudit celý internát, keď ideš do roboty?! Si strašný a bezohľadný!“ A ako bude na to reagovať spolužiak? Vyskočí takisto: „Ó, áno, ja som sebec?! Ty si predsa minule...“ a už je to tu, opäť hádka. Martin sa naňho oprávnene hneval, ale mal to povedať ináč. Je jasné, že v týchto situáciách nám väčšinou napadne útočiť a hovoriť: „Ty nikdy..., ty vždy.“ Martin mal hovoriť o svojich pocitoch. Napríklad: „Možno som prehnane podráždený kvôli skúškam a tomu všetkému, ale učil som sa do druhého ráno. Potom, ako si ma zobudil, keď si odchádzal o piatej, ostal som poriadne mrzutý.“ Spolužiak pri týchto slovach asi do obrany neprejde, lebo Martin vysvetľoval svoj duševný stav a zároveň priupustil, že môže reagovať prehnane.

A čo môžeme robiť, ak je niekto v našom okolí nahnevaný?

Nie je veľa ľudí, ktorí keď pocitujú hnev, povedia to ako Martin v druhom prípade. Ak je človek nahnevaný, tak často hovorí veci, ktoré by pri zdravom rozume nikt neviedol. Ako teda zmierniť alebo utísiť hnev iného človeka? Jedinou zbraňou je pokora kombinovaná s mlčaním.

Skús to, mlč, bud' pokorný a nenechaj sa vyprovokovať, aj keby si vtedy najradšej vrátili všetky tie urážky, ne-nahnevaj sa aj ty. Aj sv. Ján Zlatoústy hovorí: „Ved' oheň nemožno zahasiť ohňom,“ je to nemožné. Takisto i hnev v žiadnom prípade nemožno skrotiť hnevom. „Čím je pre oheň voda, tým je pre hnev pokora a láskavosť.“ Znášať urážky, ktoré nie sú pravdivé, sice nie je ľahké a bolí to, avšak ľahšie je priznať si chybu, ktorá je vám vyčítaná právom. Vtedy sa ukáže či ste alebo nie ste po-



korný. Ak by Marek povedal Martinovi áno, máš pravdu, Martina by hnev hned prešiel. Možno by sa mu ešte aj ospravedlnil, že naňho tak vyskočil, ale to chce dávkou úsilia a pokory.

Vyvažujme kritiku prejavmi lásky

Tento podnadpis som si prečítala v jednej knižke. Veľmi ma zaujal. Pod ním bola napísaná táto príhoda.

Tomášovi jeho veľmi dobrý kamarát raz vytkol jednu vec. Myslel si, že necháva jeho i niektorých iných ľudí v kaši a on sa preto poriadne nahneval a odišiel. Bol presvedčený, že jeho kamarát si neuvedomoval, prečo sa tak rozhodol a došiel k záveru, že je na nič priateľ, keď bol taký kritický. Bol naňho nahnevaný aj druhý deň, a preto odvolal ich pravidelný utorkový obed. V stredu mu ten priateľ zavola, aby zistil, ako to s ním je. No Tomáš mu odpovedal len chladne a úsečne. Priateľ vedel, že Martina nahneval, ale predsa necítil dôvod na ospravedlnenie. Každý deň mu prejavoval lásku tým, že mu večer zavola. Martinovi netrvalo dlho a na celý problém zabudol. Vtedy sa naučil dôležitú vec. Nemusíme sa obmedzovať v prejavoch hnevu, keď ich vyvážime prejavmi lásky.

Lydka a Miško Bušovskí
Ilustračné snímky: Michal Hudec ▀



Ahoj Dobráčikovia,

zubaté slniečko, chladný vietor aj pestrofarebné opadané lístie nás presvedča, že tu máme jeseň. Teplé letné dni nám ostávajú v spomienkach.

prežili. Niektorí z vás sú šťastní, že majú ešte i prastarých rodičov, ktorí poznajú toľko zaujímavých príbehov, toľko toho už prežili, že keď rozprá-



Veru, niekedy sa nám ani nechce íť von z teplučkej izby.

Už som veľakrát počula, že i starobu ľudia prirovnávajú k jeseni, hovoria, že staroba je „jeseň života“. Iste je to tak. Je to obrazné pomenovanie, ktoré sa zakladá na podobnosti staroby a jesene. Starí ľudia, tak ako farbami žiariaca jeseň, žiaria tolkými skúsenosťami, múdrošou, že ich napriek vráskavej tvári a slabému telu veľmi obdivujeme. I život starých ľudí sa chýli ku koncu, ako sa chýli ku koncu rok, keď nastane jeseň. A tak, ako je jeseň napriek chladným dňom krásna, i staroba napriek chorobám, slabosti tela, prináša obohatenie pre všetkých. Poviete si, prečo vám, deťom, tu teraz chceme písť o starobe? No preto, lebo i vy radi chodievate k starej mame na teplé voňavé buchty, rady počúvate rozprávky, ktoré vám vyrozpráva či prečíta, iste má vždy pripravenú i maličkú sladkosť vo vrecku, vždy vás privítá milým úsmevom. No najkrajšie sú iste uspávanky, ktoré vám zaspieva. I vy rady pozorujete dedka pri práci, v záhrade či na poli alebo zájdete s ním do lesa, možno mu sadnete na kolená a vyrozprávate, čo všetko ste

vajú, všetci tichučko počúvajú, ako to bolo volakedy.

A toto všetko je správne. Teraz sme mladí, plní sín, radosti, hier. No v jednej pesničke Bambuľka spieva: „Raz aj iste z teba bude mamička, no a z mamičky sa stane babička. Roky prejdú potichučky a budú ťa bolieť rúčky, voľné miesto budeš hľadať, isto-iste budeš rada, ak sa niekde nájde voľná lavička.“ Sme presvedčení, že máte rady svojich starých rodičov, že k nim chodievate, snáď im aj pomáhate alebo sa s nimi spolu modlievate. Je to pekné, keď ich navštěvujete, spolu s nimi prežívate voľné chvíle. Určite na to budete spomínať celý život v dobrom a verte, i vaši starí rodičia majú veľkú radosť, keď vidia svoje vnúčence, ako rastú, aké sú šikovné, čo všetko už vedia urobiť a sú na vás hrdí.

Súťaž

Dobráčikovia, veľmi nás potesí, ak nám nakreslíte či namalujete starých rodičov alebo celú vašu rodinu. Vaše obrázky radi zverejnime. Niektoré odmeníme.

**Pavol Prikryl
Keď nebudem, kde budem?**

*A ozaj všetci umrieme tak ako sestra starkina?
To v nebi bývat budeme – tam sa tá večnosť začína?*

*Isto tam stretnem anjela,
ktorý ma strážil na zemi.
Každý deň bude nedela a dobrý Pán Boh povie mi:*

*„V nebi sa môžeš večne smiať,
pri mne len dobrí ľudia sú;
môžeš sa s nimi stále hrať –
anjeli hračky prinesú.
Máme tu stále karneval a čertov báť sa netreba.“*

To preto, že som nehneval, raz pôjdem aj ja do neba.

**Milan Rúfus
Belasé modlitbičky**

*Modrá je, Pane, Tvoja obloha.
A od vekov tak mení aj matku Zem:
ten darček od Boha je v modrom zabalený.*

*A nezábuska detstva modrá je.
A pije modrú vodu z potôčka ako vtáča z kolaje,
neodtrhne ju od úst.*

*Modré je leto slávou nevädzi, čo hľadajúc si Teba,
klaňajú sa Ti s vánkom na medzi z vlniaceho sa chleba.*

*Modrá je jeseň, krotká čakanka na Tvoje zavolanie.
Ked' to, čo na svet prišlo za ránska, už čaká na noc, Pane.*

*Modrá je Zem i v riave oblakov, ach, modručká je celá.
Len detská duša stále rovnako je ako snežik biela*

Vysiela k Tebe - ruky zložené - po všetky svoje dničky jak modré balóniky zo Zeme belasé modlitbičky.

FARSKÝ INFORMÁTOR

- V poslednom augustovom týždni 2008 sa v Spiškom Podhradí konalo v poradí už XIV. Sympózium cirkevného práva, ktoré organizuje každý druhý rok Slovenská spoločnosť cirkevných právnikov. Prednášajúci boli z rôznych kútov sveta: Vatikánu, Poľska, Českej republiky, USA, Talianska, Maďarska i Slovenskej republiky. Z osobností spomeniem napríklad kardinála Zenona Grocholewského, prefekta Kongregácie pre katolícku výchovu z Vatikánu, ktorý je poľského pôvodu, arcibiskupa Franza Daneelsa, sekretára Najvyššieho tribunálu apoštolskej signatúry z Vatikánu, arcibiskupa Timothy Brogliho z USA, vojenského ordinára armády USA, arcibiskupa z Egeru Csábu Ternýáka, bývalého sekretára Kongregácie pre klérus, bratislavského arcibiskupa Stanislava Zvolenského. Počas Sympózia zasadalo Valné zhromaždenie Slovenskej spoločnosti cirkevných právnikov, ktorá mala na programe aj voľbu predsedu a podpredsedu. Na ďalšie štvorročné obdobie bol za predsedu zvolený Ján Duda, markušovský farár, podpredsedom sa stal Tibor Hajdu, riaditeľ arcibiskupského úradu Bratislavskej arcidiecézy.
- V Tepličke vyradil blesk všetky zvony a hodiny na veži Kostola Narodenia Panny Márie. Zvony opravila firma Boroko, ktorá zvony montovala pred niekoľkými rokmi. Žiaľ, zásah bleskom spálil elektroniku, ktorú bolo potrebné úplne vymeniť. Opravené boli aj hodiny.
- Firma Boroko čiastočne opravila aj zvony v markušovskom kostole. Vďaka dobre urobenému bleskozvodu tu boli spálené iba poistky, ktoré pracovníci firmy vymenili. V mesiaci októberi sfunkčnili aj hodiny na markušovskej veži.
- Začiatkom septembra sa pán farár stretol s pani Heidi Máriássy a spoločne rokovali o oprave okien markušovského kostola. Pani Máriássy veľkodušne slúbila v tejto záležitosti pomoc.
- Na žiadosť pána farára obecný úrad vyčlenil finančnú čiastku na opravu prístupových chodníkov ku kostolu, ktorá bola uverejnená aj v časopise obecného úradu. Farský úrad očakáva, že práce budú uskutočnené tak, ako boli naplánované obecným zastupiteľstvom v Markušovciach na rok 2008. Prístupové pozemky ku kostolu sú majetkom obecného úradu. Tunajší farský úrad oceňuje ochotu obecného úradu a dúfa, že ešte tohto roku sa veci zrealizujú pre dobro obyvateľov Markušoviec.
- V auguste a v septembri došlo k rekonštrukcii dvoch miestností vo farskej budove. Do dvoch miestností presakovala voda. Dlho sa nedarilo nájsť miesto presakovania ani pri obhlidke pôjdu a strechy. Konečne minulého roku sa to podarilo a do fary už nezateká. Bolo potrebné pristúpiť k oprave. Pri týchto práciach zadarmo vypomohli pán Štefan Kapusta z Lieskovian, ktorý vykonal murárske práce a pán Michal Franko z Markušoviec, ktorý vykonal tesárske práce. Do miestnosti bola zároveň daná nová podlaha. Miestnosti upratali ženy z Markušoviec, ktoré zorganizovala pani Marta Kamenická. Postupne však bude potrebné vykonať opravu ďalších podkrovínnych miestností fary a farskej kancelárie.
- Odpustovej slávnosti Nanebovzatia Panny Márie v Lieskovancoch predsedal a kázeň predniesol vdp. Ľubomír Vojtašák, sudca Cirkevného súdu Spišskej diecézy. Následne odpustovej slávnosti Narodenia Panny Márie v Tepličke predsedal a kázeň predniesol vdp. Andrej Barnáš, farár z Hrabušíc. A napokon sa konala odpustová slávnosť sv. Michala archanjela v Markušovciach, kde bol hlavným celebrom páter Ján Duda z rehole otcov Dominikánov. Koncelebrovali vdp. Peter Gostič, knáz košickej arcidiecézy a tunajší farár. Obaja sú bratrančami domáceho pána farára.





Sme tra ja

Odpust sv. Michala archanjela

foto: Peter Lazor



Záverečný príhovor



Jeseň v Markušovciach

Kázeň počas odpustovej omše



Vydáva Rímskokatolícky farský úrad Markušovce pre farnosť Markušovce a filiálky Teplička, Pod Teplička a Lieskovany. Zodpovedná redaktorka: Mgr. Monika Hodnická. Redaktori: Adriana Lazorová, Peter Lazor, Lúdia a Michal Bušovskí a externisti. Sadzba a grafická úprava: Ing. Peter Hamrák. Technické spracovanie: Tlačiareň Kežmarok. Jazyková spolupráca: Mgr. Dagmar Repaská. Odborný konzultant: Prof. ThDr. Ján Duda, PhD., 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: Rím. kat. farský úrad, Michalská 52, 053 21 Markušovce. Nepredajné. E-mail: info@pokojadobro.sk. http://www.pokojadobro.sk
Redakcia si vyhradzuje právo upravovať príspevky. Nevyžiadané rukopisy nevraciame.