

18. ROČNÍK  
ČÍSLO 1  
MAREC  
2016

# Pokoj a Dobro

založené  
1999

Katolícky časopis farnosti Markušovce

NECH POSÚDIA  
ČITATELIA

8

MOJA CESTA  
K ZASVÄTENÉMU ŽIVOTU

16

EPITAF  
FRANTIŠKA MARIÁSSYHO

19

TOP TÉMA

SKUTKY  
DUCHOVNÉHO  
A TELESNÉHO  
MILOSRDENSTVA

4

# MILÍ ČITATELIA!

editoriál / marec 2016

Náš spoločný časopis *Pokoj a dobro* vyrástol zo svojich detských šiat a vstúpil do 18. roku svojho života. Pri tejto príležitosti sme začali hľadať možnosti, ako jeho „dospelosť“ zvýrazniť. A tak nám napadlo, že zrejme dozrel čas urobiť re-dizajn a priniesť nové prvky, ktoré by vám spríjemnili čítanie.

**Monika Hodnická**

šéfredaktorka

monika.hodnicka@gmail.com

Nachádzame sa vo fáze hľadania a zaiste nám pomôže aj váš názor, ako na vás zmeny pôsobia. Neváhajte nás preto osloviť – či už osobne, telefonicky alebo písomne a vyjadrite nám svoje pripomienky.

Som veľmi rada, že našu redakciu tvoria odborníci na slovo vzatí, ktorí majú pre túto prácu vhodné vzdelanie, výnimočný talent, zrelé skúsenosti, vnímavý pohľad, bystrý úsudok, ale hlavne ochotu pracovať na sebe, aby boli darom pre iných. Ďakujem všetkým za ich dlhšie či kratšie pôsobenie a tiež za to, že zastupujú Markušovce, Tepličku aj Lieskovany.

Zmena však prináša so sebou aj zvýšené náklady na jeho vydávanie, teda na tlačiareň. Vďaka podpore obce Markušovce, vďaka príspevku z filiálok a hlavne aj vďaka vašej podpore skúsime byť „pestrejší a farebnejší“.

Vopred vám ďakujeme za vašu modlitbovú a tiež finančnú podporu. Obidve veľmi potrebujeme. A my sa na oplátku budeme usilovať byť pre vás príjemnou súčasťou nášho farského spoločenstva.

Tešíme sa na spoločné hľadanie dobra! ■

Pôstne obdobie zvykneme vnímať ako povinný čas odriekania. V jeho chápaní by však nemal prevládať len tento negatívny aspekt. To, čím Pôst naplníme, vo veľkej miere závisí práve od nás. V nasledujúcich riadkoch ponúkame niekoľko tipov, ktoré nám môžu pomôcť prežívať tohtoročné Pôstne obdobie o čosi intenzívnejšie a aktívne zapracovať na skvalitnení nášho duchovného života.

## Pôstne TIPY

**Barbora Klučárová**

### Buďme milí

K pozitívnemu pohľadu na Pôst vyzýva americký jezuita James Martin, ktorý namiesto zriekania sa malých pôžitkov radšej odporúča byť milý k ľuďom. Čo v praxi znamená potláčať egoizmus, prestať sa neustále sťažovať a prepaďať sebaľútosťou, pretože tým vysielame negatívne emócie a ovplyvňujeme nimi i svojich blízkych. Ale tiež zdržať sa ohovárania a uprednostňovať priamu komunikáciu, či zmeniť svoj pohľad na konanie a správanie iných. Preto skôr než niekoho a priori odsúdime, by sme mali pripustiť, že to čo urobil, mohol myslieť aj dobre. Teda cielene sa zamerať na pozitívnu interpretáciu skutočnosti. Byť milý k ľuďom je nielen zaujímavým programom v čase Pôstneho obdobia, ale aj celoživotnou výzvou, ako sa stať lepším človekom. (Video o. Martina si môžete vyhľadať a pozrieť na YouTube pod heslom: Be kind).

### Darujme náš čas

Pôstne obdobie je aj o almužne – darovaní. Nemusíme však nutne vyprázdniť naše bankové kontá, aby sme si povedali, že sme pôstny čas prežili plnohodnotne. Jednou z mož-





ností ako efektívne využiť pôstnu prípravu je rozhodnúť sa kreatívne darovať svoj voľný čas – stráviť ho s priateľmi, ísť na svätú omšu aj cez týždeň, venovať sa dobrovoľníckej činnosti, navštevovať starších, chorých a opustených, alebo praktizovať spoločnú modlitbu v rodine. Možností je veľa, stačí si nejaké vybrať a rozumne si ich naplánovať, aby sme na úkor konania dobrých skutkov nezabúdali na svoje povinnosti, alebo sa nepriviedli k úplnému vyčerpaniu.

## Čítajme

Čítanie vhodnej literatúry rozširuje naše obzory a pomáha nám formovať, či utvrdzovať vlastný svetonázor. V čase Pôstu, keď sa snažíme o hlbší ponor do nášho vnútra, sme citlivejší na rôzne podnety a môžu sa nás dotknúť myšlienky, ktoré by inokedy ostali bez povšimnutia. Preto je v tomto období vhodné siahnuť, okrem Svätého písma, aj po životopisoch svätých, duchovných zamysleniach, či náročnejšej náboženskej literatúre. Zaujímavým tipom na tieto dni môže byť knižná novinka Meno Boha je Milosrdenstvo, ktorá práve vychádza v slovenskom preklade. Kniha je rozhovorom talianskeho vaticanistu Andreu Tornielliho s pápežom Františkom.

## Rozjímajme

Na internete existuje mnoho inšpiratívnych projektov zameraných na duchovný rast, ktoré dokážu osloviť a zaujať i mladšiu generáciu. Forty For You ponúka na každý deň Pôstneho obdobia sériu zamyslení, ktoré vychádzajú z evanjelia dňa, krátku osobnú modlitbu, predsavzatie, podnetný obrázok a bonus z virtuálneho sveta. Do pôstneho projektu sa možno zapojiť na facebooku i na [www.40dni.sk](http://www.40dni.sk).

## Obnovme sa

Využime možnosť duchovných cvičení a obnov v našom bližšom či vzdialenejšom okolí. Rozumne investovať čas a prežiť „predĺžený víkend“ v spoločnosti Najvyššieho nie je na zahodenie. Často vyhľadávané miesto modlitby a vnútorného stíšenia je Exercičný dom sv. Ignáca v Prešove. Dom spravuje komunita jezuitov, za pomoci laických spolupracovníkov. Záujemcom ponúka duchovné cvičenia a predveľkonočné duchovné obnovy. Viac informácií o termínoch a témach nájdete na webovej stránke Exercičného domu svätého Ignáca v Prešove.



„Miluj hriešnika,  
nenávid' jeho  
hriech.“

(sv. Augustín)

SKUTKY  
DUCHOVNÉHO  
MILOSRDENSTVA

# NAPOMÍNAŤ HRIEŠNIKOV

**Ježiš nás stavia pred problém. Na jednej strane nám dôrazne prikazuje „Nesúďte!“ (Mt 7,1), na strane druhej od nás žiada, aby sme človeka, ktorý urobí niečo zlé, napomenuli. „Keď sa tvoj brat prehreší proti tebe, chod' a napomeň ho medzi štyrmi očami. Ak ťa počúvne, získal si svojho brata.“ (Mt 18,15)**

**A**ko ale môžeme niekoho napomínať bez toho, že by sme ho nesúdili? Veď iba na základe súdu môžeme prísť k záveru, že dotyčný človek robí zlo, a teda, že ho treba napomenúť. Odpoveď na tento problém je jednoduchá. Nikto z nás nemôže a ani nesmie súdiť svedomie iného, ale môže, ba musí súdiť skutky druhého. Inými slovami: to, či si ten človek uvedomuje, že robí zlo, posúdiť nevieme, a preto ho nemôžeme súdiť. Ale jeho skutky posúdiť vieme; ak sú zlé, potom takého človeka treba za jeho skutky, ktoré vnímame ako zlé, napomenúť.

### Sám Ježiš napomína

Ježiš napomenul Petra, keď ho odhovárал od jeho cesty utrpenia a kríža. Doslova mu povedal: „Zmizni mi z očí, Satan!“ Ježiš oslobodil ženu prichytenú pri cudzoložstve z rúk jej sudcov, no prepustil ju so slovami: „Chod' a viac už nehreš!“ Napomenul Jakuba a Jána, keď chceli zvolať záhubu na Samaritánov, ktorí ich neprijali. Apoštolov často napomínal za ich neschopnosť používať zdravý úsudok, Pavla napomenul na jeho ceste do Damasku za to, že prenasleduje jeho Cirkev.

Ježiš o napomínaní nielen kázal, ale ho sám aj vykonával. A keďže Ježiš je nám vzorom vo všetkom, je nám aj v tomto.

### Každý človek je z času na čas povinný napomínať

Veriaci svojich kňazov, rodičia svoje deti, aj deti svojich rodičov, učitelia svojich žiakov a naopak, priatelia jeden druhého navzájom. Nemáme právo súdiť a odsudzovať ľudí a ich svedomie, no máme povinnosť súdiť ich skutky. Ako to povedal sv. Augustín: „Miluj hriešnika, nenáviď jeho hriech.“ Oči si pred zlom zatvárať nemôžeme. Ak tak urobíme, nesieme zodpovednosť za plody, ktoré konanie človeka, ktorého sme mali na jeho hriech včas upozorniť, prinesie. Mnoho zla nemuselo prerásť do takých príšerých rozmerov, keby sme boli zasiahli včas.

### Napomínať múdro a láskavo

Väčšina z nás má strach napomínať. No sú aj takí, ktorí to robia radi a ktorí si napomínanie iných doslova vychutnávajú. Je jasné, že títo ľudia sami potrebujú napomenutie. Sú takí, ktorí napomínajú iba v hneve, keď

už nie sú schopní svoje napätie ďalej udržať. Toto však nie je napomínanie, ale skôr uľavenie si na úkor druhého. Sv. Augustín nás varuje pred falošným napomínaním. Hovorí: „My ľudia sme zúfalé bytosti. Čím menej sa zaoberáme vlastnými hriechmi, tým viac sa zaoberáme hriechmi iných. Namiesto toho, aby sme iných napomínali, ich kritizujeme. Seba ospravedľňujeme, iných odsudzujeme.“

### Ako správne napomínať?

Vysvetľuje to Ježiš. Človeka, ktorého vidíš konať zlo, si pozvi na rozhovor a nerob to v hneve. Ak tvoje napomenutie odmietne, pozvi si svedka. Ak ani tam nepríde k náprave, prípad postúp autoritám. Ježiš končí lekciu o napomínaní uistením, že kde sa dvaja alebo traja modlia v jeho mene, ich modlitba bude vypočutá. Táto poznámka je vlastne popisom toho, ako by naše stretnutia, pri ktorých ideme jeden druhého napomínať, mali vyzeráť. V prvom rade by mal vládnuť duch modlitby a prosba o svetlo pre oboch, pre napomínajúceho i pre napomínaného.



# SKUTKY TELESNÉHO MILOSRDENSTVA HLADNÝCH KRMIŤ

František Benko, kaplán

Keď vystúpil a videl veľký zástup, zľutoval sa nad nimi, lebo boli ako ovce bez pastiera. A začal ich učiť mnohým veciam. Keď už bolo veľa hodín, pristúpili k nemu jeho učeníci a hovorili: „Toto miesto je pusté a je už veľa hodín. Rozpusť ich, nech sa rozídu do okolitých osád a dedín kúpiť si niečo na jedenie.“ On im odpovedal: „Vy im dajte jesť!“ Vravili mu: „Máme ísť nakúpiť za dvesto denárov chleba a dať im jesť?“ Opýtal sa ich: „Koľko máte chlebov? Chodte sa pozrieť!“ Keď to zistili, povedali: „Päť a dve ryby.“ Tu im rozkázal usadiť všetkých po skupinách na zelenú trávu. A posadali si v skupinách po sto a po päťdesiat. Potom vzal päť chlebov a dve ryby, pozdvihol oči k nebu, dobrorečil, lámal chleby a dával svojim učeníkom, aby im ich rozdávali. Aj obe ryby rozdelil všetkým. Všetci jedli a nasýtli sa, ba ešte nazbierali plných dvanásť košov odrobín a zvyškov z rýb. A tých, čo jedli chleby, bolo päťtisíc mužov. (Mk 6, 34-44)

## Rozpusť zástupy, aby si kúpili niečo na jedenie

V dnešnej dobe žije mnoho ľudí v rôznych kútoch sveta na pokraji biedy a hladu. My sa veľa krát vyhovárame, že nás sa to netýka, lebo my žijeme tu v Európe a oni niekde veľmi ďaleko. Chceme sa akoby zbaviť zodpovednosti, podobne ako apoštoli. Ale uvedomme si, v akom prepychu dnes žijeme. Každý deň máme vyberané jedlá rôzneho druhu. Už sa ani neuspokojíme s tým, keď máme rovnaké jedlo jesť viac dní. Vždy musíme mať niečo nové, zaujímavé, chutné. A pritom niektorí ľudia nemajú ani len obyčajný chlieb. Mali by sme sa uskrmniť v jedle a pritom myslieť na tých, ktorí nemajú čo jesť, podporiť cez rôzne organizácie ľudí v chudobných krajinách.

## On im odpovedal: Vy im dajte jesť

Pán Ježiš vyzval apoštolov, aby sa oni postarali o to, aby ľudia dostali jesť. Aj nás Ježiš vyzýva, aby sme sa spoločne postarali o to, aby všetci ľudia na celom svete mali čo jesť. Nemá to byť tak, že určité krajiny sa topia v prepychu a ostatné krajiny nemajú ani na chlieb. Bohatstvá zeme by mali byť spravodlivo rozdelené pre všetkých ľudí, nie len pre niektorých, výni- močných.

## Dvanásť košov odrobín

Koľko dnes vyhadzujeme zvyškov z jedál, lebo nám už nechutí, už sme presýtení všetkým tým jedlom. Ježiš nás učí, že aj odrobinky, zvyšky majú svoju hodnotu, lebo všetko je Boží dar.

## Začal ich učiť

Je potrebné si všimnúť, že Pán Ježiš najskôr učil ľudí a potom rozmnožil chlieb. Najskôr ich nasýtil svojím slovom a potom ich nasýtil chlebom. Sýtiť druhých Božím slovom, vierou, je dôležitejšie ako ich nasýtiť chlebom. Najskôr je potrebné nasýtiť dušu človeka, lebo tá je večná, a potom sa snažiť nasýtiť aj telo. Veď aj Sväté písmo hovorí: „Nienlen z chleba žije človek, ale z každého slova, ktoré vychádza z Božích úst“ (Mt 4, 4). Veď práve dnes, kvôli slabému poznaniu viery a poznaniu Boha, sa rozširujú samovraždy, nervové zvrútenia, ale aj rôzne poverky a okultizmus. Preto sa nemáme starať o to, aby sme mali plné žalúdky, ale v prvom rade sýtiť svoju dušu a duše svojich blízkych Bohom, vierou, Božím slovom a Božou milosťou. ■

Fotografia:  
Milada Vigerova  
unsplash.com



**„NIELEN Z CHLEBA ŽIJE  
ČLOVEK, ALE Z KAŽDÉHO  
SLOVA, KTORÉ VYCHÁDZA  
Z BOŽÍCH ÚST.“ (MT 4, 4)**

Fotografia: Peter Hamrák  
 Ján Ďuda ako postulátor  
 so spismi kauzy blahorečenia  
 Božieho sluhu Jána  
 Vojaššáka (2003).

PRI PRÍLEŽITOSTI ZAČÍNAJÚCEHO  
 18. ROČNÍKA NÁŠHO ČASOPISU  
 POKOJ A DOBRO SME SA PRIHOVORILI  
 MONS. JÁNOVI DUDOVI, JEHO  
 ZAKLADATEĽOVI A POPROSLI SME HO  
 O POHĽAD NA DIELO, KTORÉ PRETRVALO.

redakcia

## NECH *posúdia* ČITATELIA

**Aká bola Vaša pohnútkou v marci 1999 založiť farský časopis? V tom čase totiž nebolo príliš rozšírené mať vo farnosti svoj vlastný časopis.**

Do Markušoviec za farára som prišiel ako 37 ročný kňaz v roku 1997. Od začiatku som mal jasno v tom, že treba formovať verejnú mienku vo farnosti v kresťanskom duchu a to aj u tých, ktorí do kostola chodievali zriedkavejšie alebo vôbec nechodili. Skrátka, myšlienku farského časopisu som nosil v hlave

od začiatku môjho pôsobenia v Markušovciach a trochu trvalo, kým sa mi to podarilo zrealizovať. Na jar v roku 1999 vyšlo prvé číslo časopisu Pokoj a dobro a odvtedy to ide až doteraz.

**Ako si spomínate na jeho začiatky? Mali ste istotu, že jeho vydávanie vydrží dlhšiu dobu, alebo ste mali občas pochybnosti?**

Farár, ak má pôsobiť vo farnosti účinne, musí mať v určitých veciach, najmä v línii svojho pastoračného pôso-

benia, jasno. Mal som jasno aj v tom, že súčasťou môjho pastoračného pôsobenia v Markušovciach, Lieskovanoch a Tepličke bude aj formovanie verejnej mienky v kresťanskom duchu. Áno, bol som si s časopisom istý, ale iba v tom, že urobím všetko pre jeho udržanie. Nemohol som si byť istý v tom, či sa mi to aj naozaj podarí. Myslím si, že Pán Boh mi doprial to, že som mal šťastnú ruku pri výbere spolupracovníkov pri tvorbe časopisu: Monika Hodnická, Mária



Krotká (vydatá Košalová), Peter Hamrák, Cyril Hamrák, Iveta Drabiščáková a iní. To boli ľudia, ktorých som si vybral a myslím, že to bolo dobré. Stáli pri mne od začiatku, rešpektovali ma a ja som sa naučil rešpektovať ich. Ak by táto vzájomná úcta a rešpekt nefungovala, bolo by to na škodu samého časopisu a možno by to znamenalo aj jeho zánik.

### **Čo bolo Vaším hlavným cieľom okrem mapovania života farnosti?**

Mal som jasno aj v obsahu časopisu. Vždy som tvrdil, že obsahom nemôžu byť iba príležitostné články. Preto v časopise nikdy nechýbali náučné články. Informovať, čo sa stalo, alebo písať úvahy, to sú dobré veci, ale celý časopis nemôže byť iba o tom, ale musí prinášať aj nové informácie. Prišla mi na um reakcia Mons. Juraja Kamasa, ktorý dlhé roky pôsobí ako kancelár Arcibiskupského úradu v Košiciach, ale istý čas bol aj farárom vo Valalíkoch pri Košiciach a dnes je aj farárom jednej mestskej časti Košice. Raz mi zatelefonoval a povedal mi, že „gugloval som na internete, aby som niečo našiel o fatimských zjaveniach z roku 1917 a vyguglovalo mi tvoj článok publikovaný v markušovskom časopise. Ostal som tak prekvapený, že ti hneď volám. Očakával som, že budem „behať“ internetom po Amerike a skončil som v Markušovciach.“ Áno, aj v náučných článkoch bol časopis dobrý, neboli to iba lacné náboženské frázy. Potom tu bola rubrika Informátor, ktorý informoval v krátkosti o tom, čo sa vo farnosti a filiálkach stalo. Zase iné té-

my kvalitne zabezpečovali redaktori a musím spomenúť aj obetavú prácu Ing. Petra Hamráka, ktorý všetko pripravoval pre tlačiareň. A čo bolo hlavným cieľom časopisu? Evanjelizácia a katechizácia vo farnosti a filiálkach, ktorá u dospelých ide najmä cez „poznanie“ a „informovanie“. Do akej miery sa to dарило plniť, nech posúdia aj s odstupom času veriaci.

### **Je tomu už šesť rokov, čo sme sa s Vami rozlúčili, aby ste sa mohli venovať inej činnosti – hlavne ako profesor a cirkevný právnik. Dostane sa Vám občas do rúk niektoré vydanie PaDka? Ako ho vnímate s odstupom času?**

Iste, nakoľko len môžem, sledujem časopis i jeho obsah. Teším sa najmä z toho, že vychádza naďalej aj po mojom odchode z markušovskej farnosti. Aj naďalej ho vnímam ako úspešný časopis, hoci niektoré veci by som sa snažil robiť trochu inak. Totiž niekedy sa treba rozhodnúť, že časopis ostane iba pri náboženských úvahách a informáciách, čo sa vo farnosti uskutočnilo (časopis, ktorý veci mapuje a ostáva najmä pre minulosť ako zdroj informovanosti pre ďalšie generácie) alebo to bude aj „programový časopis“, ktorý načrtáva líniu pastorácie, ktorú sa žiada presadiť. Myslím, že by Pokoj a dobro mal mať tendenciu „robiť jedno a nezanedbávať druhé“. Potom je tu inovácia. Časopis by si mal zachovať aj naďalej niektoré charakteristické dizajnérske črty, ale zároveň iné prvky v dizajne by sa mali meniť po určitých časových úsekoch. Takto sa dosiahne, že je to stále náš časopis, kto-

rý oplýva zároveň novosťou i sviežosťou svojho dizajnu i obsahu. Nie je to kritika, ale nápady, ktoré azda pomôžu. Moje vídenie vecí je už „zvonka“, nie „zvnútra“. Lebo aj keď som zakladateľom časopisu, už je v plnej miere vo vašich rukách a záleží na tom, ako sa rozhodnete.

### **Čo Vám utkvelo najviac v pamäti, keď si spomínate na svoju farnosť Markušovce, spolu s jej filiálkami Tepličkou a Lieskovanmi?**

Spomienok z môjho pôsobenia v markušovskej farnosti mám dostatok a sú to pekné spomienky. Často si spomienim aj v modlitbách na pápanov organistov, kostolníkov a kostolníčky, na ružencové spoločenskú školu, na začiatok i záver školského roka v Základnej škole s materskou školou v Markušovciach, na sväté omše, na poslucháčov, ktorí počúvali moje kázne počas svätých omší a mnohé iné veci. Aj keď sa možno niektorým zdá, že som na nich akože zabudol, nie je to tak. Nosím všetkých vo svojom srdci a odporúčam ich Pánu Bohu v modlitbe. Iba toho času je málo a stále je množstvo vecí, ktorým sa musím pracovne venovať.

### **Čo by ste zaželeli časopisu a jeho čitateľom do ďalších rokov?**

Prajem časopisu nadšenú redakčnú radu, aby písala články k spokojnosti svojich čitateľov. Prajem Markušovciam, Lieskovanom a Tepličke i Pod Tepličke dostatok kvalitnej katolíckej viery, statočný kresťanský život. Na mnoho a mnoho krásnych rokov hojnosť Božieho požehnanja.

# AKO SOM SA MÝLIL

Môj svokor – dobrý chlap. Chodil do roboty, staral sa o rodinu, občas si niečo vypil, občas zaspieval a stále robil.

Štefan Kapusta, Lieskovany

Fotografia:  
Joshua Earle  
unsplash.com

Raz pri práci, keď pomáhal svojej rodine na stavbe, navštívil ho Pán. Padol na „rameno kríža“. Bola to chvíľa, keď stúpil na voľný koniec fošne a spadol. Diagnóza – úplné ochrnutie od hrudníka nadol. Bol to šok. Peripetie spojené s liečbou, rehabilitácie, operácie, cukrovka a preležaniny sa zdali bez konca. Vtedy som si povedal: „To to zažiť – to by som radšej zomrel.“

Mýlil som sa, a ešte ako som sa mýlil! Dnes po viac ako ôsmich rokoch sa na jeho kríž pozerám úplne inak. Tak ako plynul čas, starký (ako ho všetci voláme) sa tešil, keď sa mohol odviezť na invalidnom vozíku a vyhriať sa na slnku. Poobzerať hospodárstvo, dokonca aj na nákup zájsť. Vždy sa tešil, keď ho prišli pozrieť deti, rodina, vnúčatá. Ale hlavne, po piatich rokoch nesenia kríža, najmenšie tri z desiatich vnúchat, ktoré ho vedeli najviac potešiť.

To, že sa vôbec mohol tešiť zo všetkého okolo seba, by asi ani nebolo možné bez jeho pomocných rúk a nôh – teda bez jeho manželky. Práve ona naplnila slová spred oltára: „v šťastí aj v nešťastí, v zdraví aj v chorobe...“ Osemročná opatera, vzájomná potreba a ochota podať často až nadľudské výkony pri problémoch a veľkých ťažkostiach spojených so starkého stavom, urobili z manželov pár, ktorý sa hádam ľúbil viac ako v mladosti pri plnej sile.

Starký unavený, boľavý, zoslabnutý, ale stále s pokorou, bez šomrania a bez otázok: „Prečo ja?“ Trpezlivo niesol svoj kríž. Spod tohto kríža vykúkal láskavý úsmev toho, ktorý nás rád vidí. A starká, ako Šimon z Cyrény, ochotne pomáhala niesť jeho kríž bez reptania, s ochotou a nesmiernou obetavosťou až do začiatku tohto roku, kedy už došli na starkého Kalváriu a Pán si ho zobral spod kríža k sebe.

Ešte ako mladý som sa modlil za dobrú manželku. No Pán Boh mi dožičil niečo viac. Dal mi aj úžasných svokrovcov. Sú pre mňa veľkým príkladom v manželstve a v živote a ktorých ako príklad môžem ukázať svojim deťom či ostatným ľuďom.

Starký zmenil môj názor na utrpenie. Ako spomínal pán farár Gabriel Brendza pri pohrebnej svätej omši: „Koho Pán Boh miluje, toho krížom navštevuje.“ Nášho starkého veľmi miloval a on miloval jeho. V modlitbe, s nesmiernou trpezlivosťou a pokorou, niesol svoj kríž. Ja som presvedčený, že Pán si ho za to zobral k sebe do neba.

Prosím, aby sme si takýchto „starkých“ brali za príklad. Aby bolo viac takých manželov, ktorí sa pred životným krížom nerozutekajú, ale dokážu ho spolu niesť. Aby sa ich láska pod ním upevnila a aby si na konci povedali: „Môj poklad!“



# PORUCHY príjmu POTRAVY

„Jedlo a všetko, čo je s ním spojené, má okrem biologickej funkcie aj mnoho psychologických významov a sociálnych aspektov – chutné jedlo v nás vyvoláva príjemné pocity, zvykneme jedávať v spoločnosti iných ľudí, zajedáme stres a frustráciu. Preto obe poruchy príjmu potravy – mentálna anorexia a bulímia – nie sú zapríčinené iba biologickými faktormi (ako hormonálne zmeny alebo nechuť do jedla spôsobená ochoreniami tráviaceho systému), ale predovšetkým psychosociálnymi faktormi. Štíhlosť je v spoločnosti vnímaná ako dôležitý znak úspešnosti a krásy, čo dievčatá a ženy vedie k skúšaniam rôznych diét, až sa dostanú do štádia, kedy ako najlepšie riešenie vnímajú úplnú hladovku. Ohrozené sú najmä dievčatá so sklonsmi k perfekcionizmu, obeť šikanu spojenú s negatívnymi komentármi ich vzhľadu a dievčatá i chlapci z dysfunkčných rodín.“

**Zuzana Klučárová**

## Príznaky anorexie a bulímie

Základnými príznakmi mentálnej anorexie sú úmyselný úbytok váhy, o ktorý sa dievča snaží pomocou rozličných diét, nadmerného cvičenia, zvracania alebo pomocou užívania anorektík či preháňadiel; a narušené vnímanie vlastného tela spojené s neovládateľnými obavami z vlastnej tučnosti. Dievčatá a ženy trpiace anorexiou nedokážu objektívne posúdiť svoj vzhľad, aj napriek veľmi nízkej váhe neustále túžia byť chudšie. Mávajú bizarné rituály spojené s jedlom, ktoré sa snažia pred všetkými tajiť – rodičom klamú, že jedli vonku s priateľmi, denne zjedia veľmi malé množstvo vysoko kalorického jedla (napríklad iba jeden karamelový cukrík), jedia papierové obrúsky alebo vlasy a podobne. Sekundárnymi následkami nízkej hmotnosti sú hormonálne a metabolické poruchy, pričom je toto ochorenie spojené s vysokou mortalitou (10 – 20%). V prípade mentálnej bulímie sú výrazným príznakom záchvaty prejedania (môžu, ale nemusia, sa vyskytovať po stresujúcich udalostiach) kompenzované snahou o zvracanie. Opakované zvracanie môže spôsobiť zápal slinných žliaz alebo zvýšenú kazivosť zubov, čo nám môže

pomôcť v odhalení tohto ochorenia. Dievčatá trpiace bulímiou nemusia byť na prvý pohľad extrémne vychudnuté, avšak rovnako potrebujú pomoc psychoterapeuta.

## Liečba porúch príjmu potravy

Pri veľmi nízkej hmotnosti je nevyhnutná hospitalizácia, obnovenie príjmu potravy a náprava metabolických a hormonálnych zmien. Po stabilizácii telesných funkcií prechádzame k psychoterapii zameranej na pochopenie nevyhnutnosti pestrej stravy pre fungovanie celého tela. V rámci rodinnej terapie pomáhame dysfunkčným rodinám obnoviť komunikáciu a vzájomnú oporu, ako i riešiť problémy spojené so šikanou v škole alebo v kruhu priateľov a známych. V individuálnej terapii sa zameriavame na prijatie vlastného tela, na odstránenie neprirodzenej snahy o dokonalosť diktovanú spoločnosťou a na zvyšovanie sebaistoty a realistického sebaobrazu. Tieto dievčatá, ale i chlapci, nachádzajú veľkú oporu vo svojpomocných skupinách, kde zdieľajú svoje spomienky a zážitky a oceňujú úspechy každého člena.



# Vydarená FAŠIANGOVÁ eRko AKCIA







Fotografie:  
Tomáš Kral

# Úloha pre DETI

Pospájaj číslice 1 – 37, vmaľuj obrázok a uhádni, akú činnosť vykonáva kamarát na obrázku



# O REHOLI bratov kazateľov

Začalo sa to 22. decembra 1216, kedy bola schválená a o mesiac neskôr, 21. januára 1217, aj potvrdená Rehoľa svätého Dominika (Rehoľa bratov kazateľov). Svätý Dominik – skromný a citlivý človek, ktorý načúval Bohu i ľuďom a hľadal pravdu – a prví bratia tejto rehole odchádzajú mimo svojich domovov a rodín, aby šíрили vo svete Božie slovo. Odvtedy už prešlo 800 rokov, počas ktorých bratia dominikáni neustále šíria Božie slovo ako putujúci kňazi.

**Renáta Regecová**

Slávnostná svätá omša, ktorá otvorila jubilejný rok rehole, sa konala v Ríme, v Bazilike sv. Sabíny, pri ktorej sídli generálne vedenie rehole a ktorú vedie brat Bruno Cadore, nástupca zakladateľa rehole sv. Dominika Guzmána. Podľa Bruna Cadoreho je jubileum v „šťastnom spojení“ so Svätým rokom Milosrdenstva, ktorý pre celú Cirkev vyhlásil pápež František. Ďalej hovorí o Dominikovi: „Na svojich cestách evanjeliového života sa Dominik neustále usiloval svedčiť o Ježišovi, o prítomnosti Božieho milosrdenstva medzi nami.“

Jubilejný rok, s bohatým programom duchovných, kultúrnych a akademických podujatí na miestach pôsobenia dominikánov v rozličných krajinách sveta, trvá od 7. novembra 2015 do 21. januára 2017, kedy sa uzavrie slávnosťou v Lateránskej bazilike v Ríme.

Svätý Otec udelil prostredníctvom Apoštolskej penitenciárie plnomocné odpustky, ktoré môžu získať všetci, ktorí sa za splnenia predpísaných podmienok zúčastnia na duchovných podujatiach dominikánskeho jubilejného roka. Veriaci môžu získať plnomocné odpustky, ak sa zúčastnia niektorej z osláv jubilejného roka Rehole kazateľov alebo ak počas jubilejného roka navštívia ako pútnici niektorý kostol alebo svätyňu patriacu dominikánskej rodine a tu zotrávajú istý čas pred Najsvätejšou sviatosťou v rozjímavej modlitbe, obsahujúcej Modlitbu Pána, vyznanie viery, jubilejnú modlitbu a uctievanie Panny Márie svätým ružencom.

Svätý Otec František sa v nedeľu po modlitbe Anjel Pána týmito slovami obrátil





na prítomných dominikánov a dominikánky na Námestí sv. Petra: „Zdravím predstaviteľov Rádu kazateľov – dominikánov, ktorí včera otvorili osemstoročnicu založenia. Nech vás Pán požehná pri tomto výročí. A ďakujem vám za všetko to, čo robíte v Cirkvi a pre Cirkev!“

Podobné slávenia v tento deň zorganizovali členovia a členky dominikánskej rodiny po celom svete. Na Slovensku otvorili bratia dominikáni 800. jubileum svätou omšou v Kostole sv. Dominika vo Zvolene. V Košiciach otvorenie jubilejného roka kazateľov spojili so spomienkovým dňom pri príležitosti 10. výročia úmrtia pátra Hyacinta J. Tandarua. Na konci omše si každý zástupca komunity alebo bratstva prevzal jubilejnú sviecu, ktorá bude horieť pri liturgii počas celého jubilejného roka, ikonu sv. Dominika a pútnickú palicu – symbol kazateľa.

Preto chcem osloviť aj vás, ruženčiari. Patríme do Dominikánskej rodiny, ktorá v tomto jubilejnom roku vyzýva všetkých kresťanov, ale hlavne nás, členov RB, aby sme kráčali po stopách sv. Dominika. Povzbudzuje nás, aby sme sa vrátili k počiatkom našej viery, čerpali zo zdrojov našej tradície a s novou vitalitou a radosťou konali skutky lásky, venovali sa službe pre Boha, potreby našej farnosti, Cirkvi, spoločnosti. Vyznajme Krista svojim životom a dôverujme jeho nekonečnému milosrdenstvu. Toto jubileum prežívajme spolu s Pannou Máriou i svätým ružencom. Takto vnesieme do svojho života radosť i svetlo a naučíme sa kráčať spolu s trpiacimi, aby sme raz dosiahli nebeskú slávu v nebi. ■

## DETSKÁ TAKTIKA VOČI RODIČOM

Adriana Lazorová

Kúpiš mi túto čokoládu? Ale ja ju chcem! A chcem čokoládu! Musíš mi ju kúpiť! Napätie graduje, dieťa dupne nohou, hodí sa o zem a skúša, čo funguje. No my rodičia, si musíme stáť za svojim. Nie ostáva nie. Možno zaberie odpútanie pozornosti, alebo v horšej situácii, odídeme z obchodu. Ak nie, dieťa si osvojí vzorec, že čím viac kričí, vzdoruje, stupňuje, tým lepší výsledok dosiahne. Alebo sa poučí, že tieto metódy na rodiča nefungujú a začne si uvedomovať, že nemusí mať všetko.

**M**ožno práve teraz, v Pôstnom období, i my máme čo robiť, aby sme sa dokázali ovládnuť, odprieť si. Aby neboli ani naše deti rozmaznané či sebecké, čaká nás dlhá cesta popretkávaná pravidlami, silou vôle a vytrvalosťou. Deťom sa nepáči, že blahobyt, ktorý ich obklopuje, má zrazu zmiznúť, že ich požiadavky nie sú ihneď alebo vždy splnené. Vydržme! Všetko, s čím začíname je ťažké. Ak im kedy-tedy niečo odoprieme, potom si danú vec viac vážia.

Niektoré deti rady vydierajú, ničia veci, rozbíjajú, trhajú. Je dôležité, aby vedeli znášať následky. Napríklad po vyliati čaju – poutierať, po rozsypaní smetí – pozametáť, po rozhádzaní hračiek – upratať, samozrejme, za účasti rodiča, ktorý ich pri odstraňovaní následkov pozitívne povzbudzuje a fyzicky im pomáha. Ak zničia hračku, novú nedostanú.

Pri záchvatoch zlosti tiež pomáha známa terapia objatím, ktorá podľa psychologičky Klaudie Trojanovej slúži k obnove narušených

citových vzťahov. Jej základom je, že dieťa pritiahneme k sebe, pevne ho objímame a nech sa akokoľvek bráni, kričí, bije a kope okolo seba, pustíme ho až vtedy, keď sa úplne upokojí a jeho negatívne city sa zmenia v lásku. Takto zároveň obnovujeme rodičovskú pozíciu. Dieťa si prežije pocit, že je síce milované a prijaté, ale isté veci robiť nemôže a rodič je ten dominantný (autorkou terapie je PhDr. Jiřina Prekopová).

V neposlednom rade deťom vysvetľujeme, prečo nemôžu mať vždy všetko, čo chcú. Môžeme ich upozorniť i dopredu: „Ideme do obchodu, ale dnes nebudeme kupovať sladkosti, lebo potrebujeme iné potraviny.“ Podobne: „Do obchodu s hračkami sa môžeme pozrieť, ale naozaj len pozrieť, porozprávať sa, čo sa nám páči.“ Spočiatku to môže vyvolať negatívne prejavy, neskôr si deti zvyknú, potom v budúcnosti už vedia, že niekedy je čas na prilepšenie, inokedy nie. Ak sa to dieťa naučí, zaslúži si určite pochvalu. Samozrejme, i my rodičia. ■

# MOJA CESTA k zasvätenému ŽIVOTU

Na sviatok Obetovania Pána skončil Rok zasväteného života. Rok, v ktorom sme sa viac ako inokedy modlili za duchovné povolania. Počas celého roka katolícke médiá predstavovali jednotlivé rehoľné spoločenstvá, ich históriu, poslanie, duchovnosť. Jedným z rehoľných spoločenstiev je Inštitút milosrdných sestier Svätého kríža. V komunite sestier v Cerovej na Záhorí pôsobí naša rodáčka z Pod Tepličky PaedDr. Marta Buňová, PhD., rehoľným menom **sestra Renáta**.

## Mária Koňaková

### Predstavila som ťa ako našu rodáčku. Cítiš sa ňou byť?

Aj áno, nakoľko moji rodičia, starí rodičia a krstní rodičia pochádzajú z Tepličky. Bola som v Tepličke i pokrstená vdp. farárom Skrakom, ktorý mal vždy živý záujem o môj osobnostný i duchovný rast. Veľmi si ho vážim. Moje detstvo a školské roky som prežila Pod Tepličkou, kde si moji rodičia postavili dom. V rodine som dostala pevné základy náboženskej výchovy. Svoje detstvo som tiež intenzívne prežívala aj v Tepličke – Korytňu – u svojich starých rodičov. Utkveli mi spomienky na večerné besiedky s babkou Fabiánovou pri tkaní na krosnách. Rada spomínam na sviatky Božieho tela. Po dedine boli postavené oltáriky. Bol to duchovný i spoločenský zážitok.

Veľmi milé mi boli aj tradície ako svadobné zvyky, majálesy na hore.

### Aká bola tvoja cesta k povolaniu zasväteného života?

Moja cesta bola náročná, plná prekvapení, zahalená do

„Jej cesta do zasväteného života bola náročná, plná prekvapení a zahalená do tajomstva pred komunistickým režimom.“

tajomstva pred komunistickým režimom. Desať ro-

kov som bola v civile ako tajná rehoľná setra. Povolanie som prvýkrát zreteľne pocítila v roku 1979, keď som bola so svojou tetou Katarínou na púti v Lurdoch. Moja mamka poznala moju túžbu. Pri odchode na púť do Ríma, Lúrd a Paríža mi povedala, že sa už musím rozhodnúť pre životné povolanie, aby som svoj život naplnila zmysluplne: „Veľa sa modli a počúvaj, čo ti Ježiš chce povedať.“ Jej radu som si zobrala k srdcu a modlila som sa s úprimným srdcom na všetkých miestach. Posledný deň pred odchodom z Lúrd mi Panna Mária dala odpoveď večer pred jaskyňou. V Paríži som sa s túžbou zasvätiť sa Bohu zverila rehoľnej sestre Andrei (Veronike Kapustovej, ktorá tam pôsobila a pochádza z Lieskovian), tiež sestre



Eugénii (Márii Jasečkovej pochádzajúcej z Tepličky). Obidve ma podporili. Zároveň som cítila aj silný boj sama so sebou, či som skutočne povoláná a schopná pre duchovné povolanie. Bola som vždy spoločenská a rada som cestovala.

### Čo je poslaním Inštitútu milosrdných sestier Svätého kríža?

Naším poslaním je verne nasledovať milosrdného a ukrižovaného Krista a zviditeľňovať ho ľuďom predovšetkým svojím osobným životom všade tam, kde sme poslané. Každá rehoľná kongregácia má svoju charizmu, špecifické poslanie vnuknuté Duchom Svätým. Charizma SCSC je obsiahnutá v milosrdnej Božej láske. Sme poslané:

- *hlbšie prenikať do tajomstva kríža a zmŕtvychvstania a z toho čerpať nádej a silu,*
- *v každom človeku vidieť Boží obraz a vážiť si jeho dôstojnosť,*
- *snažiť sa o sesterskú a františkánsku minoritu,*
- *v milosrdnej láske a solidarite byť s ľuďmi a pre ľudí,*
- *v rôznych ťažkostiach dnešnej doby vnímať Božiu výzvu, účinne a pohotovo na ňu odpovedať.*

### Aká je náplň tvojej činnosti vo vašej komunite?

Od nástupu k Milosrdným sestram Svätého kríža je Cerová mojím štvrtým spoločenstvom. Po maturite som rok pracovala ako zdravotná sestra v Spišskej Novej Vsi. Na sviatok Všetkých svätých v roku 1979 som nastúpila do ÚSS Matilda Huta, kde bolo 121 postihnutých detí. V tomto spoločenstve sa tajne zahájila moja prvá formácia. Pra-



Sestra Renáta Buňová /  
Fotografia: Archív autorky.

covala som ako zdravotná a hlavná sestra 9 rokov. Ďalším spoločenstvom bol ÚSS Bojková pre dospelých (Záhorie). Pracovala som tam ako zdravotná sestra a bola som aj v juniorátnej formácii – príprave pred večnými sľubmi. Tie sa konali 3. augusta 1991 v Spišskej Kapitule. Po štyridsiatich rokoch to boli prvé verejné sľuby. Od roku 1992 som začala učiť na SZŠ v Ružomberku. Popri práci som si doplnila vysokoškolské vzdelanie na UKF v Nitre. Rok som pracovala ako škol-

ský psychológ v Liptovskom Mikuláši. V jubilejnom roku 2000 som prišla do Charitného domova v Cerovej. Od roku 2003 som začala učiť na TU v Trnave, potom na VŠZaSP v Bratislave. Ukončila som doktorandské štúdium v odbore sociálna práca. Prišla nová výzva. Školou a s podporou mojich predstavených som poverená zriadiť misiu pre slovenský ľud v Chorvátsku a Srbsku. Mám misijné poslanie a toho času sa na túto náročnú službu pripravujem.

# AKO BYŤ ŠŤASTNÁ S 1, 2, 3... DEŤMI

Tieto Vianoce som bola obdarovaná jedným veľmi milým darčekom, o ktorý by som sa chcela s vami podeliť. Je to útlá kniha od španielskej autorky Rosa Pich-Aguilera Roca s názvom *Ako byť šťastná s 1, 2, 3... deťmi*, ktorá toto dielko napísala ako svoju prvotinu.

**Veronika Šebestová, Lieskovany**

Autorka sa neživí písaním, dvadsať rokov pracovala ako návrhárka látok. V prvom rade je však matkou. S manželom José Mariá sa vzali mladí a vždy túžili po mnohopočetnej rodine. Napriek počiatočným ťažkostiam, keď im zomreli dve deti pre problémy so srdcom, a lekári im radili, aby už nemali viac detí, sú dnes rodičmi osemnástich detí, z toho pätnástich, ktoré sú nažive.

V dnešnej dobe, keď majú štáty problémy s nízkou pôrodnosťou a starnutím obyvateľstva, v dobe tak vysokej rozvodovosti, keď si rodičia nemôžu „z finančných dôvodov dovoliť“ mať viac ako jedno – dve deti, sa natíska otázka, ako to táto španielska rodina Postigo Pich všetko zvláda? Ako dokážu uživiť tak početnú rodinu? Ako s láskou a trpezlivosťou vychovávajú toľko detí? Dá sa pri tom všetkom aj pracovne a osobne rásť? A práve na tieto otázky ponúka odpovede toto dielko.

Kniha ma zaujala najmä svojou praktickosťou. Autorka sa v nej delí o svoje osobné skúsenosti s výchovou detí, pričom nestráca čas s teóriou, ale svoje názory pre-

**„Existuje mnoho dôvodov, prečo nemať veľa detí. Kniha ma však presvedčila o tom, že je omnoho viac dôvodov, prečo ich mať.“**

zentuje na konkrétnych príkladoch. Úprimne a citlivo sa venuje témam z každej oblasti rodinného života. Kniha je písaná jednoduchým, ale živým a pútavým štýlom. Svoje miesto v nej má aj mnoho úsmevných príhod, ktoré život s deťmi prináša. Bežné problémy, ktoré niektorým možno padnú zaťaž-



ko, ako je napríklad rodinné stolovanie, povinnosti, scény detí, prázdniny, výber školy, odmeny a tresty, hádky rodičov, rady ako vyjsť s peniazmi, ako navariť pre toľko ľudí, či spať celú noc bez vyrušovania, autorka opisuje spôsobom, ktorý ich mení zo starostí na radosti. Existuje mnoho dôvodov, prečo nemať veľa detí. Kniha ma však presvedčila o tom, že je omnoho viac dôvodov, prečo ich mať. Aj obyčajný rodinný život môže byť ten najúžasnejší, ak viete, ako na to. Už teraz sa teším na ten svoj.

„V rozhovoroch, ktoré so mnou robili, bola jedna často sa opakujúca otázka: „Koľko chcete mať detí? Už sa zastavíte?“ Pýtam sa sama seba: Môžeme klásť hranice láske? Čím viac človek miluje, tým je šťastnejší. Bol predsa stvorený na to, aby miloval.“

„V rodine máte vždy možnosť dať a nič za to nečakať. Neviete si ani predstaviť, akým spôsobom sa vám zväčší srdce s každým dieťaťom.“



# EPITAF

## Františka Máriássyho

V hlavnej lodi kostola v Markušovciach sa nachádza posledný epitaf, z červeného mramoru, ktorý sme si doposiaľ ešte nepriblížili. Je osadený v južnej stene, mimo presbytéria a patrí Františkovi Máriássymu.

Miroslava Lazníová

LITERATÚRA: IVÁNYI, B.: A márkusfalvi Máriássy család levéltára 1243 – 1803. In Közlemények Szepes vármegye múltjából, IX évfolyam, Lőcse, 1917, ČOVANOVÁ JANOŠÍKOVÁ Z.: Sepulkrálné pamiatky Kostola svätého Michala Archanjela v Markušovciach [Spiš] In: Jiří ROHÁČEK (ed.): Epigraphica et Sepulcralia, IV. Praha: Artefactum 2013, 117-154. ISBN 978-80-86890-45-6, MÁRIÁSSY, P.: X. storočí rodu Máriássy. Košice : Harlequin, 2006. 156 s. ISBN 80-89082-08-4., WAGNER C.: Analecta Scepusii Sacri Et Profani. Pars II., Viennae 1774

František bol synom Margity Görgey (Hrhovskej) a Andreja Máriássyho, ktorého epitaf sa tiež nachádza v kostole a písali sme o ňom v minuloročnom treťom čísle. František Máriássy sa narodil v roku 1597 a podľa nám dostupných informácií pochádzal z desiatich súrodencov. Pravdepodobne bol ženatý dvakrát. Jeho prvou manželkou mala byť Judita Debreczeni. Avšak o jej živote nemáme žiadnu bližšiu zmienku. Viac sa spomína jeho druhá manželka Priska Palágyiová. Bola aj matkou Františkových detí, z ktorých poznáme syna Františka a dcéru Annu. Umrel v roku 1649, čo je jeden z mála údajov, ktoré sa dozvedáme priamo z jeho epitafu. Na rozdiel od tých ostatných totiž disponuje podstatne menšou textovou časťou. V hornej polovici epitafu, podobne ako na predchádzajúcich, patriacich jeho otcovi a strýkom, nachádzame vyobrazenie Máriássyovského erb, ktoré je voči ostatným opäť v pozmenenej podobe. K erb, pridali dve postavy, zrejme nosiči erb, a v hornej časti i písmená „F“ a „M“, teda iniciály Františka Máriássyho. Evidentná je absencia textu pod erbom. Ostala tam len prázdna platňa. Zrejme to bol priestor pre text, prípadne ďalšie vyobrazenie, čo, žiaľ, dnes už nevieme s istotou potvrdiť.

Po obvode epitafu je latinský nápis, z ktorého sú známe aj vyššie uvedené informácie:

„Manželka Priska Palagyová a syn František Mariáši dali zbožnými rukami postaviť tento pamätník urodzenému pánovi Františkovi Mariášimu na jeho večnú pamiatku. Narodil sa v roku 1597, zomrel 9. marca 1649. Žil 52 rokov.“

Zaujímavosťou je, že dátum úmrtia sa v rôznych zdrojoch zachoval rozdielne, pričom rovnaký ostáva deň a rok úmrtia, líši sa len mesiac. Na epitafe je dátum 9. marec 1649, ale na dnes už nezachovanej pohrebnej zástave, i v niektorej literatúre ako dátum úmrtia rezonuje 9. november 1649.

Okrem malého počtu publikácií o rodine Máriássy, sa o živote Františka Máriássyho dozvedáme práve z uvedenej pohrebnej zástavy a nápisu na tabuli umiestnenej nad vchodom do kaštieľa v Markušovciach. Z nich vieme, že bol veľmi vzdelaným človekom a úzko spolupracoval s Jurajom Rákoczim. Zrejme vzhľadom k týmto kontaktom zastával významnú funkciu prefekta sirôt po Pavlovi Rákoczim, bol teda poverený i správou ich majetku. Okrem toho pôsobil zároveň ako spišský podžupan. Bol teda finančne dostatočne zabezpečený na to, aby si mohol dovoliť vybudovať nové rodinné sídlo. Okrem opisovaného epitafu tak ostala priamo v Markušovciach i ďalšia veľkolepá spomienka na život a úspechy Františka Máriássyho. V roku 1643 totiž nechal v Markušovciach postaviť renesančný kaštieľ so štyrmi nárožnými vežami. Na jeho priečelí sa v skrátenom zápise dočítame často používanú osobnú devízu, resp. životné krédo Františka Máriássyho, ktoré môže byť inšpiráciou i pre nás:

„Vive, ut vivas, in silentio, et spe (erit fortitudo mea)...“ Čo v preklade znamená: „Ži tak, aby si mohol žiť naveky, v tichosti a v nádeji (bude moja statočnosť)...“

# NAJISTEJŠIA cesta K SVÄTOSTI...

## ALE AKO?

Ako sa lepšie modliť? Mnohí hovoria, že je to dôležité, no ja mám pocit, že stále stojím na jednom mieste. Ako napredovať? Ak máš krízu v modlitbe, no chceš s tým niečo robiť, si na dobrej ceste. Francúzsky spisovateľ Georges Bernanos povedal: „Už pranie modliť sa, je modlitba.“

**Mária Reinerová**

### Čo je modlitba?

Je to rozhovor s Bohom. Kňaz Marián Kuffa k tomu pridáva ešte jedno slovíčko – láskyplný, pretože na Boha môžeme aj kričať a nadávať mu, ale to už nie je modlitba. Čiže modlitba je láskyplný rozhovor s Bohom.

### Začiatky

Začať sa dá jednoduchými krokmi. Je potrebné si na modlitbu nájsť presný čas a najlepšie aj stále miesto. Charles Haddon Spurgeon povedal: „Modliť sa môžeme kedykoľvek – viem, môžeme, no obávam sa, že tí, ktorí sa nemodlia v konkrétnom čase sa nemodlia vôbec.“ Niekoľko sa rád modlí na okraji postele, iný za stolom či pri svetle sviečky. Možnosti máme mnoho. Záleží na nás, aby sme si našli pokojné miesto, kde sa budeme rozprávať len dvaja – ja a Boh. Je super, keď si stanovíš aj stály čas. Mali by to byť chvíle, keď si

pokojný, nie práve v „pracovnom zhone“, taktiež je fajn, keď si určíš pravidelnú hodinu (povedzme hneď po prebudení a krátko pred spánkom) a čas, ktorý obetuješ Pánovi – čiže nie napríklad počas reklamy v televízii.

Buď verný v maličkostiach. Neukladaj si na začiatok dlhé modlitby, začni skromnejšie, ale s pevnými základmi. Neskôr, keď si k tomu vybuduješ vzťah, tak sa naučíš, ako môžeš napredovať.

### Ako sa modliť?

Skús sa modliť naučené modlitby i vlastnými slovami. Keď to pre teba bude ťažké, tak pros Ducha Svätého o pomoc. Ako sa však rozprávať s Bohom vlastnými slovami? Hovor s ním v bázni, ale ako priateľovi, ktorý ťa pozná a rozumie ti. Povedz mu o svojich očakávaniach do nového dňa a ďakuj mu za to, čo si prežil. Pros ho o požehnanie. Mnohí ľudia však robia chybu

v tom, že ak Boha o niečo prosia, no nedostanú to, hnevajú sa a prestávajú sa modliť. Toto však nie je správny prístup. Dokonca aj v modlitbe Otče náš hovoríme: „buď vôľa tvoja, ako v nebi, tak i na zemi.“ Elias Vella to v knihe Ahoj Ježiš, môžeme sa porozprávať? vyjadril slovami, že podobne, ako keď sa riadime receptom a na prípravu jedla potrebujeme určitý čas, pretože ho nevieme pripraviť skôr, tak je to aj s modlitbou. Nie je to preto, že Boh nám niečo chce odprieť, on si nás len pripravuje pre svoje diela.

### Miesto a čas na modlitbu

Rozprávať sa s ním máme možnosť kdekoľvek a kedykoľvek. Cestou do školy, počas cestovania v autobuse, keď čakáme na partiu pred školou... Môžeme sa s Pánom spojiť vo svojom srdci. Napríklad strelnými modlitbami, keď mu len tak poďaku-



**NEBOJME SA MODLITBY. NEBOJME SA HOVORIŤ S NAJVVYŠŠÍM. ISTÝ ČLOVEK RAZ POVEDAL, ŽE ČAS, KTORÝ VENUJEME SPOZNÁVANIU BOHA, NIE JE NIKDY PREMÁRNENÝ. SPOLOČNE SA POKÚSME POSVÄCOVAŤ NÁŠ ČAS MODLITBOU, ABY SME PLNOHODNOTNE VYUŽILI KAŽDÚ CHVÍĽU NÁŠHO ŽIVOTA.**

ješ, či poprosíš o niečo. On nemá „pracovné hodiny“ a ty za ním môžeš prísť skutočne kedykoľvek. Takýto spôsob modlitby sa však nesmie stať jediným rozhovorom, ktorý Pánovi venuješ. Je fajn, keď si nájdeš chvíľku len pre neho.

No nezabúdaj ani na to, že tento rozhovor má byť dialógom. Často sme uvravení, ale potrebujeme aj odpoveď. Mu-

síme pustiť Ježiša k slovu stíšením sa a načúvaním. On sa k nám prihovára v tichosti. No mnohí s tým máme problém, pretože sa nevieme sústrediť. Preto sa nám ponúkajú aj ďalšie možnosti modlitby.

### **Spôsob modlitby**

Môžeš si čítať Sväté písmo, cez ktoré hovorí Pán najjas-

nejšie. Ak mu nerozumieš a niektoré pasáže ti robia problém, tak popros Duha Svätého o pomoc pri chápaní textov. Taktiež môžeš Bohu spievať, či už v spoločenstve, alebo v súkromí. Chváliť ho môžeš prakticky neustále. Či už nahlas, alebo v duchu, na tom nezáleží. Podstatné je spojenie s nehom.



# STRACH Z *histórie*?

Teroristi takzvaného Islamského štátu zničili iracký kláštor Mar Elia zo 6. storočia.

Z nemčiny preložila Monika Hodnická

**K**náboženským miestam so svojimi umeleckými a kultúrnymi pokladmi majú zločinci „Islamského štátu“ zvláštny vzťah. „Čo je malé a prenosné, predajú,“ vysvetľuje kriminálny archeológ Michael Müller-Karpe vo vysielaní (nemeckej) televízie „n-tv“. Je to jedna z ciest, akou teroristi financujú svoj vražedný obchod. Lebo takzvané krvavé antiky sa v Európe predávajú za špičkové ceny.

Naproti tomu čo je „príliš veľké alebo príliš známe“ na to, aby sa dalo speňažiť, islamskí extrémisti ničia. To sa očividne stalo aj v auguste alebo septembri minulého roku s kláštorom svätého Eliáša, Deir Mar Elia v Iraku. Satelitné zábery ukazujú, že verejné priestranstvo zopár kilometrov južne od Mosulu, bolo pomocou bagrov zvalcované alebo vyhodené do vzduchu. Najstarší kresťanský kláštor v Iraku je každopádne zrovnaný so zemou.

Mar Elia bol viac ako jedno tisícročie centrom kresťanského života. Založil ho asýrsky mních Eliáš v roku 595. Predbežný koniec prišiel v roku 1743, keď Peržania dobyli územie. Zabili 150 mníchov, ktorí žili vtedy v kláštore, keď odmietli prestúpiť na islam.

Aj keď odvtedy v Mar Elia nefungoval žiaden mníš-

sky život, malo toto miesto veľkú duchovnú silu. Irackí, chaldejskí kresťania putovali k ruine kláštora, aby sa tam modlili a slávlí bohoslužby. Počas prvej svetovej vojny našli v ňom útočisko aramejskí kresťania, ktorých ako Arménov prenasledovali a vyhnali Tur-

„**NAJSTARŠÍ  
KREŠŤANSKÝ  
KLÁŠTOR V IRAKU  
MAR ELIA BOL  
VIAC AKO JEDNO  
TISÍCROČIE CENTROM  
KREŠŤANSKÉHO  
ŽIVOTA. DNES  
JE ZROVNANÝ  
SO ZEMOU.**“

ci. Začali kláštor čiastočne opravovať. Nakoniec si Mar Elia privlastnila iracká vojenská základňa. Keď po páde Saddáma Husseina bola obsadená Američanmi, začali s reštaurovaním kláštora. Vraj 25 miestností, z toho jedna kaplnka, boli nanovo opravené. Teraz Mar Elia už neexistuje.

Na celom svete bola správa o zničení kláštora prijatá s veľkým zdesením. Svetová cirkevná rada hovorila

o „otrasnej správe“. Teroristická civilná milícia usmrtila s nemilosrdnou brutalitou nielen ľudí, ale zničila aj znaky iných náboženstiev a kultúr, povedal medzinárodný riaditeľ Ekumenickej rady cirkví Peter Prove, Evanjelickej tlačovej agentúre.

Generálna riaditeľka Unesco Irina Bokova označila tento skutok za vojnový zločin. Tento krok vraj ukázal „koľko strachu majú extrémisti z histórie, lebo čím väčšie sú vedomosti o minulosti, tým skôr by mohli byť v súčasnosti vyvrátené pokrytecké zdôvodnenia činov extrémistov,“ povedala Bokova.

„Som zarmútený z tejto správy a zlomilo mi to srdce,“ vyhlásil chaldejský svätý biskup Shlemon Warduni pre Rádio Vatikán. Seminaristi vraj putovali každoročne v deň svätého Eliáša do kláštora a slávlí v jeho ruinách liturgiu. „Keď táto vojna neskončí, budeme počuť o ďalších hrozných veciach.“ Warduni vyzýva medzinárodné spoločenstvo, aby kovalo. „Ukončíte túto vojnu! Keď USA, Európa a arabské krajiny niečo nepodniknú pre to, čo Boh vytvoril, bude to tragédia.“

**Christ in der Gegenwart  
(68. Jahrgang, Freiburg,  
31. Januar 2016)**

# FARSKÝ *informátor*

## Dobrá novina v Tepličke

Dňa 24. 12. 2015 sa dopoludnia uskutočnila Dobrá novina v Tepličke a Pod Tepličke. Do koledovania sa zapojilo 40 detí, ktoré boli rozdelené do piatich skupín. ĎAKUJEME všetkým ľuďom dobrej vôle, ktorí nám otvorili svoje príbytky a s láskou nás podporili. Vďaka vám sa nám podarilo vyzbierať sumu 1 449,18 €, ktorá poputovala na pomoc deťom afrických krajín. ĎAKUJEME všetkým ochotným deťom, ktoré sa s radosťou do tohto projektu zapojili. Vedúci Dobrej noviny Patrik Hudran a Janka Bučaková.

## 21. ročník Dobrej noviny v Markušovciach

Aj tento rok sa markušovskí eRkári zapojili do celoslovenskej finančnej zbierky s názvom Dobrá novina. V dňoch 27. decembra a 2. januára zvestovalo radostnú zvesť o narodení malého Ježiška 20 detí spolu s 5 animátormi, jedným gitaristom a 4 pomocnými vedúcimi. Na hornom konci nás do svojich príbytkov prijalo 24 rodín a na dolnom konci sme navštívili 33 rodín. Dokopy sa do 21. ročníka Dobrej noviny v Markušovciach zapojilo 57 rodín, vďaka ktorým sa nám podarilo vyzbierať sumu 643,60 €. Tieto finančné prostriedky zaslala na účet Dobrej noviny Anna Fukerová, ako zodpovedná osoba dňa 11. januára 2016. Vyzbierané peňažné prostriedky sa využijú napr. na realizáciu vodného projektu v Turkane – jedno z najsuchších miest na zemi, podporí sa centrum komplexnej starostlivosti pre deti s postihnutím v slume Kibera, ako aj rehabilitačné a reintegračné centrum pre deti a mladých z ulice. V Etiópii sa podporia projekty zamerané na zlepšenie zdravotnej starostlivosti o matky

a detmi a vzdelávanie dievčat a detí s postihnutím v oblasti Munesa. Všetkým, ktorí tento rok koledníkov Dobrej noviny do svojich príbytkov prijali a prispeli, aby sa ľudia na opačnom konci sveta mali aspoň o trošku lepšie, vyslovujeme úprimné ĎAKUJEME.

## Organ Lieskovany

Ružencové bratstvo Lieskovany v decembri zakúpilo elektrický organ Technics SX GM9 za sumu 333 €. Všetkým členom vyslovujeme úprimné Pán Boh zaplať.

## Vianočné požehnanie domov a rodín

Počas Vianočného obdobia sa uskutočnilo požehnanie domov a rodín našej farnosti. Na sv. Štefana v Lieskovanych a Pod Tepličkou; 27. decembra na vyšnom konci v Markušovciach; 2. januára na nižnom konci v Markušovciach; 9. januára v Tepličke. Duchovní otcovia farnosti všetkým ďakujú za milé prijatie a vo svojich modlitbách všetkým farníkom aj naďalej vyprosujú Božie požehnanie a pomoc.

## Prezident Slovenskej republiky v Markušovciach

Vo štvrtok 21. januára 2016 navštívil našu obec prezident SR Andrej Kiska. Redakcia časopisu Pokoj a dobro mala príležitosť predstaviť svoj časopis, ktorý vyhral celoslovenskú súťaž FAČA 2015. Prezident nám poblahoževal a poprial ešte veľa úspechov. Zároveň sme mu odovzdali darček v podobe fotiek najdôležitejších historických pamiatok obce vo forme zarámovaného obrazu a s venovaním redakcie. Za pripravený darček ďakujeme nášmu fotografovi Petrovi Lazorovi.

-RED-

ČASOPIS VYŠIEL AJ VĎAKA PODPORE OBCE MARKUŠOVCE.

Vydáva Rímskokatolícky farský úrad Markušovce pre farnosť Markušovce a filiálky Teplička, Pod Teplička a Lieskovany. Zodpovedná redaktorka: Mgr. Monika Hodníková. Redaktori: Mgr. Adriana Lazorová, Peter Lazor a externisti. Sadzba a grafická úprava: Ing. Peter Hamrák. Technické spracovanie: Tlačiareň Kežmarok. Jazyková úprava: Mgr. Barbora Klučárová. Odborný konzultant: Mgr. Ondrej Švančara. Impri-matur: 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: Rim. 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 nevraciamе. Fotografia na obálke: Peter Lazor.



„TVOJU  
SPRAVODLIVOSŤ  
VYVEDIE NA POVRCH  
AKO SVETLO  
A TVOJE PRÁVO  
AKO POLUDŇAJŠÍ JAS.“  
(Ž 37, 6)

Fotografia:  
Peter Lazor  
Výstup na vežu  
markušovského  
kostola.