



# Pokoj a dobro

Katolícky časopis farnosti Markušovce  
Ročník 15 Číslo 1 Marec 2013

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



## Úsilie o dar rozlišovania

*Snímka: Peter Lazor*

*Pôstne obdobie má každý rok inú príchut'. Dnešnou terminológiou povedané – je o niečom inom. Závisí od mnohých okolností, jednak od stavu nášho vnútra, ale tiež od spoločnosti, v ktorej žijeme. Stav vnútra si človek musí riešiť v sebe sám. A čo sa týka súčasnej spoločnosti, ukazuje sa, že by sme si mohli v tomto pôstnom čase vyprosovať dar rozlišovania a zároveň aktívne na tom pracovať.*

Od novembra 1989 ubehlo už niekoľko rokov a za tú dobu sme mali príležitosť učiť sa rozmyšľať vlastnou hlavou. Zdá sa však, že prevažná časť spoločnosti sa dobrovoľne necháva klamať podsúvaním rozličných lží a poloprávdy. A je jedno, ktorej oblasti sa to týka. Pritom však stačí namiesto stádovitého prikyvovania niekedy „len“ pohnúť rozumom. Boh dal človeku rozum, aby ním poznával svet. Teda, aby rozmyšľal. Aby si vytváral názor. Ak si chceme vytvoriť názor, nestačí dookola omieľať to, čo sme kdesi začuli a čo sväto-sväte ktosi tvrdí. Tvoríť si úsudok

vyžaduje úsilie poznať pravdu. No a na poznanie pravdy je potrebné skúmať a filtrovať počuté, čítané, videné a skúsené cez prizmu Pravdy. A ňou je Boh.

Ak bude (nielen) kresťan rozmyšľať, tak je len málo pravdepodobné, že bude sledovať drvivú väčšinu médií. Prevažná časť z nich nie je mienkotvorná, ale bulvárna. Bulvárne médiá – tlač, rozhlasové stanice, televízne programy sú už zo svojho princípu založené na tom, aby prinášali senzácie, šokovali, vyvolávali zdesenie, odpor, zúrivosť a strach. Ľudia vo svojej podstate majú radi príbehy. A tento fakt nahráva bulvárnym médiám. Namiesto publicistického spravodajstva spracujú vytrhnutú informáciu do takej podoby, ktorá priláka čitateľa/poslucháča/diváka, a ten mu venuje svoj drahocenný čas. A keď sa to opakuje niekoľkokrát, už sme v tom až po uši a pomaly strácame cit pre rozlišovanie, čo je pravdivé a čím nás naopak manipulujú.

Takto nasiaknutí škodlivými mé-

diami sa potom správame aj v našej bežnej každodennej komunikácii. Tí, ktorí rozprávajú, usilujú sa šíriť strach a paniku a tí, ktorí ich počúvajú, bezmyšlienkovite prikyvujú. Kolotoč sa roztáča a spoločnosť sa pomaličky, ale isto stáva pesimistickou, zmieta ju beznádej a všeobecná frustrácia. Preťať tento doslovne hriešny kruh si vyžaduje veľké úsilie. Tu sa priam žiada zastaviť sa, začať uvažovať a prosiť Boha o dar rozlišovania medzi pravdou a lžou, medzi dobrým a zlým, medzi užitočným a škodlivým.

Ako tip na tohtoročné Pôstne obdobie si môžeme metaforicky vziať príklad z toho, že máme dve uši na počúvanie a jedny ústa na rozprávanie. Skúsme viac počúvať, uvažovať a utvárať si názor a aspoň o polovičku menej rozprávať nepodstatné a škodlivé reči.

Pozývam vás nelistovať v bulvárnej tlači a nezapínať bulvárne vysielanie. Máme na to odvahu? Vyskúšajme...

*Monika Hodnická*



### Eucharistia a utrpenie

Ondrej Švančara  
čítaj str. 3



### Pôstne ticho

Zuzana Klučárová  
čítaj str. 6



### Rezignácia Benedikta XVI.

Ján Duda  
čítaj str. 8-9



## Milí čitatelia!

Začínáme 15. ročník vydávania nášho spoločného časopisu. Chceme dúfať, že mnohých to teší prinajmenšom tak ako nás.

Symbolicky začíname pôstnym vydaním a jedným zo symbolov Pôstu je aj obeta. Každé jedno vydanie vzniklo mnohým úsilím jeho tvorcov. Ale bez námahy nemôže predsa vzniknúť nič, čo by bolo povšimnutiahodné. Všetko, čo má hodnotu, si vyžaduje úsilie, obeť, sebazaprenie... A tak to je aj v Pôstnom období.

Chcem sa obrátiť na všetkých, ktorí akýmkoľvek spôsobom teraz zápasia so svojimi ťažkosťami, problémami, starosťami. Každé úsilie o dobro, o dobré vyriešenie problémov, o znášanie ťažkostí, ktoré sa akosi nedajú zmeniť, prinesie skôr či neskôr svoje ovocie. Každá obeta, ak bude prepojená na Boha, má svoju hodnotu. Možno ju nevidieť hneď, ale Boh na ňu pamätá a v správny čas sa ukáže v podobe netušeného ovocia. Treba byť len vnímavý na Boží hlas v našom svedomí, ktorý určuje smerovanie. Aby sme však počuli správny hlas svedomia, treba nám ho často očisťovať. Povzbudíme teda seba i iných k sviatosti zmierenia – a to nielen krátko pred Veľkou nocou.

Pôst 2013 „otvára“ výnimočnú udalosť – abdikácia nášho pápeža Benedikta XVI. Bude dobré, ak budeme mimoriadne ostrážiti a vnímaví pri prijímaní všetkých informácií, ktoré sa množia a šíria ohľadom rozhodnutia Svätého Otca. Nechajme sa inšpirovať postojom Panny Márie, ktorá o vážnych rozhodnutiach uvažovala v tichosti vo svojom vnútri, kde dozrievalo. V každom prípade treba ďakovať za tohto úžasného cirkevného teológa a mysliteľa a modliť sa za jeho nástupcu.

Je toho veľa, čím sa môžeme zaoberať v Pôstnom období. Ako dobre, že máme na to dostatočne dlhý čas.

Prajem nám všetkým požehnaný pôstny čas, ktorý prinesie veľa dobrého ovocia.

Monika Hodnická,  
šéfredaktorka

# Detoxikačná kúra organizmu alias novodobý pôst

*Média sa v súčasnej dobe hemžia rôznymi metódami detoxikácie organizmu a výživovými či potravinovými prípravkami, ktoré detoxikáciu umožňujú. Prítom už naše prastaré zvyky a zvyklosti rozumeli pod touto jarnou očistou organizmu jednoducho pôst.*

Pôst má z časti svoj duchovný rozmer, pestuje a podporuje pevnú vôľu, posilňuje a kultivuje rozmer duchovnosti, ktorý harmonizuje s duševným a telesným stavom organizmu. Princípom pôstnej očisty organizmu je odstránenie škodlivých látok z organizmu, toxínov, odpadových látok metabolizmu nahromadených predovšetkým z vianočného času, tzv. „času hojnosti“, keď naše telo spí „zimným spánkom“. Svetelná dĺžka dňa je v zime významne skrátená, a tak naše telo prirodzene tiahne k zimnému odpočinku či leňošaniu, aby sa pripravilo na aktívnejšie časy. Aj naša energia a odhodlanie akoby spali zimným spánkom a naberali sily do nového jarného času. Naše staré mamy si čas pôstu prispôbili zo svojich zvyčajných zvyklostí – obmedzili mäso, zmenšili porcie a zjednodušili stravu. Pitnému režimu, zdá sa, že neprikladali až taký veľký význam. Zato za dlhých zimných večerov sa venovali i komunitným prácam, počas ktorých zvelaďovali svoje vzájomné vzťahy i zručnosti. Cirkevný či kresťanský kalendár zaradil do obdobia Pôstu rôzne milníky, sviatky či pôstne nedele, ktoré aktivujú, stupňujú a motivujú vôľu k očiste tela i duše. To všetko vrcholí bezprostredne pred veľkonočnými sviatkami a Veľkonočným Trojdním. Je pravda, že v stresových zamestnaniach a pri niektorých ochoreniach je ťažké princípy pôstu dodržať a neraz pôst škodí i zdravotnému stavu, napríklad pri cukrovke. Napriek tomu je liečebný a pozitívny účinok pôstu overený stáročiami.

V súčasnej sekularizovanej spoločnosti pôst nahradili takzvané detoxikačné kúry. Najčastejšie sú na jar a odporúčajú sa vykonávať v pokojnom období, keď nie je človek vystavený stresu a zhonu. Metódy detoxikácie organizmu sa tak stali biznisom, ktorý „letí“ hlavne v jarných mesiacoch, ale rozšíril sa i na jesenné mesiace, i keď v menšej miere.

Detoxikačná kúra trvá zvyčajne od jedného do troch mesiacov. Niektoré lacnejšie a prírodné metódy využívajú prírodné produkty – ovocie a zeleninu v kombinácii s čajom a ako sladidlo využívajú prírodné sladidlá – napríklad med. Sú časovo náročnejšie, pretože jedlo si musíme na každý deň či týždeň dopredu pripraviť a jedálny lístok sa mení každý týždeň. Ich nevyhnutnou súčasťou je pitný režim – najčastejšie čistá voda ochutená citrónom, mäťovými lístkami či medom, prípadne zelený čaj. Objem tekutín má byť najmenej 1,5 litra za deň. Počas detoxikácie je najlepšie vylúčiť kávu či alkohol. Vhodné sú prírodné ovocné šťavy riedené vodou. Pre tých zamestnanejších sú k dispozícii rôzne kokteily či koncentrované tekuté gély a tablety, najčastejšie z osvedčených prírodných a neraz i exotických produktov.

Na trhu sú k dispozícii i detoxikačné náplasti, využívajúce účinky rôznych drevín či bahna spolu s princípmi orientálnej medicíny. Niektoré prípravky sú v podobe tabliet s obsahom vitamínov, minerálov, výťažkov jačmeňa, zeleného čaju a citrusov. Z ovocia sa odporúča využiť v očistnej kúre jablká, kyslú kapustu, červenú repu, citrón či šalátovú zeleninu. Veľmi dobré je zaradiť do jarného obdobia aj kúpeľné procedúry. Odporúča sa sauna a rôzne minerálne alebo bahenné kúpele či obklady. Kúpeľné procedúry sú veľmi dobrým doplnkom detoxikačnej kúry organizmu a navyše prinášajú aj relaxáciu. Je dobré ich zaradiť po ukončení detoxikácie.

Základom každého pôstu alebo detoxikácie je predovšetkým odhodlanie a vôľa vydržať. Pôst v tomto ohľade poskytuje veľký duchovný potenciál. Je len na každom z nás, pre akú metódu sa rozhodne. Iste neolutuje a jej ovocie pocíti koncom jari i po celý zvyšný rok.

Jana Virčíková,  
detská lekárka



# EUCHARISTIA A UTRPENIE

Všetci si dobre uvedomujeme a máme svoju osobnú skúsenosť z utrpenia seba alebo našich blízkych. Utrpenie samo o sebe je tajomstvo, ktoré sotva bude môcť niekto na tejto zemi celkom pochopiť. Vieme však, čo s tajomstvom utrpenia máme robiť, keď sa doň ponoríme, keď sa nás dotkne, keď ho musíme zakusovať. Na to nám dáva odpoveď sám Ježiš Kristus. On osvetlil tajomstvo ľudskej bolesti a utrpenia práve svojím utrpením a smrťou na kríži.



Snímka: Peter Lazor

Eucharistia a utrpenie majú veľmi blízko k sebe. Ponajprv v tom, že je živou pamäťou jeho bolesti umierania aj samej smrti. Eucharistia však je aj živým víťazstvom nad bolesťou, ľudskou biedou a utrpením. Je triumfom nad tajomstvom utrpenia, ktoré musí človek znášať, pretože je človekom a pretože je hriešny.

V Eucharistii sa nerozlučne spája utrpenie a smrť Ježiša s jeho zmŕtvychvstaním, s vyriešením problému ľudskeho utrpenia, ľudskej bolesti. Môže nám dať svetlo a byť posilou v údele trpiacich tejto zeme. Toto poslanstvo je adresované tým, ktorí už teraz zakusujú trápenia, ale aj tým, ktorých utrpenie v budúcnosti ešte len čaká.

Choroba prichádza ako zlodej, nečakane. Aj pre jedných – čo už dnes trpia, aj pre druhých, ktorých čaká utrpenie zajtra, je Eucharistia nádejou. Je zdrojom energie a posily niesť každodenný kríž, ktorý Božia prozreteľnosť kladie na naše plecia. Vo svetle viery aj utrpenie má zmysel, ba niekedy nenahraditeľnú cenu so zretelom na spásu. Kristus, ktorého prijímame, nám zvnútra dáva spôsobilosť niesť kríž, robí nás schopnými posvätiť svoju chorobu, svoje trápenie, svoju bolesť, utrpenie a

premeniť ho na výkupné utrpenie. Keď sa stotožňujeme s trpiacim Kristom je to preto, aby sa naše utrpenie zmenilo na obeť.

Utrpenie možno premeniť na obetný dar Bohu vo svätej omši. Pri slávení Eucharistie kladíme na oltár svoje utrpenie každého druhu. Ježiš Kristus pridružuje naše utrpenie, naše bolesti a neduhy k svojmu vykupiteľskému utrpeniu. Tak im dáva nový zmysel a novú hodnotu. Ak sa spojíme my, čo trpíme, s Ježišom Kristom a hodnotu utrpenia investujeme do premeny sveta, svet sa zošlachtí a stane sa ľudskejším. Takú silu má ľudské utrpenie spojené s Ježišom Kristom, s jeho eucharistickou obeťou.

Prijímaním Eucharistie sa zjednocujeme s trepezlivým Kristom. Izaiáš o Kristovi napísal: „Nemá podoby ani krásy, aby sme hľadeli na neho a nemá výzoru, aby sme po ňom túžili. Opoľvrhnutý a posledný z ľudí, muž bolesti, ktorý poznal utrpenie, pred akým si zakrývajú tvár, opoľvrhnutý, a preto sme si ho nevážili. Vskutku on niesol naše choroby a našimi bôľmi sa on obťažil, no my sme ho pokladali za zbitého, streťaného Bohom a pokoreného. On však bol preobdnutý pre naše hriechy, strýznený pre

naše nepravosti, na ňom je trest pre naše blaho a jeho ranami sme uzdravení“ (Iz 53, 2 – 5).

Kresťan, ktorý žije z Eucharistie, pokorne znáša svoju bolesť a utrpenie v duchu pokánia za hriechy svojho života a v nádeji, že poslúži svojím utrpením vykúpeniu sveta. Eucharistia nám vlieva svätú trepezlivosť – Ježišovu trepezlivosť. Milosť svätého prijímania, nás zvnútra robí schopnými trpieť sväto a odovzdané do vôle Božej, ako trpel Kristus. „Otče môj, ak je možné, nech ma minie tento kalich. No nie ako ja chcem, ale ako ty“ (Mt 26, 39).

Kto prijíma Ježiša, prijíma aj jeho modlitbu a odovzdanosť. Ak prijímame Eucharistiu, nemôžeme a nesmieme šomrať proti Bohu pre svoje utrpenie, ak naozaj prijímame umučeného a vzkrieseného Krista. V Eucharistii prijímame aj Ježišovo víťazstvo, ktoré je spojené s jeho umučením. Vlieva nám novú nádej, že naše utrpenie má zmysel, a že ho môžeme prežívať kvalitnejšie. Potom so svätým Pavlom môžeme povedať: „Teraz sa radujem v utrpeniach pre vás a na vlastnom tele dopĺňam to, čo chýba Kristovmu utrpeniu pre jeho telo, ktorým je Cirkev“ (Kol 1, 24).

Ondrej Švančara, správca farnosti

# GLÓRIA – SLÁVA BOHU NA VÝSOSTIACH

Tento hymnus chvály, ktorý sa spieva v nedele a sviatky, je jedným z najstarších a najkrajších liturgických spevov. Právý poklad, z ktorého je možné sýtiť osobnú i spoločnú modlitbu. Nad každou vetou chválospevu by sme mohli dlho rozjímať. Začína slovami evanjelia: „Sláva Bohu na výsostiach a na zemi pokoj ľuďom dobrej vôle“ (Lk 2, 14).



Toto anjelské zvolanie pretrhlo betlehenskú noc a mlčanie pastierov; vzdáva chválu Bohu, ktorý skrze narodenie Mesiáša prichádza spasiteľ ľudí a darovať im svoju lásku.

Potom s úžasom a láskou preplneného srdca tryskajú vety a slová jedno za druhým a ponáhľajú sa vyjadriť našu adoráciu: „Chválim te. Velebím te. Klaniame sa ti. Oslavujeme te. Vzdávame ti vďaky, lebo veľká je sláva tvoja...“. Nevysychajúci prameň. Jasot a plesanie prýštia z hlbín nášho vnútra a rinú sa z našich perí, keď rozjíname o Božom tajomstve a dívame sa na tvár nebeského Otca. S obdivom, láskou a úžasom ďalej voláme: „Pane a Bože náš, Kráľ nebeský, Boh Otec Všemohúci“ a odrazu stojí pri nás Ježiš, s tvárou plnou milosrdenstva a nehy: „len ty si Pán, len ty si Najvyšší, Ježišu Kriste, Syn Otca...“

Táto modlitba nás učí zabúdať na seba a milovať Boha nadovšetko, pozdvihuje nás z hlbín našej úbohosti a dvíha do Božích tajomstiev lásky.

## Modlitba dňa

Po ukončení Glórie mohutným „Amen“ sa kňaz ujíma slova: „Modlime sa.“ Tým naznačuje, že ide o spoločnú modlitbu zhromaždenia. Nastane ticho, všetko znehybnie a zmlkne. Každý sa stíši, sklóni hlavu, aby pridal k modlitbe svoje vlastné prosby. Po chvíli ticha kňaz pokračuje v jednoduchej modlitbe, ktorá je zavŕšením a vrcholom úvodných obradov a v ktorej vyslovuje hlavnú myšlienku liturgického slávenia. Je to modlitba za dary, milosti, ktoré potrebuje Cirkev, i každý jej člen pre svoje posväcovanie

Končí slovami: „Skrze nášho Pána Ježiša Krista, tvojho Syna, ktorý je Boh a s tebou žije a kraluje v jednote s Duchom Svätým po všetky veky vekov.“

Takto znie kresťanská modlitba, prednášaná k Otcovi skrze Syna v Duchu Svätom. Jednoducho povedané, no nekonečne hlboké tajomstvo Najsvätejšej Trojice. Odpoveďou „Amen“

Boží ľud potvrdzuje svoju vieru v toto najväčšie tajomstvo našej viery.

## Prvé čítanie

Po skončení úvodných obradov začína bohoslužba slova. Doteraz sme hovorili my a teraz chce Boh hovoriť k nám a my ho máme pozorne počúvať.

Sväté písmo je živým slovom Boha. Živým preto, lebo nie je len historickým záznamom dávnych udalostí, nikdy nestratilo svoju životodarnú silu. Stále rovnakou, božskou, premieňajúcou, uzdravujúcou a oslobodzujúcou mocou koná v životoch jednotlivcov, ako to bolo za Ježišových čias. Silou Ducha Svätého, ktorá je v Božom slove prítomná, zasahuje životy veriacich a mení ich.

Prvým čítaním nám Boh hovorí o svojich mocných zásahoch, ktoré činí v prospech svojho ľudu, v prospech tých, čo ho poznajú a milujú. Dáva dôkaz, čo všetko je schopný a ochotný robiť pre svoje milované deti, ktoré mu dôverujú.

Prvé čítanie býva zo Starého zákona, aby sme viac spoznávali dejiny spásy, dejiny Božej lásky k nám. Poznanie týchto dejín nám pomáha odhaliť historickú, prorockú a sviatosťnú väzbu medzi Božím zjavením v Mojžišovi, v prorokoch a nakoniec v Synovi, vo vtelenom Božom slove. Toto odhalenie nám pomáha hlbšie pochopiť slová evanjelia.

Pred samotným čítaním prosme v hĺbke srdca Ducha Svätého, aby vstúpil svojou múdrosťou do nášho srdca i do srdca kňaza, aby sme dokázali správne pochopiť poslanstvo, ktoré nám chce Boh vo svojom slove odovzdať. Lebo ku každému z nás chce Boh prehovoriť, do nášho života, do situácie, v ktorej sa práve nachádzame, do našich starostí, problémov i radostí. Chce mi dať slovo, určené len pre mňa a pre nikoho iného, slovo, ktoré ma usmerní, poteší, pokarhá i uzdraví.

Marek Ondra, kaplán  
Snímka: Peter Lazor



# Začiatky rehoľného života



*Sv. Pavol z Théb*

To, že v Cirkvi vane Duch Svätý, môžeme vidieť aj na zrode rehoľného či mníšskeho života. Rehoľný život sa vyvinul z vnútra Cirkvi ako Božia odpoveď na potrebu doby. V 4. a 5. storočí sa rozrástol do hnutia, ktoré zachvátilo všetky vrstvy kresťanského ľudu. Ľudia vyhľadávali púšť, aby tam vydávali svedectvo Kristovi a celkom sa oddali Bohu. Rehoľný život má svoj pôvod v evanjeliu. Cieľ nasledovania Krista je žiť jedine pre Boha a žiť z daru jeho milosti. Aby toto ľudia dosiahli, vzdávajú sa majetku, rodinného života, vlastného ja. Kláštory sa stali centrami vzdelanosti a kultúry. Bez ich namáhavej a vďačnej práce, by sme sotva dosiahli taký kultúrny rozvoj, akého sme svedkami. Európa i ostatné časti sveta môžu vďačiť Cirkvi a kláštorom za ich skultúrnenie.

Z dobovej mníšskej literatúry sa dozvedáme, že mnísi boli osobnosti nesmierne láskavé, ohľaduplné k blízkym a veľkorysé, plné hlbokej vnútornej sústredenosti. K nim sa chodili radíť jednoduchí ľudia, ale i mocní tohto sveta. Všetci veľkí svätci a cirkevní otcovia tejto doby boli buď mnísi, alebo k nim

mali veľmi blízko.

Rehoľníctvo sa zrodilo v 3. storočí v Egypte, kde našlo pre svoj vznik priaznivé prírodné i kultúrne podmienky. V prvej fáze sa rozvíjal a rýchlo šírilo pustovnícky – anachoretský (eremitský) život – podľa príkladu **sv. Antona Pustovníka** (žil v rokoch 251 – 356), zakladateľa pustovníctva. K prvým pustovníkom patrilo aj **sv. Pavol z Théb**. V druhej fáze, v ktorej prevažoval cenobitský spôsob života, bol hlavným predstaviteľom **sv. Pachomius**. Bol tiež pustovníkom (žil okolo rokov 292 – 346), avšak okolo roku 320 zhromaždil roztratených mníchov, a tým položil základy usporiadaného mníšskeho života. Poslednou fázou bol mníšsky kláštorový život. Bol usporiadaný a riadil sa zvláštnymi pravidlami. Najznámejšiu regulu vypracoval **sv. Bazil z Cézarey**, ktorý považoval život v kláštore za život ideálny. Za jednu z najznámejších postáv starovekého rehoľníctva vôbec, môžeme považovať **sv. Benedikta**, ktorý bol zakladateľom rehole Benediktínov. Sv. Benedikt (žil v rokoch 480 – 547) napísal svoju Regulu Benedicti, ktorá sa stala základom všetkých benediktínskych kláštorov Zá-

padu. Znáмым krédom benediktínskej rehole bola veta „Ora et labora – Modli sa a pracuj“, ktorá prispela ku kultúre stredoveku.

Nakoniec môžeme rády rozdeliť nasledovne:

- **mníšske rády** – vznikali ako prvé, charakteristické je odlúčenie od sveta, heslom je Ora et labora; napr. Rehoľa svätého Benedikta, cisterciáni, kartuziáni...;

- **rytierske rády** – vznikali počas križiackych výprav; jednou z ich hlavných úloh bola ochrana pútnikov a Svätej zeme; napr. Rád Templárov, Rád nemeckých rytierov...;

- **žobravé rády** – vznikali v 12. a 13. storočí. Charakteristická je orientácia na chudobu (odtiaľ aj ich pomenovanie). Taktiež je pre nich charakteristické evanjelizačné pôsobenie medzi ľuďmi, hlavne formou kázni; napr. františkáni, dominikáni...;

- **moderné rehole** – vznikali v 15. a 16. storočí ako odpoveď na krízu v Cirkvi, na potrebu evanjelizácie v misiách, ale aj v Európe; napr. Spoločnosť Ježišova (jezuiti) a mnoho iných reholí.

*PaedDr. Marek Cimbala, PhD.*

# PÔSTNE TICHU

„Modliť sa neznamená počúvať seba samého, modliť sa znamená stíšiť sa, zotrvať v tichu a čakať, kým modliaci sa nezačujú Boha.“ (Søren Kierkegaard)

## Pokánie

Modlitba, almužna, pôst. So začatím Pôstneho obdobia si každý z nás vyberá ten správny nástroj vnútornej premeny. Niektorí si privstanú a venujú ráno viac času modlitbe, iní sa zapoja do dobrovoľníckych aktivít a ďalší sa na necelé dva mesiace zriekajú potešení či pokušení. Často sa stretávame s predsavzatím nepozerať televíziu, vzdať sa hudby, nevyhľadávať hlučnú zábavu... Mnohokrát je to práve ticho a samota, od ktorých očakávame závažné zmeny bez veľkej námahy.

Ale ticho bez zmyslu veľa nezmôže. Aby sme na konci Pôstu neboli nadšení len preto, že náš čas znova vyplnia obľúbené seriály alebo opäť zjídeme s priateľmi von - baviť sa, ale preto, že v našich vzťahoch nastali pozitívne zmeny, pokúsme sa zamyslieť nad tým, čo pre dnešného človeka znamená stíšiť sa.

Stráviť tento čas v púšti pre nás nie je také jednoduché, neustále sme obklopení ľuďmi a hlasmi. Ale stíšenie nemusí znamenať dočasné odsťahovanie sa do vákuu, prázdnoty. Postačí umlčať svoj kritický hlas, ktorý vidí na všetkých a na všetkom samé nedokonalosti. Stíšiť sa vo chvíľach, keď chceme zase raz radiť niekomu bez toho, aby nás o to požiadal. Nenechať domnienky postavené na vratkých základoch domýšľavosti, aby pokrivil náš pohľad na iných. Nepočúvať náš vnútorný hlas presvedčený o vlastnej dokonalosti. Stíšiť sa a počúvať.

## Počúvanie, pozornosť, trpezlivosť

Základom načúvania druhým je odhaliť v ich rozprávaní pocity. Zvykli sme si nehovoriť priamo a zaobalovať city do slovnej vaty. Preto skutočne počúvať znamená stať sa na chvíľu bádateľom odhaľujúcim pravý význam slov. Pýtajme sa na pocity druhých, a keď ich rozpoznáme, povedzme im, čo si myslíme, že sme počuli. Prejaví-



Snímka: Peter Lazor

me tak záujem a starostlivosť, pochopenie a vcítenie sa, jedným slovom – empatiu. Tá je prvým pilierom, na ktorom stojí vzájomné porozumenie. Ďalšími dvoma sú pozornosť a trpezlivosť.

Pozornosť máme zamerať výhradne na toho, kto hovorí. Povzniesť sa na chvíľu nad seba samého a svoje potreby, zrkadliť pocity a snažiť sa porozumieť hovorenému. Rozptýleniam a vyrušeniu sa úplne vyhnúť nedokážeme, ale môžeme si vyhradiť čas, vypnúť telefón a vybrať pokojné miesto na rozhovor.

Trpezlivosť sa prejaví hlavne v potlačení snahy radiť, riadiť a riešiť. Neskákať do reči a nemeniť tému tým, že začneme hovoriť o vlastných skúse-

nostiach. Avšak trpezlivosť musí mať človek i sám so sebou, každý má totiž svoje limity, hranice, za ktorými nedokáže byť pozorným poslucháčom, či už kvôli únave, alebo vlastným problémom, ktoré zamestnávajú jeho myseľ. Pre harmonickú komunikáciu je preto dôležité byť v styku so svojím vnútorným svetom, vedieť počúvať seba samého, rovnako ako iných, prostredníctvom svojich pocitov. Stáva sa, že sami sebe nevenujeme toľko porozumenia, pozornosti, trpezlivosti a času ako iným ľuďom. Chvíle osamote vyplnené poznávaním seba samého však nie sú prejavom sebeckta, ale prípravy na prijímanie ostatných.

## Všadeprítomný Boh

Nech sa však snažíme akokoľvek, nikdy nebudeme takými dobrými poslucháčmi ako je Boh. V Novom zákone čítame o Ježišovi pozorne načúvajúcom trpiacim, zmäteným i čestným, a tiež o ľuďoch, ktorí ho počúvajú, zachovávajú jeho slová v srdciach a šíria ich ďalej. Ako sme na tom my? Niekedy to vyzerá akoby sme Boha zavreli do kostola či do Biblie a zabudli na jeho všadeprítomnosť. Vypočúť ho sa nám zdá byť príliš komplikované až nemožné. Otvoriť si srdce nám znie ako fráza. A pritom načúvať Božiemu hlasu je oveľa jednoduchšie, ako si predstavujeme. Stačí namiesto snahy zvládnuť tento dialóg sám, nechať konať Boha. A nepotrebujeme na to nijaké zvláštne príležitosti ani miesta. Veď ako povedala sv. Terezka z Avily: „Mysli na to, že Boh je aj medzi hrncami a panvicami a že stojí pri tebe, vo vnútorných i vonkajších úlohách.“

Je ťažké milovať niekoho, koho nepoznáme. Vyhradme si v Pôste čas na poznávanie Boha, seba i iných ľudí. A myslime na to, že keď hovoríme, odhaľujeme sa druhým. Keď počúvame, otvárame sa odhaľovaniu iných.

Zuzana Klučárová

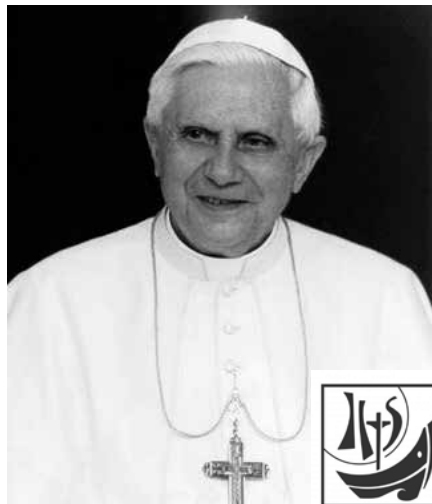
# Benedikt XVI. na Biskupskej synode

• Rok viery je vynikajúcou príležitosťou pre NÁVRAT k Bohu, na prehlbenie viery a nadobudnutie väčšej ODVAHY pre jej prežívanie, na POSILNENIE nášho vzťahu k Cirkvi, ktorá nás prostredníctvom Slova, slávenia sviatostí a konania skutkov dobročinnnej lásky vedie k stretnutiu a SPOZNANIU Krista, pravého Boha a pravého človeka. Nie je to len stretnutie s myšlienkou alebo životným programom. Je to stretnutie so živou osobou, ktorá nás hlboko premieňa a odhaľuje nám našu skutočnú identitu – IDENTITU BOŽÍCH DETÍ.

• Stretnutie s Kristom obnovuje naše ľudské vzťahy a každý deň ich privádza k väčšej solidarite a bratstvu, a to na základe LOGIKY LÁSKY. Mať vieru v Pána nie je niečím, čo sa dotýka len našej inteligencie a oblasti intelektuálneho poznania. Je to zmena, ktorá sa týka CELÉHO nášho života a nás samých: ovplyvňuje city, srdce, inteligenciu, vôľu, telesnosť, emócie a ľudské vzťahy.

• Je viera naozaj premieňajúcou silou nášho života, môjho života? Alebo je to len jeden z prvkov, ktoré sú súčasťou našej existencie, avšak bez toho, aby sa jej rozhodujúcim spôsobom dotýkali a ovplyvňovali ju? V katechézach tohto roku by sme chceli posilniť alebo znovu objaviť RADOSŤ z viery a pochopiť, že viera nie je čímsi cudzím, odtrhnutým od konkrétneho života, ale práve naopak, že je pre život DUŠOU.

• Viera v Boha nám jasným spôsobom ukazuje, že len v láske možno objaviť plnosť človeka. Dnes je veľmi potrebné to zdôrazňovať, pretože kultúrne premeny nám prinášajú rozličné formy barbarstva, ktoré sa ukrývajú pod rúškom „výdobytkov civilizácie“. Viera nám potvrdzuje, že skutočnú ľudskosť možno nájsť jedine na takých miestach, v takých gestách, časoch a formách, pri ktorých je človek VEDENÝ LÁSKOU pochádzajúcou od Boha, pri ktorých sa prejavuje ako dar, žije vo vzťahoch plných lásky, súcitu, pozornosti a nezištnej služby pre druhého.



• Kde je panovačnosť, túžba po majetku, využívanie druhého a kupčenie s ním založené na vlastnom egoizme, kde vládne arogancia ľudského „ja“, uzavretého do seba samého, tam človek zostáva ochudobnený, zdegradovaný a zdeformovaný. Kresťanská viera, ktorá je ČINNÁ V LÁSKE a SILNÁ V NÁDEJI, neobmedzuje, ale HUMANIZUJE život, ba robí ho naplno ľudským.

• Viera je prijatím odkazu, ktorý PREMIEŇA náš život. Je prijatím zjavenia Boha, ktorý nám dáva spoznať KTO JE, ako koná a aké má s nami plány. Zaiste, Božie tajomstvo bude vždy prevyšovať naše koncepty a naše chápanie, naše obrady i naše modlitby. Na druhej strane, Boh sa nám prostredníctvom zjavenia dáva spoznať, rozpráva nám o sebe samom, robí sa dostupným. A my sa tak stávame schopnými POČŮVAŤ jeho slovo a PRIJÍMAŤ jeho pravdu.

• Obdivuhodným zázrakom viery je, že Boh vo svojej láske v nás prostredníctvom Ducha Svätého vytvára PODMIENKY na to, aby sme dokázali porozumieť jeho Slovu. Boh sám vo svojom rozhodnutí ukázať sa nám, vstúpiť do kontaktu s nami a sprítomniť sa v našich dejinách, nás robí SCHOPNÝMI počúvať a prijímať ho. Svätý Pavol o tom hovorí s radosťou a uznaním: „Preto aj my neprestajne vzdávame vďaka Bohu za to, že keď ste od nás prijali Božie slovo, ktoré sme

hlásali, neprijali ste ho ako ľudské slovo, ale ako BOŽIE SLOVO, a ono pôsobí vo vás veriacich“ (1 Sol 2,13).

• Kde nachádzame ZÁKLADNÚ FORMULU VIERY? Kde nachádzame pravdy, ktoré nám boli verne odovzdané a majú byť SVETLOM pre náš každodenný život? Odpoveď je jednoduchá: V KRÉDE, vo vyznaní viery alebo v tzv. SYMBOLE VIERY sa spájame s pôvodnou udalosťou osoby a histórie Ježiša z Nazareta. Tu sa konkretizuje to, čo Apoštol národov povedal kresťanom z Korintu: „Odovzdal som vám predovšetkým to, čo som aj ja prijal, že Kristus zomrel za naše hriechy podľa Písma, že bol pochovaný a že bol tretieho dňa vzkriesený“ (1 Kor 15, 3).

• Aj dnes potrebujeme, aby sa Krédo stalo lepšie známym, viac pochopeným a intenzívnejšie premodleným. Najdôležitejšie je, aby sa Krédo stalo takpovediac UZNANÝM. Poznanie môže byť čisto intelektuálnou operáciou, kým uznanie chce naznačiť nevyhnutnosť objaviť hlboké puto medzi pravdami, ktoré vyznávame v Kréde, a medzi našou každodennou existenciou, aby sa tieto pravdy skutočne a konkrétne stávali SVETLOM pre kroky nášho života, VODOU, ktorá zvlažuje popáleniny získané pri putovaní, ŽIVOTOM, ktorý víťazí nad púšťou každodennosti. V Kréde je priam zaštepovaný MORÁLNY ŽIVOT kresťana, ktorý práve v ňom nachádza svoj základ a zmysel.

• Nie náhodou si blahoslavený Ján Pavol II. želal, aby Katechizmus Katolíckej cirkvi, ktorý je normou pre vyučovanie viery a istým prameňom katechézy, bol založený na KRÉDE. Išlo o potvrdenie a zachovanie centrálného jadra právd viery, pri ktorom je potrebné, aby sa jeho jazykové vyjadrenie stalo viac pochopiteľným pre ľudí súčasnej doby, PRE NÁS. Povinnosťou Cirkvi je odovzdávať vieru, komunikovať evanjelium tak, aby sa kresťanské pravdy stali svetlom pre nové zmeny kultúry, aby kresťania boli schopní obhájiť NÁDEJ, ktorú v sebe majú. (1 Pt 3, 14)



# Rezignácia Benedikta XVI.

*Svätý Otec Benedikt XVI. oznámil svoju rezignáciu.*

*Po prvom prekvapení, ktoré bolo iste veľké, pomaly nastupuje čas na určité úvahy bez emócií.*



## Zdôvodnenie odstúpenia

Takmer 86 ročný Svätý Otec ako dôvod svojho odstúpenia oznámil svoj vek a zdravotný stav. Keby tento dôvod použil v roku 2005 pri svojom zvolení, určite by bol aj vtedy uvedený dôvod pravdivý, veď mal 78 rokov, aj keď dnes, s odstupom ôsmich rokov pontifikátu, dôvod nabral na naliehavosti. A tak vzniká prvá otázka: Prečo v roku 2005 pápežský úrad prijal?

Odpoveď azda treba hľadať v jeho pôsobivom pontifikáte. V Ríme žil po boku Jána Pavla II. 24 rokov ako prefekt Kongregácie pre náuku viery. Poznal zblízka problémy a potreby Cirkvi, pretože boli jeho každodennou náplňou. Ako muž viery a intelektu mal určite svoju predstavu o tom, čo je pre Cirkev osožné. Určite mu muselo byť zrejmé, že Pán Boh mu dáva relatívne krátky čas, aby niečo zásadné urobil. Ako pápež, hoci v pokročilom veku, urobil v Cirkvi zásadné a bezprecedentné kroky a opatrenia. Začal robiť poriadky v radoch biskupov a kňazov. Pritvrdil poriadok a posvätnosť kňazov pri liturgii. V rímskom ríte zaviedol mimoriadnu formu slávenia liturgie pred II. vatikánskeho koncilu. Otvoril do Katolíckej cirkvi dvere Anglikánom, pre ktorých vytvoril Personálne prelatury (niečo na spôsob personálnej diecézy). Z Kongregácie pre

náuku viery vytvoril Najvyšší tribunál proti najzávažnejším trestným činom. Nariadil reformu trestného kánonického práva a najmä zasadil sa za nový výklad textov II. vatikánskeho koncilu v duchu continuity s dvetisícročnými dejinami a učením Cirkvi. Rozhodol sa znova pokresťančiť Európu založením Pápežskej rady pre novú evanjelizáciu, ktorej v januári tohto roku zveril aj Úrad pre katechizáciu. Napísal tri encykliky, ale azda najviac sa uchová v našej pamäti jeho trojzväzková kniha Ježiš Nazaretský. Pápež vedel, že pre kresťanov súčasnosti je viera v Ježiša Krista ako Božieho Syna zásadnou otázkou. Vyhlásil Rok kňazov, a teraz žijeme Rok viery. Nekompromisne a s nulovou toleranciou pristupoval k mravným deliktom kléru, o čom svedčí List Cirkvi v Írsku, v ktorom pranieruje pedofilné škandály. Nekompromisne sa postavil k psychosexuálnym deviáciám, ak sa objavili v kňazských radoch.

Každému musí byť jasné, že témy, ktoré otvoril, nemohol dokončiť pre svoj vek a zdravie. Ale zrejme ich pri svojom zvolení v roku 2005 chápal ako výzvu, aby ich otvoril, aby ich začal. Teraz odstúpil, lebo vie, že nový pápež musí mať dostatok síl, aby v začatých témach mohol pokračovať. V súčasnej dobe čas rýchlo uteká a Benedikt XVI.

zrejme usúdil, že doba a dobro Cirkvi si vyžaduje na poste najvyššieho pastiera mladšieho človeka. Vo svojom svedomí a pred Bohom vyhodnotil, že čas sa naplnil, že treba uvoľniť miesto inému. Z tohto pohľadu sa javí jeho odstúpenie ako proces, na ktorý sa Benedikt XVI. pripravoval od začiatku svojho pontifikátu, hoci nemohol vedieť, či ho Pán Boh nepovolá na večnosť aj uprostred jeho práce. Prišiel, vykonal, čo si predsavzal, a odstúpil, aby prišiel mladší pápež na jeho miesto. Znie to azda až príliš jednoducho, ale má to svoju logiku.

## Iný než Ján Pavol II.

Už výber pápežského mena naznačoval zmenu v porovnaní s Jánom Pavlom II., aj keď sa nikdy k nej otvorene nepriznal. Nedal si meno Ján Pavol III., ale Benedikt XVI., lebo chcel prejaviť svoju duchovnú hĺbku a duchovnú príbuznosť so sv. Benediktom z Nurzie. Kým najvýznamnejšom témou pontifikátu Jána Pavla II. bol azda zápas s komunizmom a s jeho menom treba spájať aj pád berlínskeho múru, hlavnou témou pontifikátu Benedikta XVI. bola snaha obrodíť Cirkev zvnútra, aby bola spôsobilá, s Božou pomocou, odolať tlaku sekularizácie (svetáctva) a bezbrehej a nezodpovedne žijúcej slobody. Bol



„bitý“ z každej strany, nezriedka nepochopený aj vo vlastných radoch, ale nepoľavil, neprestal pracovať na tom, čo si zaumienil. Bol to smelý pápež. Bol to pápež aj jasných slov a pevných postojov. Bol to iný pápež než Ján Pavol II., ale Benedikt XVI. to nepotreboval nikomu osobitne zdôrazňovať.

## Iná interpretácie jeho odstúpenia

Existuje aj trochu iná interpretácia jeho rezignácie. Spočíva v tvrdení, že Jozef Ratzinger bol vždy postavený do nejakej úlohy, po ktorej netúžil. No prijímal ju s pokorou ako prejav Božej vôle. Bol profesorom vierouky v Nemecku, keď bol postavený pred vôľu pápeža, aby sa stal arcibiskupom v Mníchove. Nikdy to nechcel, ale prijal to. Neskôr prišlo rozhodnutie pápeža, aby prevzal úlohu prefekta Kongregácie pre náuku viery. Ani po tom netúžil, ale pokorne to prijal. Vždy v ňom prevládala túžba po teologickom bádani, no Pán Boh ho „tlačil“ viac do úlohy pastiera Cirkvi. Ešte aj ako pápež Benedikt XVI. napísal knihu Ježiš Nazaretský a vyzval teológov k polemike o témach tejto knihy so zdôvodnením, že to nie je dielo pápežského učenia. Ešte nikdy som sa s takýmto uvažovaním pápeža nestretol.

No teraz ako pápež už nemohol za neho rozhodnúť nikto iný, iba Pán Boh. Už toto rozhodnutie, ak bol o ňom presvedčený pred Bohom a vlastným svedomím, musel urobiť on sám. A urobil ho s odvahou a istotou, že Cirkev je v rukách Božích. Táto interpretácia má tiež svoju vnútornú logiku, vyplývajúcu zo života Jozefa Ratzingera – Benedikta XVI. A úplne sa nevyučuje ani s vyššie vyloženou interpretáciou, skôr sa navzájom dopĺňajú.

Špekulácie o jeho zdraví nie sú na mieste. Veď kto môže byť v tak vysokom veku, na takom vysokom poste, pri každodennej námahe a protokolárnom vyrušovaní v úplnom zdraví? Nie nadarmo sa hovorí, že „staroba je choroba“. Človek vekom prirodzene odchádza, jeho čas sa naplňa. Dôvody jeho odstúpenia preto netreba hľadať v jeho zdraví, ale v jeho rozhodnutí to urobiť. Jednoducho, tak sám pred

Bohom a vlastným svedomím vyhodnotil, že má odstúpiť. Stáročia pápeži „odstupovali“ iba z Božieho rozhodnutia (smrťou), v prípade Benedikta XVI. sa k Božej vôli pripojila aj vôľa Jozefa Ratzingera.

## Netradičná situácia vo Vatikáne

Vo Vatikáne nastane naozaj netradičná situácia. Úradujúci pápež bude bývať v pápežskom byte, emeritný rímsky biskup Benedikt XVI. (porov. kán. 402 CIC) bude bývať hneď neďaleko v rekonštruovanom kláštore vo vatikánskych záhradách. Určite ho budú oslovovať „Vaša Svätosť“, ako doposiaľ. Ponechá si aj biskupské insignie (prsteň, pektorál), okrem pastierskej palice, ktorú bude nosiť úradujúci pápež. Tak to funguje vlastne v každej inej diecéze na svete. Zrejme si ponechá aj biele rúcho rímskeho biskupa. Ale čo sa z toho naplní, uvidíme, až sa to stane, lebo Benedikt XVI. nás už aj tak dosť prekvapil, a ak by nastali nejaké neočakávané veci, ani by som sa už nedivil.

A ako prítomnosť Benedikta XVI. vo Vatikáne bude pôsobiť na nového zvoleného pápeža, to uvidíme. Azda si časom zvykne. Možno k nemu do kláštora niekedy zájde, aby sa s ním pomodlil alebo ho požiadal o radu. A napokon sa zdá, že ak by si Benedikta XVI. Pán povolal do večnosti, bolo by to po stáročiach po prvý raz, že pápeža bude pochovávať úradujúci pápež a nie dekan kardinálskeho kolégia, ako to predpisuje Ján Pavol II. v apoštolskej konštitúcii Universi Dominici gregis o pohrebe pápeža. Na situáciu, aká nastala pri smrti Jána Pavla I., keď zomrel po 33. dňoch, a na to, kto by novozvoleného pápeža pochovával, ani nechcem pomyslieť.

## Záver

Nedávno som videl poradcu Štátneho sekretariátu Svätej Stolice, ktorý o týchto problémoch hovoril s úsmevom a veľmi živo, akoby ho riešiť tieto otázky tešilo. V tej našej Cirkvi život ide naozaj dynamicky a niet času nudiť sa. Ktovie, aké prekvapenia nás čakajú s novým pápežom.

Mons. Ján Duda

## Božia moc okolo nás

Vychádza slnko.  
Tiché ráno vôkol nás rastie.  
Oživa príroda, zvieratá, kvety.  
Slnko zohrieva nás svojimi lúčmi.  
Oblaky odrazu nechávajú nebo opustené.  
Odrazu ticho nastane.  
Úprimný šepot tenkého hlásku začína znieť.  
Rozplýva sa okolo nás.  
Je to modlitba.  
Ďakovná.  
Ďakovná pre Stvoriteľa, Spasiteľa a nášho Pána.  
My ďakovať mu musíme.  
Ďakovať za všetko, čo je všade okolo nás.  
Dokonca aj za obyčajných ľudí.  
Ľudí, ktorí vymýšľajú pre nás pomôcky – pastelky.  
Veci, ktoré nás tešia, pomáhajú.  
Veď len s nimi sa dá rozžiariť dobro.  
Za gumu.  
Ona všetko zlo vymaže.  
Za krásny, tenký a biely papier.  
Naňho môžem všetko kresliť: zem, nebo, anjelov...  
Na čo si len spomeniem.  
No ďakujem ti aj za kvety.  
Ony darom krásnym sú.  
Za potok, z ktorého sa môže smädny napíť.  
Napíť dobra, lásky, ale aj zla, nenávisťi.  
To len Boh vie, kto sa čoho napije.  
On každému pridelí vždy niečo.  
Kvet má vôňu, oblak panenskú čistotu.  
Dážd schopnosť oživiť všetky rastliny.  
Lepiaci pásky spojiť všetky priateľstvá, lásku, nádej.  
Zdvihnem hlavu.  
Pozerám do neba.  
Plná prekvapení.  
Vidím anjelov.  
Krásnych ako čistota bez hriechu.  
Vedľa nich Panna Mária.  
Panna milá, Panna dobrosrdečná, Panna najčistejšia.  
Ona oporou nášho múra života je.  
Ona pevnou rukou drží ho.  
Ďakovať i za to jej musíme.  
A tak na konci každého dňa ruky zložím a modlitbou celá spievam:  
Anjelíčku, môj strážničku...

Júlia Hamráková  
(VII. A) – ZŠ s MŠ Markušovce  
(S touto básňou sa zúčastnila súťaže Šprincove Krompachy.)

# Modlitba naša každodenná

*Modlitba a viera v Boha je veľmi zaujímavá súčasť nášho života. Všetci veľmi dobre vieme, že sa máme modliť, ale často nemáme istotu, ako by sme sa mali modliť.*

Je modlitba len obyčajný rozhovor s Pánom Bohom? Alebo sa máme modliť len tie modlitby, ktoré nás naučili naši rodičia a starí rodičia v detstve? Je to niečo, čo robíme úplne sami a pri čom používame svoje vlastné slová a vyjadrujeme svoje vlastné prosby a žiadosti s nádejou, že sa na nás niekto „tam hore“ usmeje? Alebo je to všetko na Pána Bohu? My sa máme len zhlboka nadýchnuť a utíšiť svoju myseľ pri pohľade na kríž? Ide len o recitovanie „Zdravasov“ na ruženci, alebo máme venovať každému desiatku dlhé hodiny a čakať na nové poznanie pri každom tajomstve, o ktorom uvažujeme?

## Modlitba posvätného ruženca

Aj modlitba posvätného ruženca by mala mať pevné miesto v živote každého správneho kresťana tak, ako ju mala za čias našich starých rodičov. Tak ako aj moja babka, ktorá ma viedla k tejto úžasnej modlitbe, ktorá má čo povedať aj kresťano-

vi súčasnej doby. Vždy sa ruženec modlili s veľkou úctou a s takou istou úctou nás viedli k modlitbe a k Pánu Bohu aj naši rodičia, za čo im patrí veľká vďaka. Preto som veľmi rád, že som sa mohol stať členom Ružencového bratstva, a že môžem s patričnou úctou vzdávať česť ružencovej Panne Márii. Ale sú tu aj postoje ľudí, ktorým nerozumiem. Najmä keď ide o mladých ľudí, často už aj o rodičov detí, ktorí by mali ísť príkladom svojim deťom. Najčastejšie odpovedajú na otázku ohľadom vstupu do Ružencového bratstva nasledovne: „Veď ja nie som ešte starý/stará, aby som sa už teraz modlil/modlila ruženec.“ Alebo ešte lepší argument kresťana 21. storočia: „Nemám na modlitbu a na ruženec čas.“ Tak na takéto odpovede sa len ťažko dá reagovať...

## Nájsť si čas na Boha

Ako si človek dnešnej doby nemôže nájsť čas na Pána Boha? Ak rodičia nemajú čas na osobnú modlitbu,

tak ako môžu mať čas na vedenie svojich detí k Pánu Bohu? A pritom pri krste svojich detí sľubovali pred Bohom, že ich budú viesť v kresťanskom duchu. A často hneď po vyslúžení sviatosti zabúdajú na sľub, ktorý dali Pánu Bohu. Myslím si, že nie je dobré zabúdať na Pána Boha až do chvíle, keď sa blíži čas prvého svätého prijímania. Nestačí ísť potom zhruba rok pred prvým svätým prijímaním si aj s dieťaťom sadnúť do kostola do prvej lavice čo najbližšie k oltáru. A po vyslúžení sviatosti ísť s dieťaťom ešte tak raz až dvakrát v nedeľu do kostola a potom dieťa opäť vidí kostol už len zvonku. Až dovtedy, kým sa znova neblíži čas vysluhovania sviatosti birmovania. A zase sa zopakuje to, čo bolo pred prvým svätým prijímaním. Pri príprave sa často zistí, že dieťa nevie ani základné modlitby. Ako vedú rodičia svoje deti k Pánu Bohu? Veď k sviatosti birmovania by mal pristupovať duchovne zrelý mladý kresťan. Preto si myslím, že ľudia by sa takto nemali správať a obracať sa na Pána Boha len vtedy, keď niečo potrebujú. Ale vždy a v každom čase. Tak ako to píše aj sv. Pavol vo svojich listoch: „V modlitbe buďte vytrvalí“ (Kol 4, 2). Buďme teda aj my, ľudia 21. storočia, vytrvalí v modlitbe a vždy si nájdime na modlitbu čas. Podľa sv. Pavla: „Modlite sa v každej chvíli v duchu“ (Ef 6,18).

## Ruženec pre každého

Aj modlitba posvätného ruženca je vhodná v každom čase a pre každého, či už je mladý, chorý, alebo patrí medzi skôr narodených. Modlitba je tu pre každého, kto žije v pravej kresťanskej viere, a nielen v určitých životných udalostiach, ktoré aktuálne ovplyvňujú naše životy.

*Peter Hanuštiak, člen Ružencového bratstva v Markušovciach  
Snímka: Peter Lazor*





# Krížová cesta

## 1. Pán Ježiš je odsúdený na smrť

### SÚD

Súdil som, hoci nie som sudca? Odsudzoval som, hoci nie som bez viny? Znášal som ľudský súd, ak bol spravodlivý? Som pripravený na posledný súd?

## 2. Pán Ježiš berie kríž na svoje plecia

### KRÍŽ

Čo je v mojom živote pre mňa „kríž“? Prijal som tento „kríž“ bez reptania a snažím sa pochopiť jeho zmysel? Neurobil som niekomu jeho „kríž“ ešte ťažším?

## 3. Pán Ježiš padá prvý raz pod krížom

### PÁD

Padol som, lebo som bol slabý? Padol som, lebo som sa vzdal? Padol som, lebo som sa takto zbavil nepríjemného bremena?

## 4. Pán Ježiš sa stretáva so svojou matkou

### MATKA

Sú pre mňa rodičia posilou v ťažkých chvíľach, pri pádoch, krížoch, alebo ich vnímam ako nechápavých? Uvedomujem si, že pre svojich rodičov som ich dieťaťom až do ich a svojho konca? Že sa snažia ma pochopiť, odpustiť mi a obetovať sa za mňa? Som alebo ešte len budem chápavým, odpúšťajúcim a obetavým rodičom?

## 5. Šimon z Cyrény pomáha Pánu Ježišovi niesť kríž

### POMOC

Videl som, že treba pomôcť, a pomohol som? Počul som, že treba pomôcť, a pomohol som? Čakal som, že ma budú prosieť o pomoc? Pomohol som nezištne, bez nároku na odmenu, bez nároku na pochvalu, bez nároku na získanie dobrého mena, bez nároku návratnosti?

## 6. Veronika podáva Pánu Ježišovi ručník

### SLUŽBA

Hovorí mi niečo slovné spojenie

„služba lásky“? Viem pre niekoho niečo vykonať „len tak“?

## 7. Pán Ježiš padá druhý raz pod krížom

### ZAS PÁD

Myslím si, že mne sa to stať nemôže? Že dvakrát tú istú chybu neurobím? Aj napriek pomoci padám aj druhýkrát, lebo som slabý, vzdávam sa, či zbavujem sa nepríjemného bremena?

## 8. Pán Ježiš napomína plačúce ženy

### SÚCIT

Nie je môj súcit s trpiacimi len povinným všeobecným postojom, tvárením sa súcitne? Vyvoláva vo mne utrpenie iných súcit s ich situáciou? Ak má niekto súcit s mojím utrpením, som vďačný?

## 9. Pán Ježiš padá tretí raz pod krížom

### VELA PÁDOV

Aj napriek snahe a ľútosti znovu a znovu padám? Opäť sa skláňam pod ťarchou utrpenia, ktoré odmietam niesť, ktoré nevládzem niesť, ktoré by som nemusel niesť?

## 10. Pánu Ježišovi zvliekajú šaty

### ODEV

Podporoval som obohacovanie sa na nešťastí a utrpení iných? Či som

niekedy zaplatil za niečo, čo vzišlo z nešťastia a utrpenia iných? Čo je pre mňa dôležitejšie: odev, peniaze, hmotné statky... alebo: človek, duša, spása...?

## 11. Pána Ježiša pribíjajú na kríž

### NÁSILIE

Aké pocity vo mne vyvoláva pohľad na násilie? Vzrušenie? Lahostajnosť? Odpor? Nesúhlas?

## 12. Pán Ježiš na kríži zomiera

### KONIEC

Je pre mňa záver ľudského života iba smútok, žiaľ a plač?

## 13. Pána Ježiša skladajú z kríža

### IBA TELO

Aký mám pocit z tela bez duše, bez života? Bojím sa? Hnusí sa mi? Uvedomujem si, že každé telo raz bude bez duše, bez života? Budú sa báť aj môjho tela? Bude sa im hnusiť?

## 14. Pána Ježiša pochovávajú

### HROB

Verím, že hrob nie je beznádej? Verím, že zmŕtvychvstanie je nádej?

Magdaléna Mrovčáková,  
Lieskovany





# Pamätaj, že si prach a na prach sa obrätíš

„V pote svojej tváre budeš jesť svoj chlieb, kým sa nevrätíš do zeme, z ktorej si bol vzatý, lebo prach si a na prach sa obrätíš“ (Gn 3, 19). Tieto slová povedal Boh v raji Adamovi po tom, ako upadol do hriechu a nepočúvol Boha.

## Začiatok Pôstu

Aj my na začiatku Pôstu počujeme tieto slová. Na Popolcovú stredú, ktorou sa otvára Pôstne obdobie nám kňaz značí čelo popolom a hovorí o tom, že sme prach a na prach sa obrätíme. Popol – prach veľmi dobre vyjadruje prchavosť, krehkosť všetkého, čo existuje. Zamysleli sme sa niekedy nad touto skutočnosťou nášho života?

Popolcová streda nám teda pripomína pominuteľnosť nášho života. Pripomína nám, že raz opustíme tento svet. Mali by sme na to pamätať a žiť s vedomím, že materiálne veci, ktoré získavame na tomto svete, nám nebudú patriť navždy, preto by sme k nim nemali byť veľmi pripútaní. Lebo všetko materiálne sa raz pre nás rozptýli ako prach. Všetko, čo si zhromažďujeme na tomto svete, raz opustíme. No mnohí si asi myslia, že si svoj majetok, peniaze, kariéru zoberú aj po smrti so sebou. Zabúdajú na spomínaný výrok, že sme len prach. O takých hovorí aj Ježiš vo svojom podobenstve o boháčovej úrode (Lk 12, 13 – 21). Tento boháč bol veľmi chamtivý. Tolko mal úrody, že nevedel, kde ju má uskladniť. Tak radšej rýchlo postavil nové sýpky, ako keby mal dať niečo chudobným. Bol veľmi chamtivý a až prehnane lakomý. Veď jeho reč a názor hovorí za všetko. Potom si poviem: „Duša, máš veľké zásoby na mnohé roky. Odpočívaj, jedz, pi a veselo hoduj!“ To je naozaj chamtivosť. Radšej jesť, piť, hodovať a na blížnych nemyslieť a už vôbec na Boha. Správne povedal Boh – blázon, ešte v tú noc si Pán príde po jeho život. A majetok bol zbytočný, nemusel stavať sýpky, ale dať radšej niečo chudobným.

Aj dnes sa veľa ľudí podobá boháčovi z podobenstva. Zhromažďujú si na zemi poklady a zabúdajú na večné poklady a hodnoty. Zabúdajú, že Boh

rozhoduje, či si tie majetky a peniaze aj užijú na zemi, alebo nie. Z vlastnej skúsenosti miništranta vidím na pohreboch, čo je dôležité. Nie kto koľko mal majetku, ale kto bol aký človek.



Veď každý zomrie a odnesú ho na cintorín do hrobu bez jeho bohatstva. Či si vari myslia niektorí boháči, že si zoberú svoje majetky aj po smrti so sebou? Pri našom osobnom súde sa nebude dať kúpiť si nebo. Lebo niektorí si myslia, že sa dá kúpiť všetko. Istotne nie Boha. Jeho kráľovstvo sa peniazmi kúpiť nedá. Ako sa píše v Biblii: „Tak je to s tým, kto si hromadí poklady, a pred Bohom nie je bohatý“ (Lk 12, 21). Pred Bohom sme bohatí iba našimi dobrými skutkami. A kto má veľa peňazí, toho Boh nebude hodnotiť podľa toho koľko a ako dobre si ich užil, ale ako využil svoj majetok pre dobro iných, pre pomoc iným. Veď keď pomôžeme iným, Boh nás odmení.

## Nádej na život v láske

Ale nemôžeme ostať len pri myšlienke konca nášho života. Smrťou sa náš život predsa nekončí, iba mení. Zamýšľame sa, prečo sme tu a kam kráčame? Aký je náš životný cieľ? Bolo by zaujímavé urobiť anketu, aký životný

cieľ majú ľudia. Iste by boli rôzne odpovede. Ale aký je náš skutočný cieľ? Určite nie kariéra, získavanie majetku, nahromadenie si peňazí v banke. Náš definitívny a jediný skutočný životný cieľ má byť nebo. Aby sme sa po svojej smrti mohli stretnúť s naším Bohom a žiť večne v jeho kráľovstve a jeho láske. Teda ak máme skutočne takýto cieľ svojho života, potom naozaj materiálne veci tohto sveta sú pre nás prachom. Nemôžeme ich dávať za svoj cieľ, ak sa chceme po smrti stretnúť s naším Pánom. Ale aby sme naozaj dosiahli opravdivý cieľ, hromadíme si dobré skutky. Láskou sa dostávame k nebu, lebo Boh je láska. Do neba sa dostane iba ten, kto miluje na tomto svete ľudí okolo seba. Keď nemáme lásku, nemôžeme prísť do neba. Po smrti nie Boh zatracuje, ale my sami sa zatracujeme, ak sme nežili lásku. Keď sa stretneme po smrti s naším Bohom, stretneme sa s Láskou. A kto nemal na zemi lásku, neznesie ani stretnutie s Láskou po smrti. Teda sám sa zatratí a ide do nelásky, večného zatratenia. Mali by sme si vybrať lásku na tomto svete a žiť lásku, lebo Boh je Láska. Cesta k večnému cieľu musí byť cestou lásky a dobrých skutkov. Nestačí iba nekonať zlo, ale je potrebné konať dobro. Veľmi pekne to znázorňuje symbol olejovej sviece. Svieca zhasne vtedy, keď ju niekto sfúkne, alebo sa v nej minie olej. Ak chceme, aby horela musí byť v nej olej. Teda svieca na ceste do neba hasne, ak ju zhasí hriech, ale aj keď v nej chýbajú dobré skutky. V živote si vždy vyberme Lásku nášho Pána a dobré skutky. A nepodstatné veci tohto sveta dávajme na druhé miesto. Pôstne obdobie nám pripomína, aby sme robili pokánie a verili evanjeliu. Ak sme zanedbali dobré skutky, zhrešili sme, robme pokánie. Služi nám na to, aby sme sa vrátili na správnu cestu za naším pravým životným cieľom. Využime tento čas na nápravu našich chýb a na návrat na skutočnú cestu do Božieho kráľovstva.

Oliver Siksa, Teplička  
Snímka: P. Lazor

# „Vstanem, pôjdem k svojmu Otcovi..“

Žil raz jeden muž, ktorý býval blízko rieky. Jedného dňa mu ktosi povedal, že pri tejto rieke sú kamene, z ktorých jeden má hodnotu veľkého pokladu. Ten kameň spozná podľa toho, že ho bude v ruke páliť. Rozhodol sa, že ho nájde. Vybral sa k rieke, sadol si na breh a začal kamene ohmatávať. Bolo ich veľa. Aby sa mu nepletli, tie čo chytil a boli studené, hádzal do rieky. Robil to jeden deň, dva, týždeň, dva týždne, mesiac. Asi za mesiac a pol na ten horúci kameň narazil. Ale pretože bol zvyknutý robiť rukou ten istý pohyb, ani si to neuvedomil a hodil ho do rieky. Teraz ho už nikto nenájde, pretože tou vodou, samozrejme, ochladol.

Niekedy je to podobne aj s našim prístupom k sviatostiam. Vieme, že sviatosti sú pre nás poklady, ktoré máme na dosah ruky, ale pretože sme podľahli zvyku, konáme podobne ako tento muž.

Jednou zo sviatostí máme možnosť napraviť to, čo sme pokazili. Je ňou sviatosť zmierenia. Vieme, ako ťažko nám padne povedať prepáč človekovi, ktorému sme ublížili. Stojí nás to veľa námahy, pretože v tej chvíli musíme prekonať svoju pýchu a uznať, že sme v niečom urobili chybu. Musíme si priznať, že sme zlyhali. A to nerobíme radi. Najradšej by sme boli dokonalí. No vieme, že ak chceme mať i naďalej dobrý vzťah s ľuďmi, ktorým sme ublížili, naše ospravedlnenie a uznanie si chyby je potrebné. Vo vzťahu s Bohom je to veľmi podobné. Nemôžeme s ním budovať priateľstvo a tváriť sa, že ho naše urážky voči nemu nezraňujú. Preto je potrebné aj Boha poprosiť o prepáčenie a uznať si chyby. Sviatosť zmierenia má aj pre nás uzdravujúce účinky.

Možno ste počuli príbeh, v ktorom k farárovi z Arsu prišiel známy vedec s tým, že má pochybnosti vo viere. Chcel s ním o týchto problémoch diskutovať. Farár si ho vypočul a opýtal sa, ako dlho sa už nespovedal. Potom mu navrhol, že ho vyspovedá a potom budú diskutovať o jeho pochybnostiach vo viere. Keď vyšiel zo spovednice, ne-

bolo o čom diskutovať. Myslím, že už mnohí z vás zažili skúsenosť, že čím dlhšie sa ľudia nachádzajú v hriechu, tým majú väčší problém ho vyznať, často majú zlú náladu, narušené vzťahy s blízkymi a, samozrejme, narušený vzťah s Bohom. A tak sa môžu veľmi ľahko pridružiť i pochybnosti vo viere. Jediným východiskom z tejto situácie je spytovať si svedomie, pristúpiť k sviatosti zmierenia, a tak napraviť to, čo bolo pokazené.

## Falošné zaobchádzanie s hriechom

Hriech však často zaslepuje, a tak sa u ľudí vypestuje určitá rutina pri spytovaní svedomia. Pri spovedi opakujú niekoľko hriechov, ktoré sa u nich najčastejšie vyskytujú – nadávanie, klamanie, ohováranie – a nesnažia sa siahnuť do hĺbky srdca, aby dokázali rozoznať počet a zlo svojich hriechov. Sv. Ján Mária Vianey, patrón kňazov, hovorí, že naša spoveď má byť pokorná, jednoduchá, rozvážna, úplná a úprimná.

V prvom rade má byť pokorná. Pokora je opakom pýchy a pýcha je matkou všetkých hriechov. Preto ak sa chceme polepšiť, musíme v sebe budovať pokoru. Keďže sa v našom srdci ukrýva pýcha, máme tendenciu umenšovať svoje omyly alebo ich dokonca ukrývať. Preto je pri spytovaní svedomia potrebná pomoc Ducha Svätého. Aj Adam najprv obvinil Evu a ona vzápätí jeho. Tak sa aj človek, ktorý zle rozpráva o druhých, vyhovára, že on hovorí predsa pravdu alebo matka, ktorá sa nemodlí so svojimi malými deťmi rannú a večernú modlitbu, ospravedlňuje sa nedostatkom času. Ak zvalujeme chyby na iných, chýba nám pokora.

Spoveď má byť jednoduchá a úprimná. Mali by sme sa vyjadrovať jasne. Mnohí premýšľajú, v akej podobe majú vyznať svoje hriechy, aby sa nemuseli hanbiť. Je potrebné si uvedomiť, že spovedníka oklamať môžeme, ale Boha nie. Keď sa chce chorý vyliečiť, tak smelo hovorí o svojich ťažkostiach, hovorí otvorene a nič neukrýva. Napríklad, dievčina sa sťažuje, že sa vyzývavo obliekala preto, aby sa pripodobnila iným,

ale nedodá, že mala zámer vzbudzovať u mužov zlé myšlienky. Otec prizná, že chodil do krčmy, že sa opil, ale mlčí o pohoršení, aké dal celej rodine. Ľudia dokážu vymyslieť mnoho spôsobov, len aby sa pri spovedi ukázali v lepšom svetle. Niektorí sa to pokúšajú dosiahnuť tónom hlasu a isté hriechy hovoria tak potichu, aby ich spovedník nepočul.

Sv. Ján Mária Vianey raz na kázni povedal: „Koliko múk musel vytrpieť Spasiteľ, koliko pohrdania, ako bolestne musel zomierať, aby tieto slová dostali účinnú moc! A my sme najčastejšie takí slepí, takí nerozumní, že sa nám zdá, akoby od kňaza záviselo, či dá, alebo odmietne rozhrešenie. Hrubo sa, drahí bratia, mýlime.“ Ďalej poukázal na ďalšie nelogické konanie človeka, keď hovoril o hriechu a diablove: „Bežime od našej lásky a katovi sa vrháme do náručia. Hriech je teda vraždou, presnejšie povedané samovraždou, pretože vrahom nie je nik iný, iba ja sám. K záchrane duše je potrebný zázrak.“ My máme možnosť tento zázrak zažiť, keď pristúpime ku sviatosti zmierenia. Preto vám prajem, aby sme túto možnosť vždy čo najlepšie využívali, aby sme ju nezahadzovali a vždy nabrali odvahu vstať, ísť k Otcovi a povedať mu: Otče, zhrešil som proti nebu i proti tebe.

Lýdia Bušovská





## Nenudiť sa

V nadväznosti na tému agresivity ponúkame niekoľko možností, ako ju eliminovať. Okrem všeobecne jasnej zásady, že dieťa má mať stanovené hranice a rodič kontroluje ich dodržiavanie, platia isté pomocné pravidlá. Je dobré, ak dieťa má osoby, ktoré mu budú vždy nablízku, potrebuje mať určité ciele, na ktorých pracuje, ktoré sú v súlade s jeho záujmom i so záujmom ostatných, je dôležité dať dieťaťu najavo, že má pre ostatných cenu, že je súčasťou siete vzťahov, ktorá mu dáva pocit vlastnej identity. Ak má dieťa od malička utvorené puto s matkou, spojené s bezvýhradným prijatím oboch rodičov, stáva sa nezávislou osobnosťou so slobodnou vôľou a schopnosťou sebakontroly. Tiež potrebuje rôzne podnety stimulujúce jeho duševný či fyzický rozvoj.

Jednoducho, nemalo by sa nudiť. Dieťa okrem rodičov potrebuje niekoho, komu bude môcť dôverovať. Kamarátstvo väčšinou vzniká pri spoločných záujmoch. Tak je možné nájsť kamarátov i podporu pri výbere krúžkov, klubov či spoločenstiev. Pri výbere sa treba uistiť, či má záujmový útvar jasnú štruktúru, v rámci ktorej sa bude dieťa môcť cítiť bezpečne. Pokiaľ sa dieťa dokáže nadchnúť pre činnosť organizácie, zistí, že postupne môže vzniknúť i kamarátstvo. Ak mu však budete zdôrazňovať, že do krúžku či spoločenstva chodí preto, aby si našlo kamarátov, opak bude pravdou. Pri praktizovaní športových či pohybových činností dbajme o to, aby sme deti nenútili k činnostiam, o ktoré nemajú záujem a nikdy sa im nevysmievajme z ich telesnej neobratnosti. Naopak, je potrebné zamerať sa na telesnú zdatnosť, dôsledné zhodnotenie schopnosti a podľa toho vybrať také činnosti, vďaka ktorým povzbudíme túžbu po dobrom výsledku, vyvoláme sústredený záujem a získame podporu druhých.

V neposlednom rade psychológovia tvrdia, že náboženstvo môže dieťaťu výrazne pomôcť. Pretože často nie je schopné zvládať seba ani podmienky okolia, potrebuje viac než ktokoľvek iný niekoho, kto bude stále s ním. Denná modlitba môže poslúžiť k tomu, že sa pozornosť dieťaťa zameria na niečo mimo seba a bude z nej môcť čerpať silu. Môže mu dať príležitosť triediť si na konci každého dňa vlastné myšlienky a pocity.

Adriana Lazorová

(Spracované podľa A. Train – Nejčastější poruchy chování dětí)



## Milí Dobráčikovia,

i v tomto Pôstnom období je dobré mať úsmev na tvári, ako sa píše vo Svätom písme: „A keď sa postíte, nebudte zamračení ako pokrytci... Keď sa ty postíš, pomôž si hlavu a umy si tvár, aby nie ľudia zbadali, že postíš, ale tvoj Otec, ktorý je v skrytosti“ (Mat 6, 16 – 17). Úsmev predsa lieči, nielen vás, ale i tých, ktorých rozosmejete. Smiech a dobrá nálada sú vysoko nákazlivé. Deti i dospelí sa radi zabávajú, smejú, majú radi vtipy a radostných priateľov. Ani vás iste nebaví stále počúvať, že je všetko „nafigu“, že ľudia okolo sú zlí, že ubližujú. Samozrejme, že sa nedá smiať vždy a všade, niekedy by vás mohla poslať pani učiteľka za dvere, alebo by vám otec jednu „priložil“... No ak to správne odhadnete, smiechom a dobrou náladou sa vyhnete i chorobám, hlavne psychickým. Keď sa naučíte udržiavať si dobrú náladu, nebudete sa zbytočne trápiť kvôli hlúpostiam. Je fajn mať v zálohe niekoľko vtipov, ktoré použijete v rôznych situáciách. Samozrejme, snažte sa vtipkovať slušne, aby ste niekoho neurazili, neodradili alebo nepohoršili. Ak máte zlú náladu, nájdite si niekoho, komu sa môžete zdôveriť, môže to byť aj dospelý, ktorý vám bude môcť s problémom pomôcť. Nie všetkým sa však dá dôverovať. Dôverujte tomu, koho dobre poznáte už dlhší čas. Dám vám radu, okrem dôverníkov tu na zemi, máme jedného, ktorý zaiste nič neprezradí a vy viete, že je to Pán Boh, s ktorým sa zhovárime v modlitbe. Po zdôverení sa vaša nálada upokojí a

možno vám kútky na perách vytvarujú úsmev. Iste máte dobrú náladu tiež po objatí mamky či ocka. Tak bežte za nimi! Určite majú radi chvíle, keď sa im zavesíte na krk a obdarujete ich svojim božtekom. K pozdvihnutiu nálady poslúži i dobrá kniha, pesnička, rozprávka či film. Dnes chcú byť všetci zdraví, tak bojujme za dobré zdravie aj úsmevom.

### Niečo na úvod terapie úsmevom:



Išla kostra na kožné.



Chlapček vbehol s krikom do dedinského obchodu:

- Pomôžte mi, prosím vás! Na neďalekej lúke rozzúrený býk naháňa môjho otca.

- Ako ti mám pomôcť, chlapče?  
- Potrebujem ihneď nový film do kamery.



Kurz lyžovania sa skladá z troch častí:

1. Pripnúť si lyže.
2. Spustiť sa po svahu.
3. Naučiť sa chodiť o barlách.



Príde malý Ferko zo školy domov a hovorí:

- Dostal som tri päťky.
- A z čoho?
- Z ničoho nič!

Adriana Lazorová



## Dobrá novina – Teplička

Ako každý rok aj minulého roku sa na Štedrý deň uskutočnila koleda Dobrej noviny v Tepličke. Detí na tejto koledy bolo 45. Vedúci Dobrej noviny bol Patrik Hudran. Ďalší vedúci boli: Nikola Hudranová, Barbora Mrovčáková, Ludmila Tekačová, Ivana Uhrinová. V ten deň deti vykoledovali 1020,80 eur. Vyjadrujeme vďačnosť všetkým, ktorí prispeli akoukoľvek sumou. Úprimné Pán Boh zaplať.

## Dobrá novina – Markušovce

Počas 18. ročníka Dobrej noviny navštívilo 20 detí spolu so štyrmi animátorkami 53 rodín v Markušovciach. Koledovanie sa uskutočnilo 30. 12. 2012 na nižnom konci dediny a 5. 1. 2013 na vyšnom konci dediny. Vykoledovaná suma činila 510,10 eur a 25 Sk, ktoré sme zaslali na podporu detí v Afrike s postihnutím. Na nedeľu Zjavenia Pána sa uskutočnila Jasličková pobožnosť, ktorú si taktiež pripravili ochotné deti nielen z eRka. Za všetku ich námahu pri navčičova-

ní pobožnosti a koledovaní im patrí veľké ĎAKUJEME!

## Vianočné požehnanie domov a rodín

Počas Vianočného obdobia sa uskutočnilo požehnanie domov a rodín našej farnosti. Na sv. Štefana v Lieskovanoch a Pod Tepličkou; 29. decembra v Tepličke; na sviatok Svätej rodiny na vyšnom konci Markušoviec a 5. januára 2013 na nižnom konci Markušoviec. Duchovní otcovia farnosti všetkým ďakujú za milé prijatie a vo svojich modlitbách všetkým farníkom aj naďalej vyprosujú Božie požehnanie a pomoc.

## Markušovské zvony

V sobotu 26. januára sa na vlnách rádia Lumen v relácii Naše zvony a ich zvonári rozprávalo o zvonoch farského kostola sv. Michala Archanjela v Markušovciach. Pri tejto príležitosti sa z veže v Markušovciach o 12:00 postupne rozoznali všetky tri zvony a nie jeden, ako je zvykom. Keďže

## farský informátor

ručné zvonenie bolo v roku 2012 vyhlásené za nehmotné kultúrne dedičstvo, zvonilo sa ručne.

## Lieskoviansky kostol

V pondelok 4. februára v kostole v Lieskovanoch sa začalo s opravnými prácami vo vnútri kostola. V časti nad oltárom sa opravila narušená omietka, upravil sa stred stropu a následne sa vymaľovalo celé presbytérium. Všetky práce vykonali domáci farníci Štefan Kapusta, Peter Mrovčák a František Mrovčák. Úprimné Pán Boh zaplať.

## Kancionál pre organistov

Ružencové bratrstvá v našej farnosti podporili zakúpenie nového Kancionála, ktorý vyšiel na sklonku minulého roka, pre organistov v našich kostoloch v Markušovciach, Tepličke a Lieskovanoch. Všetkým Ružencovým bratrstvám vyslovujeme úprimné Pán Boh zaplať.

-red-

## Óda na domov

*Domov sú ruky, na ktorých smieš  
plakať.  
Nezáleží, či máš práve -nášť alebo -siat.  
Domov je otec, mama a slnkom  
prežiarovaný sad  
v iskrivom jarnom povetrí, za bzukotu  
usilovných včiel.  
Domov sú hlávky lastovičích mládat  
bezočivo vykúkajúce spod šindľových  
striech,  
je svetlo, pevný bod, keď načas stratil  
si svoj cieľ.  
Domov sú vzácne spomienky i bôle,  
za všetkým, čo odišlo do nenávratna,  
vdial.  
Domov je láska, ktorú všetkým do srdca  
vštepil Pán.  
Bdejme preto, neušliapme ju.  
Bez nej je život slzavým údolím,  
bez lásky je svet len trúchlivý stan.*

čitateľka  
z Markušoviec





Založené 1999

fotoobjektívom

# Krížová cesta v Markušovciach



*Snímky: Lýdia Bušovská*



Vydáva Rímskokatolícky farský úrad Markušovce pre farnosť Markušovce a filiálky Teplička, Pod Teplička a Lieskovany. Zodpovedná redaktorka: Mgr. Monika Hodnická. Redaktori: Mgr. Adriana Lazorová, Peter Lazor, Lýdia Bušovská a externisti. Sadzba a grafická úprava: Ing. Peter Hamrák. 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: Rím. kat. farský úrad, Michalská 52, 053 21 Markušovce. Nepredajné. E-mail: [info@pokojadobro.sk](mailto:info@pokojadobro.sk). <http://www.pokojadobro.sk> Redakcia si vyhradzuje právo upravovať príspevky. Nevyžiadané rukopisy nevraciam.

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