



SPEKTRUM

Časopis zo života rímskokatolíckej farnosti Vítaz



Znova Vianoce

Bratia a sestry, prvá adventná svieca je zapálená. Už je tu nový cirkevný rok, ktorý začína radostným očakávaním narodenia Pána - adventom. S detskou radosťou máme každú nedelu zapáliť ďalšiu adventnú sviecu. Máme sa tešiť na vianočný čas. Je to tak? Tešíme sa na Vianoce? Nie sú Vianoce nočnou morou pre viacerých z nás?

Ako ľudia sa obávame vianočného zhonu, plného konzumu a ruchu, presýteného gýčovou vianočnou ozdobou. Všetko nás bude presviedčať, že radosť z Vianoc spočíva v nákupoch a v nátlaku darovať a byť obdarovaný. Neustále budeme myslieť, či azda všetko máme, či sme na niekoho nezabudli a čo vlastne nakúpiť. Vianočné pesničky o chvíľu už nebudeme ani vnímať. Postupne nám všetko bude „liezť krkom“. Budeme radi, keď Vianoce budú za nami. Vianoce sa stávajú veľkým bremenom a niekedy ich už nevieme ani ako sláviť. Všetkým budeme obklopení, ale vnútri budeme prázdni, frustrovaní. Voči tomu všetkému sa vo vnútri búrime, uzatvárame sa pred vonkajším ruchom, lebo vieme, že Vianoce sú o inom.

A to je dobré, že sa uzatvárame vo svojom vnútri a nechceme tam pustiť svet s vianočným ošialom. Do svojho vnútra nechajme vstúpiť posvätné ticho presvätej noci vo vnútri nášho chrámu, ktorým je náš kostol, ale aj naše srdce. Do srdca vpustíme Božie Slovo, ktoré sa stalo Telom. Nechajme čas adventu naplniť čítaním z Biblie, z kráľovskej Knihy kníh. V tichu večera pri svetle adventného venca pochopme, že Boh je blízko človekovi. Veď Boha nemusíme hľadať nad hviezdami v neprístupnom svetle. Prijmime, že On zostúpil na našu zem, nedal ruky preč od tohto sveta a vôbec nás nenechal samých. Boh je tu! Boh je vo Sviatosti Oltárnej. Pripravme sa dobrou svedou na prijatie Pána v Eucharistii do svojho srdca. Dovoľme iba Jemu nech vstúpi do nášho srdca, lebo On nie je tovar, ktorý si môžeme kúpiť. On je DAR. Dar, ktorý môžeme iba prijať z rúk Nebeského Otca, „ktorý tak miloval svet, že nám poslal svojho Syna, aby každý, kto v neho verí, mal život večný“.

Len kvôli tomu veľkému DARU s radosťou budem zapalovať sviecy na adventnom venci a tešiť sa na Vianoce. Toto prajem aj Vám všetkým, mojim veriacim.

duchovný otec



ilustračná snímka: M. Magda

OBSAH

ÚVODNÍK

Znova Vianoce	2
Adventná	3

KATECHÉZA

Exercície (XV.)	4
Byť kňazom	5

ROZHOVOR

Tamara Horná	6
--------------------	---

NÁZORY A SVEDECTVÁ

Sv. Barbora	8
Birmovanci	9
Tichá radosť	10
Nečakané očakávanie	11
Najkrajšia záhrada	12
Sv. omša (VI.)	13

SPEKTRUM MLADÝCH

Duchovnosť a psychológia X.	14
Trampoty v manželstve (XL.)	16
Stalo sa, Stane sa	17
Prehľad bohoslužieb	18

SNÍMKY

Titulka: M. Magda
 Meditačná: M. Magda
 Vnúť. zadná: M. Magda
 Vonk. zadná: M. Magda

SPEKTRUM

Vydáva:

Rímskokatolícky farský úrad
 vo Vŕžaze pre vnútornú potrebu

Za vydanie zodpovedá:

Mgr. Oliver Székely s kolektívom redakcie

Jazyková úprava: Anna Blizmanová

Grafika: Martin Magda

Kontakty:

Telefón: 051/791 62 35; 791 61 16

www.vitaz.rimkat.sk

e-mail:

vitaz@rimkat.sk, spektrum@rimkat.sk

Redakcia si vyhradzuje právo úpravy textov.



ilustračná snímka: M. Magda

Adventná

**Anjel z neba už dolieťa
 do mestečka Nazareta.
 Nesie Boží hlas milý
 ku Panne Márii.
 Do modlitby pohrúžená
 Panna zbadala anjela.
 Pokorne ju pozdravil,
 novinu jej oznámil.
 Medzi všetkými ženami,
 naplnená milosťami,
 si iba Ty jediná, krásna Panna Mária.
 Syn Boží sa z Teba zrodí,
 ľudstvo z hriechov vyslobodí.
 Ježiš bude nazvaný
 „už oddávna čakaný“.
 Ona k tomu privolila
 a pokorne hovorila:
 „Hľa, služobnica Pánova,
 nech sa stane Jeho vôľa.“**

Mária Berthotyová

EXERCÍCIE (XV. časť)

V rámci katechézy - nášho kresťanského vzdelávania - vám chceme v niekoľkých častiach na pokračovanie ponúknuť exercície podľa vzoru sv. Ignáca z Loyoly. Uvedomujme si navzájom potrebu takéhoto vzdelávania. Často sa stáva, či už doma, na ulici alebo aj v práci, že dostaneme otázku, týkajúcu sa našej viery. Nech sú tieto riadky duchovným pokrmom, ktorý v nás vzbudí radosť nad pôsobením Ducha Svätého. Nech Duch Svätý naplní myseľ, ale i naše srdcia.

Vyznanie pokračovanie

Máte ťažkosti so sviatosťou zmierenia? Asi ste ju dobre nepochopili. K svätému Františkovi Saleskému prišla raz vznešená pani a spovedala sa - ako sama neskôr verejne rozprávala - „z hriechov najhanebnjších“. Po spovedi sa pýtala svätca: „Dostojný pane, čo si teraz o mne myslíte?“ „Že ste svätá,“ odpovedal biskup. „Ale to by ste museli konať proti svoju svedomiu, keď viete, ako som žila.“ „Nie, lebo teraz ste čistá a svätá.“ „Ale ako zmýšľate o mojej minulosti?“ „Nijako, akoby som mohol zmýšľať o niečom, čo Boh zahladil a zničil. Budem sa srdečne radowať s anjelmi, ktorí jasajú nad vašim obrátením!“ „Ale vy ste plakali, keď som sa z hriechov spovedala.“ „Plakal som radosťou nad vašim vzkriesením.“

C. Caretto v knihe „Skutočnosti z druhej strany“ píše: Dodaj mi odvahu – Boh ťa má rád! Viem, že si to nezaslúžiš, je zbytočné opakovať mi to. Miluje ťa! Si zmietaný množstvom pochybností? Neboj sa, miluje ťa, jeho láska je veľkodušná. Nemiluje ťa pre tvoje zvláštne kvality, lež preto, že ťa nemôže nemilovať. Veď je láska! Nebráň sa, dovoľ mu, aby ťa objal!

Po spovedi je už všetko hotové? Kdeže! Začína život, zá-

pas, rozvoj. G. Bernanos píše v „Denníku vidieckeho farára“, že žena, ktorá sa obrátila a pochopila, že to bolo doteraz zlé, upozorňuje kňaza: „Och, vy si myslíte, že som už celkom obrátená, že je už všetko v poriadku. Zostáva vo mne ešte toľko pýchy, že by ma to stačilo zatradiť. Začína sa pre mňa veľké podujatie ...“

Chcete po svätej spovedi začať opravdivejšie žiť? Prečítajte si niečo zo sv. Jána, ale tak, akoby to Kristus hovoril vám. Poznačte si jednu myšlienku, dajte do notesa či peňaženky, a často si ju pripomňte. Na pár minút zájdite do kostola. Pomodlite sa za tých, ktorí zvlášť potrebujú pomoc. Pomodlite sa za tých, čo potrebujú silu. Kúpte kríž pre jednu rodinu a dajte ho hoci aj na faru. Kúpte dobrú knihu a darujte ju niekomu. Kúpte si sami dobrú knihu a čítajte si z nej pravidelne. Darujte niečo nejakej chudobnej rodine. Venujte sa deťom denne o pol hodiny dlhšie. Budte celý týždeň po sv. spovedi pozornejší voči želaniam manželky či spolupracovníkom.

Chcete sa naozaj zmieriť s Bohom? Zmierte sa so svojimi bratmi. Sviatosť zmierenia má byť i zmierením s ľuďmi. Dáva nám právo zúčastňo-

vať sa na Eucharistickom Chlebe, keď nás už vopred začlenia do tajomného Tela. Svätá spoveď nie je len odpustenie. Je to nové zapojenie do Božieho života. Znovu sme pri prameni sily. Ježiš povedal: „Prijmite Ducha Svätého – ktorým odpustíte hriechy, odpúšťajú sa im ...“ – svätá spoveď je sviatosťou kresťanského života – je to odpoveď na naše prosby: „Neuved' nás do pokušenia, ale zbav nás zlého...“ Je to i sviatosť vytrvalosti a rozvoja lásky.

„Ako mňa poslal Otec... Prijmite Ducha Svätého. Ktorým odpustíte ...“ V čom je zmysel poslania Ježišovho medzi ľuďmi? Zjaviť milosrdnú a vykupujúcu lásku Božiu. Boh chcel príchodom svojho Syna medzi ľudí urobiť božskými, zachrániť ich od hriechu v spoločenstve lásky s Bohom. Človek Ježiš ako Syn Boží, bol plný milosti, bol sama milosť. Otec chcel, aby sa stal prameňom milosti pre iných. Všetci mohli prísť do styku s milosťou len cez Neho. Nikde inde milosť nebola viditeľná. Kristus je prejav Božej lásky k človeku. Kristus je samotné Božie milosrdenstvo, ktoré nám ide stále v ústrety z jeho ľudského srdca ...

Mgr. L. Franc

Cesta k šťastiu

Pred niekoľkými dňami som objavila u nás doma starý „Zábavný cirkevný kalendár z roku 1905“. Zaujali ma na ňom dva veľké obrázky, ktoré nesú meno Cesta k pravému šťastiu a Cesta k bludnému šťastiu.

Prvý obrázok znázorňuje ľudí, ktorí po strmom kopci s krížom na pleci kráčajú ku Kristovi, ktorý na nich čaká na konci ich životnej púte. Druhý obrázok znázorňuje okrídleného satana, ktorý ľuďom zhadzuje peniaze.

Oba obrázky by mohli symbolizovať aj naše konanie v každodennom živote a následky z toho vyplývajúce. Obrázok Cesta k pravému šťastiu symbolizuje ľudí, ktorí páchajú zlo. Následky zlých skutkov však na seba nenechajú príliš dlho čakať. Alkohol, drogy, agresivita a ďalšie neduhy ničia osobnosť človeka, jeho zdravie a dokonca i život. Cesta k pravému šťastiu symbolizuje každodennú náročnú prácu, ochotu, dobro. Táto cesta je náročnejšia, ale prináša pokoj do nášho vnútra.

G. Závacká

Byť kňazom...

Kňazstvo

Pred mnohými rokmi sa pár mužov rozhodlo odpovedať na výzvu „Nasleduj ma!“ Bolo ich dvanásť. Po nich prišli aj ďalší, bolo ich veľmi veľa. O mnohých ani nevieme.

Aj dnes sa stáva, že človek odpovedá na Kristove volanie do kňazstva. Je to nádherná úloha, dar života Bohu a človeku.

Kto je vlastne kňaz? Vnímame ho niekedy ako slobodného muža - „starého mládenca“, niekedy veľmi zaneprázdneného... a možno ani nie celkom normálneho, keď sa vzdal takých vecí, ako je rodina, vlastný domov, atď.

Ale čo skutočne znamená byť kňazom? Prečo muži aj dnes, po dvetisíc rokoch opúšťajú všetko, aby nasledovali Ježiša v tomto obdivuhodnom povolaní? Dnes viac ako kedykoľvek predtým človek túži poznať Krista a byť ním milovaný. Kňaz má byť zanietený, volaný a dávajúci sa muž.

Volaný kňaz (2. časť)

Kňaz je volaným mužom: kvôli službe Cirkvi ho po mene volá samotný Kristus. Toto volanie je dvojnásobné. Na jednej strane je osobným želaním slúžiť Kristovi a všetkým ľuďom. Rastie a zosilňuje sa v modlitbe, dôvernom mieste pre rozhovor s Bohom. Na druhej strane je toto volanie tiež volaním Cirkvi. Cez hlas priateľa, člena rodiny či kňaza utvrdzuje vlastnú vnútornú túžbu v duši muža. Bezpochyby vieme, že nás volá, keď prijímame kňazsku vysviacku. V skutočnosti kňaz prijíma svoje poslanie a rozhodne sa naň odpovedať.

Svätý Pavol porovnáva kňaza (služobníka) Cirkvi k správcovi. „Nech nás takto každý pokladá za Kristových služobníkov a správcov Božích tajomstiev. A od správcov sa už vyžaduje, aby bol každý verný.“ (1 Kor 4, 1-2) Správca sa musí starať o dobro niekoho iného bez toho, aby bol vlastníkom. „Takto kňaz dostáva z Krista dobrá spásy, aby ich rozdelil správnym a zodpovedným spôsobom medzi ľudí, ku ktorým je poslaný. Ide o dobrá viery. Preto kňaz je človekom Božieho slova, človekom sviatosti, človekom „tajomstva viery“. (...) Nik sa nemôže pokladať za „majiteľa“ týchto dobier, pretože sú určené nám všetkým.“

spracoval O. Székely



Tamara Horná

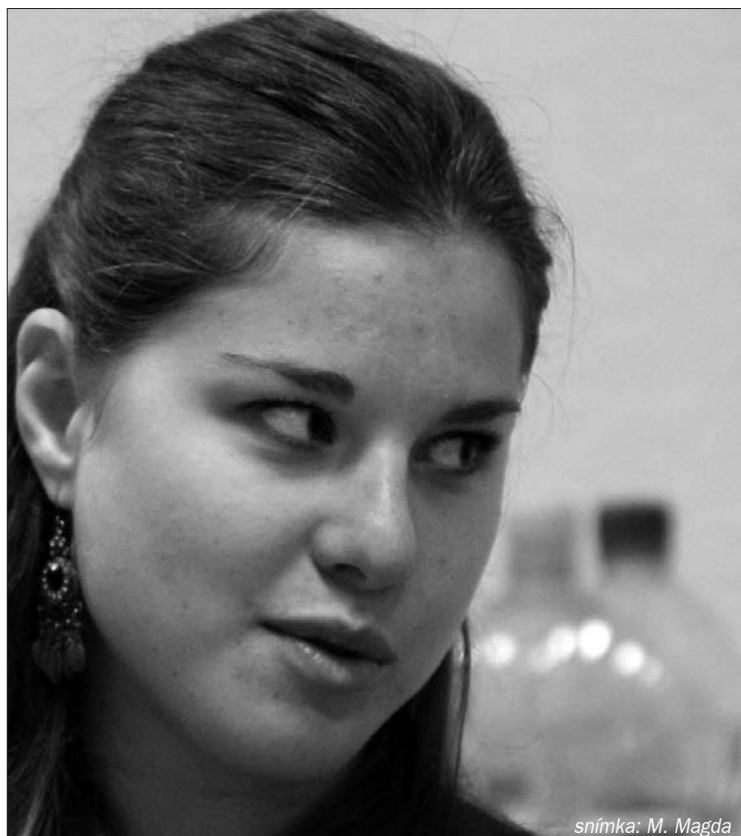
**moderátorka
internetového rádia R7
na strednom Slovensku**

Stretli sme sa na tohtoročnom Letnom seminári Network Slovakia v Ružomberku. Pri besede s Mons. Stanislavom Zvolenským, arcibiskupom Bratislavskej arcidiecézy, jej otázky boli priame a bez okolkov. Zaujal ma aj jej mikrofonický hlas. Na druhý deň sme sedeli na obede pri jednom stole, pretože aj tam ma zaujal jej verbálny prejav, začal som tušiť, že v mediálnom spoločensťstve nie je začiatokník.

Venuješ sa audiomédiám?

Momentálne pôsobím v Rádiu 7. Je to kresťanské internetové rádio na strednom Slovensku. Keďže má FM frekvenciu, tak je to rádio. Patrí pod Trans World Radio, čo je kresťanská rozhlasová spoločnosť, ktorá pôsobila už aj za starého režimu. Ilegálne šírla Božie slovo. Nevieam, ako dlho zostanem v kresťanských médiách, ale je to to, čo teraz viem, že Boh chce, aby som robila, takže to robím. Pripravujem reláciu pre mladých.

Trans World Radio počúvam prostredníctvom rádia Lumen a väčšinou v ňom uvádzajú životné príbehy. Je to jediný štýl, ktorým sa toto rádio za-



snímka: M. Magda

oberá?

Veľký priestor dávame osobným svedectvám a aj moja relácia je postavená na osobných svedectvách a skúsenostiach ľudí, ktorí žijú kresťanstvo, naozaj to prežili s Bohom. Vo vysielaní je veľa relácií, v ktorých dávame priestor ľuďom hovoriť o tom, čo prežívali alebo prežili s Bohom.

Môžeš nám povedať o Tvojom stretnutí s Bohom?

Stretla som sa s Bohom, keď som mala približne 14,5 roka a bolo to po tom, ako som ho začala hľadať vyslovene z neposlušnosti a vzbury, pretože som bola prijatá na evanjelické gymnázium. Myslela som si, že mňa tam nikto k ničomu nútiť nebude, lebo som bola vychovávaná v ateistic-

kej rodine a teda u nás Boh nikdy nemal miesto. Chcela som vedieť, do čoho ma tam budú nútiť, tak som prišla na mládež k evanjelikom a videla som, že tí ľudia sú iní. Neviedla som Boha očami, ale videla som, že Boh je v nich, lebo boli úplne iní ako ľudia, s ktorými som sa dovtedy stretla. Prejavili mi veľkú lásku a záujem, čo som naozaj dovtedy od cudzích ľudí nezažila. Chcela som skúmať Boha, či je naozaj reálny, či môže byť súčasťou nejakého života, či vie konať. Mala som kožnú chorobu, na ktorú som sa liečila asi dva roky a lekári mi nevedeli pomôcť. Raz som prišla zúfalá do svojej izby a zakričala som: „Bože, ja v Teba neverím, ale ak si, tak to vezmeš odo mňa a ja Ti uve-

rím, že existuješ!“ Potom som išla už len raz k doktorke a o dva týždne to viac-menej bolo preč. Hocikto by mi mohol povedať, že to je náhoda, ale ja tomu neverím, pretože viem, že Boh sa dokázal konkrétne v mojom živote. Tak som potom začala chodiť viac na tú mládež a v nedeľu do kostola, čo bolo pre mňa úplne niečo iné a neprirodzené. Ale stretla som sa s Bohom a viem, že Boh je reálny a že má záujem o mňa, hoci som taká maličká, hoci som ho takto znevažovala, že som mu neverila. Boh má milosť a zmenil môj život. Vidím, že zmenil mňa, moju rodinu.

Bolo to len raz, čo si sa stretla s Bohom?

S Bohom sa stretávam takmer každý deň. Niekedy Boh prehovorí cez človeka, niekedy mi jasne hovorí cez Božie slovo, že sa mi stane reálnym a toto je pre mňa stretávanie sa s Bohom v modlitbe. Alebo keď vidím, že sa modlím a Boh odpovedá. To je pre mňa stretnutie sa s Bohom. Na chválach, keď viem, že Boh je tu prítomný, dáva svoje dary, keď vidím, že koná.

Aj to rozvíjaš teraz v rádiu?

Mojou túžbou je, aby tak ako moja relácia, ktorá sa volá Dynamo, čo je vecička, ktorá z energie robí svetlo, Boh urobil svetlo v generácii mladých aspoň tak, ako to robí dynamo, aby Boh priniesol svetlo do mojej generácie.

Zaujímavé porovnanie. Ja ako technik tvrdím, že dynamo ešte musí niekto točiť.

Áno, musíme ho točiť. Ja točím to dynamo tým, že vyberám témy. Tým, že nevychádzam z

tradičnej cirkvi. Pochádzam zo živého spoločenstva, kde nie je veľká tradícia. Pre mňa je dôležité vidieť reálne fakty, nielen aby mi niekto hovoril, že toto musíš, ale proste vidieť, že to má nejaký zmysel pre reálny život, že toto, čo sa naučím, viem aplikovať a že to pôsobí.

Páči sa mi, že Ty ako evanjelička nemáš problém pohybovať sa v tejto spoločnosti, kde sú prevažne katolíci a že sa nehanbíš priznať sa k tomu. To všetko tiež dáva Boh?

Myslím si, že už nie je čas na to, aby sme sa denominačne hádali, ale aby sme sa zjednocovali. Už nie je čas na to, aby sme sa ako spoločenstvá oddeľovali, ale aby sme sa zjednocovali. lebo to sú posledné časy.

Myslíš si to ty sama ako príslušníčka evanjelikov alebo to cítiť vo Vašom zbore, resp. vo vašej cirkvi?

Náš zbor je jedinečný. My sme takí ekumenickí a spolupracujeme s rôznymi cirkvami, napr. pri jednom worshipovom festivale sme spolupracovali od katolíkov cez apoštolských, všetky protestantské cirkvi po gréckokatolíkov. Podľa mňa je dôležité zjednocovať sa v tom, v čom sme jednotní, nehádať sa na tom, že máme iné dogmatické veci. Byť jednotní v tom, v čom sme jednotní a nehádať tie veci, ktoré nás rozdeľujú, lebo je ich dosť, ale Boh je len jeden. Ak by sme dali väčší priestor Bohu a nie nášmu egu a tomu, čo my si myslíme, tak by to asi inak vyzeralo. A inak by vyzerala aj dnešná cirkev.

Ďakujem za rozhovor.

pripravili: M. Magda a G. Magdová

Slnčné lúče

Vidím slnko na oblohe,
vysoko je veru hore.
Koľko sily musí mať
a celý svet ohrievať.

Aj keď sa občas
za mraky schová,
no svoju tvár
ukáže nám znova.

Ako ťažko
by sa nám žilo,
keby slnko nesvietilo.

Nech aj medzi ľuďmi
slnka lúče prenikajú,
nech sa všetci
veľmi radi majú.

Radi sa navštevujte,
rodinné vzťahy
stále utužujte.

Veď, čo si človek
môže priať,
ak sú spolu
sestra, brat.
Švagor či švagriná,
budte ako jedna rodina.

Na tom
unáhlenom svete
čas rýchlo plyní,
veď to dobre viete.

A tak užime si
slnka lásky,
nech nám nič nerobí
na čele vrásky.

Pozri sa tam
na oblohu
a za všetko
poďakuj sa Pánu Bohu.

Marta Pacovská, Široké

NÁZORY a SVEDECTVÁ

Sv. Barbora – aktuálna aj dnes

V stredovekej ľudovej zbožnosti majú svoje korene rôzne pobožnosti, ktoré sa viac-menej uchovali medzi veriacimi dodnes. Jednou z opomenutých však zostala úcta k Štrnástim svätým pomocníkom v núdzi. Do tejto skupiny patrili najuctievanejší svätci stredoveku, ktorým sa pripisoval zvlášť mocný príhovor u Boha. Popri mučeníkoch tvoria túto skupinu svätých aj tri ženy: sv. Katarína Alexandrijská, sv. Margita Antiochijská a sv. Barbora.

Práve na svätú Barbaru, patrónku chrámu v Ovčí, sa upriamuje naša pozornosť. Benediktínsky mních P. Anselm Grün sa pokúša predstaviť život tejto svätice ako odpoveď na rôzne problémy človeka 21. storočia. Ukazuje nám, že aj dnes nám másv. Barbora čo povedať.

Meno Barbora znamená „cudzinka“. Ona nie je z tohto sveta, pochádza odinakiaľ, zo sveta nebeského. Nedá sa vtisnúť do pozemských meradiel. Ako cudzinka zostáva ženou slobodnou a nechápanou: zostáva v nej akési tajomstvo, ktorému nemôžeme porozumieť. Takto nás odkazuje na mystérium Boha, ktoré pre nás zostáva navždy nepochopiteľné. Tiež nám dodáva odvahu, aby sme dokázali prijať aj to, čo je v nás cudzie, neznáme, nevedomé. Iba vtedy budeme celství, zdraví a svätí, ak budeme tomu vedieť čeliť.

Barbora bola dcérou zámožného Gréka, ktorý ju uväznil vo veži, aby jej vonkajší svet nemohol uškodiť. Sám chcel pre ňu vybrať vhodného ženícha a takto jej predur-

čiť cestu života. Otec ju uzatvára do veže vlastných predstáv, ona sa však spod jeho vplyvu vymyká. Počas otcovej neprítomnosti Barbora píše kresťanským učencom a pozýva ich na rozhovor, napokon sa stáva kresťankou. Na znamenie svojej viery v trojjedného Boha dáva k dvom oknám v kúpeľni preraziť aj tretie. Napriek tomu, že otec uzavrel svoju dcéru pod zámok, nemohol zabrániť tomu, aby k nej prišiel Boh. Otec podľa troch okien ihneď zistí, že jeho jediná dcéra, pre ktorú mal prichystanú budúcnosť, sa stala kresťankou. Núti ju, aby sa vzdala viery. Pretože Barbora odmieta, chce ju zabiť. Takto uteká do hôr, kde sa skrýva v jaskyni. Jaskyňa je symbolom materskej sféry, ktorá ponúka Barbore ochranu. Prezradí ju však pastier a tak otec vydáva vlastnú dcéru do rúk miestodržiteľa. Keďže sa Barbora nechce pokloniť pohanským modlám, je kruto mučená. V noci ju však vo väzení navštívia anjeli a uzdravia ju. Na druhý deň je nahá Barbora hnaná na posmech ulicami mesta a bičovaná prútmi. Tie sa však premenia na pávie perá, ktoré ju zakryjú. Vo väzení ju opäť navštívi anjel a prináša jej eucharistiu, ako posilu na poslednú cestu. Nakoniec je odsúdená na smrť statím, čo vykoná jej vlastný otec, ktorý je po tomto čine zasiahnutý bleskom.

Uvedená legenda je aj dnes veľmi aktuálna, pretože ukazuje, ako sa Barbora stáva sama sebou, ako slobodne kráča vlastnou cestou, navzdory predstavám otca. Vie-

ra znamená pre Barbaru cestu k objaveniu jej prapôvodného obrazu, toho, ktorý si o nej urobil Boh. Toto poznanie ju oslobodzuje od predstáv otca a okolia. Takto ukazuje aj nám, ako byť slobodným vo vzťahu k Bohu. Otec nakoniec nemá nad ňou žiadnu moc, aj keď ju stína, pretože ona povstáva k novému a plnému životu. Nemôže jej v skutočnosti ublížiť, lebo je to sám Boh, kto sa o ňu stará a posielal jej na pomoc svojich anjelov.

Barbora býva zobrazovaná s vežou a omšovým kalichom, niekedy aj s korunkou, palmou, knihou a mečom. Veža je obrazom seba-realizácie človeka a symbolizuje pevné základy, na ktorých spočíva náš život. Naša veža siaha až do nebies, tzn. k božskej sfére, upriamuje nás teda na nebo, kde máme pripravené miesto. Veža má kruhový pôdorys (kruh je symbolom celku) a má tri okná, ktoré reprezentujú najsvätejšiu Trojicu, ktorá je s nami a v nás. Veža sv. Barbory symbolizuje predovšetkým kontempláciu: contemplari znamená bývať spoločne v chráme – vo veži nášho života prebýva spolu s nami Boh. Barbora je oblečená v zelených šatách. Zelená je farbou tvorivej Božej sily, ale tiež farbou nádeje a milosrdenstva. Symbolizuje obnovu života, preto sa na sviatok sv. Barbory dávajú vetvičky do vody, aby na Vianoce vykvitli. Pre kresťanov je to krásny symbol toho, že v nás vykvitne plod Kristovej lásky, ak budeme ako Barbora v adventnom tichu hľadiť do svojho vnútra a hľadať v ňom svetlo, ktoré osvieti náš život. Barbora je Božím príslubom, že On môže premeniť aj našu neplodnosť a že sa aj v nás môže rozprúdiť jeho tvorivá sila, takže rozkvitneme v svojej pôvodnej krásy.



snímka z archívu Eduarda Jenču, Ovocie - Sv. manželstva prijímajú štyri páry, medzi nimi aj Augustín Uličný a Anna r. Kollárová dňa 28. októbra 1936, sobášiaci kňaz Vojtech Hrabský (1936–1940) * 29. 10. 1894 Hrabské, + 13. 4. 1951 Hraň

Barbora je patrónkou umierajúcich, pretože odníma strach zo smrti. Ukazuje nám, že skrze smrť vchádzame do materskej náruče Božej, nie do chladu žalára. Barbora - žena krásna, vitálna a tvorivá, nám ukazuje Božiu materskú tvár; tvár Boha, ktorý v nás necháva vyrásť nový život vtedy, keď sa náš pozemský chýli ku koncu. Ona umierajúcim podáva kalich spásy a zároveň pripomína, že eucharistia je vždy výrazom nežnej lásky Kristovej, ktorý vstupuje do nášho žalára, aby nás ňou naplnil. Tak Barbora premieňa strach umierajúcich na dôveru, tmu na svetlo, chlad na teplo a cudzinu na vlasť. Sprostredkuje nám, že vo smrti padneme do materskej náruče milujúceho Boha.

Barbora bola tiež uctievaná ako tešiteľka väznených. Tak, ako ju väznil vlastný otec, aj mnohí ľudia sú väzňami predstáv svojho okolia, ktoré od nich niečo očakáva a neodvažujú sa z tohoto položenía vymaniť. Sú uväznení sami v sebe. Hoci cítia, že sa stali väzňami vlastného strachu, boja sa

zanechať zdanlivé bezpečie svojej veže. Takto ostávajú zabarikádovaní pod vplyvom rôznych náruživostí, s ktorými si nevedia rady alebo závislostí, ktoré zabráňujú skutočnému pohľadu na svet. Stali sa zajatcami svojich návykov a schém myslenia. Aj im chce byť svätá Barbora prísľubom, že Boh ich navštívi v ich väzení a prelomí steny úzkosti a napokon daruje slobodu. Ak vpustíme do nášho srdca Boha, tak nás už žiadne väzenie nebude môcť udržať; potom budú v jeho stenách aspoň tri okná, ktoré nám sprostredkujú kontakt so svetom. Tak budeme aj uprostred vonkajšieho zajatia vnútorne slobodní.

Svätá Barbora je zvestovateľkou nádeje v dobe adventu. Kiež by aj náš život priviedla k rozkvitnutiu uprostred zimy! V chlade tejto doby nám chce táto svätica pripomenúť, že Boh svojou dobrotou a milosrdenstvom rád zahreje naše srdce a prebudí v nás nový život.

spracované podľa: A. Grün: Duchovní terapie a křesťanská tradice

- ns -

Birmovanci - škola lásky

V tomto texte sa píše o láske, ale nie tak veľmi o láske k opačnému pohlaviu, ako o láske k Ježišovi Kristovi. Vybral som si tento text preto, lebo sa mi tam zapáčila jedna veta. Konkrétne to bola prosba o to, aby nás Ježiš Kristus naučil milovať a uzdravil naše zranené srdcia. Je mi vlastne ľúto, že nás Pán Ježiš Kristus nenaučil milovať rovnako. Keď máte dievča a ona vás opustí, vtedy zistíte, ako veľmi ste ju milovali. „Človek zistí ako mal rád jednu osobu až vtedy, keď ju stratí.“ Je mi veľmi ľúto nepochopenej lásky. Hoci nemám veľa prežitého na tomto svete, ale milovať viem určite tak ako hocikto starší. No láska k Bohu a blížnym je pekná, nie je taká ako k svojmu partnerovi. Niečo pekné musí skončiť, aby začalo niečo oveľa krajšie. Týmto sa budem riadiť a dúfať pritom, že sa Boh pozrie aj na mňa a spríjemní mi život tým, že mi zošle lásku, ktorá bude už naveky.

Jozef Grus

Milujte sa

Tento časopis má zaujal najviac svojím názvom „Milujte sa“. Sú v ňom pekné články, ktoré akoby nadväzovali na seba. Už názov nás nabáda k tomu, aby sme boli k sebe dobrí a mali radi každého človeka, aj keby to bol cigán, černoch, beloch, bezdomovec alebo bohatý človek. Sú tam svedectvá mladých, ktorí sa nehanbia chodiť na stretnutia s Kristom, na duchovné cvičenia, na sv. spoveď a prijímať Eucharistiu. Sú iní ako my, aj keď od ma-

lička chodíme do kostola, sme vychovaní vo viere a predsa máme problém ísť sa modliť sv. ruženec a čítať Božie slovo. V čom to vlastne je?

Je to asi v tom, že si pripadáme smiešni, keď sa nahlas modlíme, keď chodíme na sv. prijímanie. Neuvedomujeme si, čo pre nás znamená Kristus a modlitba. Ale keď je nám ťažko alebo niečo nevychádza, každý prosí Boha, aby mu pomohol. A on v mnohých prípadoch pomôže a život ide zase ďalej. Často sa medzi sebou vyťahujeme, čo kto zlé urobil. Možno to nie je až také zlé, ale každý to nie je až také zlé, ale každý to „prifarbí“ po svojom a je „fajer“. Zastavil som sa pri fotografii dvoch starších manželov, držiacich sa za ruky. Z tejto fotky cítiť, že sa tí dvaja, aj keď sú starí, majú radi a nehanbia sa chytiť sa za ruky, aj keď nám mladým to už pripadá smiešne a trápne. Je tu vlastne zobrazovaná sila manželov, ich vzájomná láska, úcta a porozumenie.

V dnešnej dobe sa stále rozpráva o rozchodoch a rozpadnutých manželstvách. Mladí, ak im to „neklape“, nemajú vôbec problém manželstvo rozbiť. V mestách je to bežné a už aj na dedinách. V článku „Sila sviatosti manželstva“ opisuje žena svoj príbeh z manželstva, kde po zrade manžela neváhala zachrániť svoje manželstvo a dopadlo to dobre. Preto si myslím, že ak je vzťah mladých ľudí založený na čistote a láske, porozumení, vzájomnej úcte v spoločnej modlitbe, je to silné puto, ktoré sa nedá len tak rozbiť.

Jakub Kollár



snímka: autor

Tichá radosť

Aj my, Spolok sv. Petra č. 278 sa chceme teraz v čase adventu podeliť s vami, milí čitatelia Spektra, o jedno svedectvo.

Každoročne, počas celého adventu, pred a po svätej omši predávame oblátky v našom kostolíku Sedembolestnej Panny Márie v Middletown, Pa. Tento zvyk má poslúžiť na to, aby naše rodiny tu v USA zachovali tradíciu, že štedrá večera sa začína práve prvým jedlom - oblátkou na pamiatku poslednej večere pána Ježiša Krista.

A veru môžeme povedať, že pri predaji zažívame mnohé úsmevné chvíle, lebo v našej farnosti máme iba zopár slovenských rodín. A tak robíme doslova propagáciu našej slovenskej tradície a krásneho zvyku, aby ešte pred podávaním oblátky hlava rodiny pomazala v tvare kríža každému za štedrým stolom najprv čelo, aby bolo múdre, potom dľaň ruky, aby bola štedrá. Potom pokvapká medom oblátku a podá každému za štedrovečerným stolom. Kolkokrát sa stáva, že nás ľudia žiadajú, aby sme im zopakovali, čo majú hovoriť pred podávaním oblátky. Na strednom Sloven-

sku sa do medu dáva strúčik cesnaku, skúste túto kombináciu. Môžeme sa pochváliť, že rokmi sa táto akcia nášho spolku Jednoty tak zakorenila, že ľudia už pred adventom sa nás pýtajú, či budeme predávať oblátky. A že radosť z akcie má aj náš pán farár Louis Ogden, ktorému odovzdávame dar, je vidieť na fotografii.

Veľa sa hovorí o tom, ako sa Boh vyháňa zo školy, ako viera v Boha upadá. Žiaľ, je to pravda. My sa však v Middletown, Pa. môžeme pochváliť, že staviame novú katolícku školu, lebo priestory starej školy sú nedostatočné. A tak nás, jednotárov Spolku sv. Petra číslo 278 teší, že aj akciou predaja oblátok môžeme prispieť práve na novú katolícku školu. Boh žehnaj Ameriku a v Amerike jednotárov!

P.S.: Na snímke Anna a Jozef Birošovi a hlavný farár v kostole Sedembolestnej Panny Márie v Middletown, Pa. Louis Ogden, ktorému bol odovzdaný šek v hodnote 500 USD za projekt Spolku sv. Petra č. 278 SJ.

Anna a Jozef Biros, USA

Nečakané očakávanie

8. decembra cirkev oslávi sviatok Nepoškvrneného počatia Panny Márie. Je to aj deň úcty k nenarodeným deťom.

A preto by som chcela všetky mamičky-čakatelky povzbudiť, že Božie plány s naším životom sa niekedy s našimi plánmi nezhodujú. Myslím si, že najvýraznejšie to žena precíti, keď neplánovane čaká dieťaťko. Ja som to síce sama nezažila, ale stretla som sa s tým u iných dobrých kresťanských matiek. Každá takáto žena pozná tú búrku protichodných pocitov sprevádzajúcich neplánované tehotenstvo. Keď sa na tehotenskom teste objavia dve ružové vodorovné čiariočky a niet pochyb, že žena je v požehnanom stave, tvárou v tvár tejto nečakanej správe mnohé ženy urobia to, čo dospelé ženy robievajú, keď veci nejdú presne podľa ich predstáv – rozplačú sa.

Aj keď som presvedčená, že dobré katolícke ženy chápu, že ten krehký život, ktorý sa v nich rodí je jedinečná a vzácna bytosť, že tento nový život je skutočný dar od Boha, aj tak sa mnohé nedokážu ubrániť pocitom veľkého rozčarovania. Takýto skorý príchod dieťaťka zmaril všetky ich plány, ktoré mali. Napr. „veď manžel chcel dokončiť štúdium na vysokej škole a nájsť si trvalé zamestnanie, ja som si chcela konečne oddýchnuť od materskej a ísť tiež zarabať pre rodinu a v lete sme chceli ísť všetci na dovolenku, atď., atď.“ A namiesto toho – tu to máš! Mnohé si povedia: „Prepadla som z veľkej životnej skúšky z prirodzeného plánovania rodičovstva.“

Chcem povzbudiť všetky ženy,

ktoré budú tieto riadky čítať, a ktorým sa to stalo, alebo niekedy stane. Len verte dokonalému Božiemu plánu a berte si za vzor Pannu Máriu. Neoddávajte sa sebalútosti a neprepadnite pocitu viny za takýto svoj negatívny postoj k udalosti, ktorú Vaše srdce nazýva šťastím.

Nebojte sa, Boh Vás zahrnie požehnaním, lebo sa Vám narodí najkrajšie a najpôvabnejšie dieťa, aké kedy videl svet. Pochopte, že Boh vám poslal práve toto dieťa, pretože práve ono má byť vaše. Nie nejaké iné, ktoré by ste počali o rok, či o dva.

Takýto šťastný koniec však aj tak nevymaže zložené pocity, s ktorými zo začiatku žena prijíma hlásiaci sa život. Neplánované tehotenstvo prináša so sebou priam explóziu citov.

A nemusí to byť len vaše prvé tehotenstvo, ktoré vás zaskočí, môže ním byť aj ďalšie, keď už máte doma na starosti krdlik detí. Možno nebudete dvakrát nadšená, keď zistíte, že bocian má opäť namierené do vášho domu. A možno vás zaskočí pocit viny, že ste sa hneď na začiatku nepotešili. Je to celkom prirodzené, že sa žena pri takejto neočakávanej správe, ktorá znamená zmenu celého jej života, trochu zarazí. Ani uvedomenie si, že každý začínajúci sa život je nenahraditeľným darom od Boha, vás niekedy neochráni pred mnohými ľudskými reakciami („vide-li ste, ona je už zas tehotná...“) a pri myšlienke na nové tehotenstvo niektoré ženy cúvnu. A je to to najhroznejšie, čo môžu urobiť. Bože, prosím, veľmi prosím, nepusť, aby sa vraždili nenarodené

deti v lŕnách svojich matiek. Nič strašnejšie už ľudstvo nemohlo vymyslieť. Atómová bomba, ani vojny, zemetrasenia, či povodne sú ničím oproti týmto strašným vraždám, ktoré sa denne v nemocniciach dejú po celom svete.

Behá mi mráz po chrbte, keď som dnes v televíznych novinách počula správu o tom ako 17-ročná študentka donosila zdravé dieťa, porodila ho na záchode a vyhodila von oknom. Ako strašne vtedy krvácalo Ježišovo Božské srdce...

Ženy, vyslovenie myšlienok a obáv spôsobených nečakaným tehotenstvom, by vo vás nemalo vyvolať pocit viny. Veď aj Ježiš Kristus prežíval – v tú noc pred umučením – obavy a hrôzu. Nie preto, že by chcel plniť inú ako Božiu vôľu, ale jednoducho preto, lebo pred sebou videl kríž a desil sa bolesti.

My ľudia si často namýšľame, že máme najvyššiu moc nad svojím životom, ale náhle a nečakané tehotenstvo nám pripomína nepríjemnú pravdu. Nie sme tu páni. Niekedy je najťažšie modliť sa slovami Otčenáša: „Bud' vôľa Tvoja...“ a pritom to naozaj myslieť úprimne. Bojíme sa, že sa Božia vôľa nebude zhodovať s našou vlastnou. Zabúdame, že keď nás Boh poveruje nejakou úlohou, súčasne nám posiela aj milosti, aby sme ju zvládli.

Preto, keď si budete klásť otázku: „Dokážeme prijať dieťaťko, prvé dieťaťko, druhé a ešte ďalšie? Verte, že na túto otázku Boh už pred vekmi povedal svoje „ÁNO“!

Martina Gondová

Aj takto by sme mohli pomenovať náš domáci cintorín. Je vizitkou našich veriacich, ktorí sa vzorne oňho vzorne starajú. Tu sú pochovaní naši najbližší - rodičia, bratia, sestry alebo aj naše drahé ratolesti, ktorí nás predišli do večnosti.

Ale poďme trochu do histórie našej obce s otázkou, kde je prvý cintorín po vzniku našej obce a kde sú pochovaní naši praprapredkovia. Tí naši veriaci, ktorí už nosia pár krížikov na svojich pleciach, sa letmo pamätajú, že naša obec sa nachádzala v Pohlodove. Aj v súčasnosti sa tam pri poľnohospodárskych prácach vyorávajú rôzne opracované kamene, ako hovoria oráči z poľnohospodárskeho družstva. Nič o cintoríne v tejto lokalite sa nevie. Aj preto sa pýtame, kde je ten prvý cintorín? Nuž podľa nášho pamätníka Valenta Magdu a jeho záznamov by to malo byť miesto niekde nad poľnohospodárskym dvorom.

Prečo práve tam, to presne nevieme. Možnože budúcnosť to odhalí. Jedno je však isté, že aj v našej obci sídlili páni, ktorí mali sídla na Vyšnom konci a vlastnili veľké pozemky. Starali sa o to, aby aj kostol či cintorín boli v blízkosti ich obydľí. Na Vyšnom konci bývali ľudia, ktorí pracovali na ich pozemkoch, považšine to boli občania, ktorí bývali Zamostkom. Mali primitívne domy, ktoré boli pokryté slamou.

Prečo hovoríme o tejto lokalite a ako došlo k tomuto názvu? Títo veriaci bývali za potokom, s centrom dediny ich



snímka: M. Magda

spájal drevený most cez potok, ktorý tam preteká. Tento most pozostával z pár pozdĺžnych a pár priečnych trámov, takých, aby sa dalo prejsť na druhú stranu. Tak vznikol názov Za mostom, mostkom alebo moštikom. A tak ostal spomínaný názov Za mostkom.

Ale vráťme sa späť k spomínanej téme. O skrášľovanie nášho cintorína sa starajú všetci veriaci. Avšak o vstupnú bránu do tohto priestoru a zvlášť o kaplnku, ktorá je pred vstupom, sa stará jedna veľmi milá pani, ktorá má na svojich

pleciach už osem krížikov. Je to pani Mária Jenčová, ktorú dobre poznáme pod prímením Županová. Jej najbližší hovoria, že budú v tejto tradícii pokračovať. Či to tak bude, ukáže čas.

Aj keď sa na spomínanom mieste zide na deň dušičiek veľa ľudí, ľudia známi aj menej známi, zachovávajú tam posvätné ticho a tak prejavujú úctu pozostalým.

Nech odpočívajú v pokoji! Všetkým, ktorí sa starajú o toto posvätné miesto, patrí úprimná vďaka.

Imrich Jenča, Víťaz

Svätá omša VI. znamenie kríža

Určite sme už viackrát videli rôzne druhy krížov. Niektorí, ktorí rozumejú symbolike z kríža, vedia určiť, o aký kostol ide, lebo znak nášho vierovyznania je kríž. Pozrime sa na náš znak, aby sme mu trochu porozumeli.

Najprv si povedzme názvy jednotlivých častí. Zvislá časť kríža sa volá stipes a vodorovná patibulum. Nevieme presne, aký kríž niesol na Golgotu Ježiš, či niesol celý kríž, alebo iba patibulum. Každý odsúdený bol označený svojou vinou, za ktorú bol popravený, a to nad hlavou. Ak vidíme niekde dvojramenný kríž, vedzme, že vrchná vodorovná časť je tabuľka, na ktorej bola napísaná Ježišova „vina“, a to v troch jazykoch: latinsky, hebrejsky a grécky. Keďže miesto, kde bol Ježiš ukrižovaný, bolo za mestom a nápis nad jeho hlavou bol napísaný v troch rečiach, musela to byť dostatočne veľká doska, aby to tam vošlo a bolo to viditeľné. Nápis na našich krížoch INRI je skratka latinského nápisu: Iesus Nasarénus Rex Iudaeorum – Ježiš nazaretský, kráľ židovský. Táto tabuľka tvorí prvé rameno na viacerých krížoch. Druhé rameno je patibulum a na tom mali odsúdení pribiť ruky.

Zobrazuje sa aj trojramenný kríž. Tretie rameno je naznačením tzv. sedille. Táto časť sa dávala niekedy pod zadok odsúdenému, alebo pod nohy. Používalo sa to hlavne pri tých odsúdených, ktorí mali zomierať veľmi dlho. Ak mal sedille, ruky mal pribité na patibule, nohy ma pribité o stipes a tým, že sedel, mal uvoľnený hrudný kôš a mohol voľne dýchať. Podľa Turínskeho plátna (plátno, v ktorom podľa tradície bolo uložené Ježi-

šovo telo a pochované v kamenom hrobe) predpokladáme, že Ježiš túto časť nemal, lebo dieťa na ľavej nohe je omnoho väčšie ako na pravej. Z toho usudzujeme, že ich mal prekrížené ľavú cez pravú a jedným klincom pribité o stipes. Tiež usudzujeme, že Ježiš nemal túto časť z toho dôvodu, že bol prípravný deň pred veľkou nocou a odsúdení nesmeli visieť na krížoch cez tento deň. Museli zomrieť veľmi rýchlo. Preto aj obom lotrom polámali nohy, aby sa čím rýchlejšie udusili. Ježiš už bol mŕtvy, preto mu nepolámali nohy, ale vojak mu kopijou prebodol bok, aby si boli istí jeho smrťou. Táto rana do srdca bola poistkou pre vojaka, lebo vojaci ručili vlastným životom za to, že odsúdený je buď mŕtvy, alebo pri nich. Z tohto dôvodu neobstoja špekulácie, že vojak sa netrafil do srdca a Ježiš prežil križovanie. Kto toto tvrdí, nepozná rímskych legionárov a stotníkov, čo všetko dokázali. Dvadsať rímskych vojakov v štvorcovom zoskupení dokázalo odolávať až trom stovkám nepriateľských vojakov.

Ukrižovanie je najkrutejší spôsob popravy, lebo človek pribitý na kríži sa striedavo pomaly dusil a omdlieval od bolesti. Všetka váha bola na rukách a dôsledkom toho bol vytiahnutý hrudný kôš. Bránica bola vyšponovaná a tým pádom bolo dýchanie veľmi plytké, čo spôsobovalo neprekrvenie mozgu a následné mdloby. Odsúdený, ktorý si túto situáciu až veľmi uvedomoval a tiež dôsledkom pudu sebazáchovy, sa chcel nadýchnuť do plných pľúc, preto sa celou váhou postavil na nohy, ktoré boli pribité na jednom kline. Ne-



ilustračná snímka: M. Magda

my (napr. ktorý má priemer 1 cm), ale bol to kovaný štvorhranný klin o sile asi 3-4 cm, aby udržal váhu celého tela. V takom prípade váha celého tela bola na jednom kline a to spôsobovalo nepredstaviteľné bolesti a závraty, preto odsúdený po krátkom čase znovu klesal na ruky. To sa opakovalo až do smrti odsúdeného.

Žehnaním sa znakom kríža vyjadrujeme svoju príslušnosť k tomu, ktorý zomrel na tomto kríži za nás, za mňa. Znak kríža je vyznanie našej viery v Krista, a to ukrižovaného; niet kríža bez Ježiša a Ježiša bez kríža. Nedá sa jedno od druhého oddeliť, aj keď by to mnohí chceli. Prijali by Krista, ale nie toho, ktorý trpí. Toto znamenie by sme nemali robiť len tak ľadabolo, lebo je to znak našej spásy. Mali by sme ho robiť veľký, aby nás celých obopínal, objímal, posvätil. Mali by sme ho robiť dôstojne, lebo na ňom sa odohrala naša záchrana.

„Všetko o sv. omši“ Mgr. Vladimír Balucha

Duchovnosť a psychológia

Časť X.

Ako konštruktívne prijímať kritiku



Milí priatelia, opäť sa vraciame k preberanej téme ohľadom kritiky. Tentoraz si povieme, ako kritiku konštruktívne prijímať. O čo ide?

Konštruktívne prijímať kritiku znamená:

- pozorne si vypočuť človeka, ktorý nás kritizuje a tak mu vlastne prejsť úctu
- pokúsiť sa vysporiadať so svojimi problémami a tak prejsť úctu k sebe
- nakoniec s Božou pomocou premyslieť a realizovať vo svojom živote predložené zmeny.

Ako uvedené aj skutočne realizovať? Jestvuje pár overených rád:

1. *pozorne počúvajme kritiku na svoju adresu*

Niekedy sa nám zdá, že sme porozumeli, o čom sa v kritike hovorí. V skutočnosti však môže človek, ktorý nás kritizuje, myslieť niečo úplne iné, ako jeho kritiku chápeme my. Preto má zmysel ujasniť si, či sme počuté správne pochopili. Napríklad takto: „Zdá sa mi, že máte na mysli... (zopakovať vypočuté). Je to tak?“ Alebo „Skúsme si to ešte raz ujasniť: Vy hovoríte...(zopakovať vypočuté). Správne som Vás pochopil?“

2. *Vzoprenie – normálna prvá reakcia na kritiku*

Keď nás niekto kritizuje, obyčajne tým hodnotí naše správanie sa či vzťah k niekomu, k niečomu. Kritik žiada, či čaká od nás určité zmeny. Ak sú však jeho kritické poznámky nekonštruktívne či pre nás neprijateľné (napr. ak sa týkajú našich hlbších osobných záležitostí - idú tzv. pod kožu) môžeme sa cítiť touto kritikou zranení a ponížení. Potom je našou prvou a prirodzenou reakciou voči kritike protest, vzburá. Keď protestujeme, uvedomujeme si voči čomu a prečo. Ale jednou z príčin nášho protestu môže byť aj to, že sa meniť nechceme.

3. *Vychádzajme z toho, že kritizujúci koná s dobrým úmyslom*

Možno si človek, ktorý nás kritizuje, uvedomuje isté nejasnosti vo svojej kritike voči nám. Môže sa dokonca úplne myliť v tom, v čom nás kritizuje. Ale už len to, že sa pokúša o záležitosti hovoriť, si vyžaduje značnú dávku odvahy. Naozaj jeho kritika nemusí byť na pravom mieste, ale skutočnosť, že o veci hovorí, svedčí o jeho vzťahu voči nám. O tom, že si nás váži, že mu nie sme ľahostajní, že mu na nás záleží. Preto, ak v sebe nájdeme silu úprimne mu poďakovať za jeho otvorenosť, spravme tak.

4. *Nedovoľujme, aby nás kritikou niekto urážal*

O čo ide? Nie vždy sa kritizuje s dobrým úmyslom. Naopak, častým cieľom kritiky je túžba zraniť druhého, spôsobiť mu bolesť. Takúto kritiku právom považujeme za urážajúcu a nielen že sa jej máme, ale aj musíme vzoprieť! Je potrebné postaviť voči nej opak - konštruktívnu kritiku. Ako? Napríklad: „Tvoje slová ma veľmi urazili. Cítim sa nepríjemne. Takýto spôsob Tvojho vyjadrovania ma od Teba odpudzuje. Ak chceš, aby som konal inak, povedz mi pokojne a konkrétne, čo mám podľa Teba urobiť. Vtedy môžem pokojne pouvažovať o Tvojich slovách.“ Takáto odpoveď premení urážajúcu kritiku na konštruktívnu.

5. *Sústredme svoju pozornosť na slová kritiky a nie na osobu kritika*

Často používaný spôsob sebaobrany je preorientovať našu pozornosť namiesto na slová kritiky na osobu kritizujúceho. Vyvarujme sa spomínaného. Nevravme teda: „Čo si ona o sebe myslí! Mladá ma bude učiť! Najskôr sa pozri na seba!“ a podobne. Faktom je, že aj tzv. naničhodník môže povedať niečo užitočné. Zlú službu preukazujeme sebe i okoliu, ak si sami vyberáme, koho budeme počúvať a koho nebudeme, lebo nie je pre nás autoritou. Základom sebadôvery je totiž vždy a jedine vzájomná úcta, ktorá predpokladá nevyhnutnosť vypočuť si druhého človeka.



ilustračná snímka: M. Magda

6. Učme sa od svojich kritikov

Kritik môže byť naším dobrým učiteľom. Premyslená, vyvážená, taktická kritika je veľmi cenný dar. Potvrdenie našej hodnoty v očiach kritizujúceho. Bez kritiky sa nemožno zlepšiť. Dobroprajná kritika = pokus ukázať nám naše možnosti, našu kvalitu. Dokonca v Knihe prísloví 12, 1 sa píše: „*Ten, kto rád znáša, keď ho napomínajú, má rád vedomosť, kto však nelúbi, keď sa mu vyčíta, je hlupák.*“

7. Pamätajte si: premyslieť si kritiku a nesúhlasiť s ňou je povolené

Ak premýšľame nad kritikou voči nám, nemusíme s ňou súhlasiť. To však neznamená, že zároveň s ňou odmietneme aj kritizujúceho, že s ním ukončíme náš vzťah. Spokojne s ním môžeme naďalej zostať v dobrom vzťahu.

8. Priznajme si svoje chyby a hriechy a budme pripravení vynaložiť úsilie na zmenu

Nik z nás nie je ideálny. Preto sa nečudujme, že kritika voči nám môže byť aj spravodlivá. Ak sa tak stane, je potrebné ospravedlniť sa, priznať si svoje chyby, nedostatky a poprosiť o odpustenie. Boh nám často ukazuje naše hriechy a chyby ústami druhých ľudí. Múdry kresťan si môže pri spravodlivej výčitke voči sebe pomyslieť: „A čo ak to teraz so mnou hovorí Boh?“ Ospravedlniť sa však iba formálnym zahundraním „Prepáčte,“ alebo „Mýlil som sa,“ aby sme uspokojili toho, kto nás kritizuje, nie je v skutočnosti priznanie si svojej chyby. Nech sú naše ospravedlnenia úprimné! Nech vedú ku skutočným premenám v našom živote! Hoci k nim možno dospejeme až po dlhšom čase.

9. Majme svoj osobný názor na kritiku, ktorá bola povedaná na našu adresu

Pýtajme sa a uvažujme nad otázkami: „Je táto kritika na moju adresu pravdivá? Naozaj sa v tom musím zmeniť? Čo chce povedať Boh ústami tých, ktorí ma kritizujú?“ To sú tie správne otázky! Hľadajme na ne odpovede.

Milí čitatelia, možno Vám odpovede dajú práve kritizujúci priatelia, či ľudia vo Vašom okolí. Avšak chcieť sa zmeniť a popracovať na zmene môže iba každý z nás osobne, sám za seba. Ide o našu zodpovednosť. Pritom je potrebné byť voči sebe pravdivý a čestný. Náročný? Áno, ale verte, že výsledok, hoc aj po dlhšom čase a úsilí, za to stojí.

Miroslav a Lília, Sant Petersburg

Trampoty v manželstve

Čo musia mať manželia?

- **dobrú hlavu**, pretože ju často stratia,
- **dobré zuby**, pretože musia často kadečo prehryť,
- **dobrý chrbát**, pretože toho musia často veľa uniesť,
- **dobrý žalúdok**, pretože musia často stráviť tvrdé sústa,
- **dobré nohy**, pretože ich často tlačia topánky hneď na mnohých miestach.

Jednoducho trepezlivosť patrí k hlavnej výzbroji, ktorú si manželia nesmú zabudnúť vziať so sebou na spoločnú životnú cestu.

XL. K čomu vedie mentalita ľudí, ktorí používajú PPR

Možno ste sa už stretli so ženou, ktorá otehotnela i napriek tomu, že užívala hormonálnu antikoncepciu. Je teda zrejme, že táto antikoncepcia vždy nezabraňuje ovulácii (dozretiu vajíčka v Grafovom folikule vo vaječníku). Ale v skutočnosti má hormonálna antikoncepcia ešte dva záložné mechanizmy pre prípad, žeby nezabránila ovulácii. Po prvé zabráňuje spermiiam dosiahnuť vajíčko a to tým, že mení konzistenciu hlienu v krčku maternice (je hustejší) a po druhé mení sliznicu maternice (je menej pripravená na prijatie počatého dieťatka) a tak zabráňuje jeho uhniezdeniu v maternici, čím spôsobuje jeho smrť. Je známe, že vnútro maternicové telieska výlučne fungujú na tomto princípe. Antikoncepcná kultúra teda vedie k umelému potratu.

Aj keby sa manželský pár nechýlil k umelému potratu, stále vidno, ako antikoncepcná mentalita vedie k roztrpčenosti voči deťom a voči všetkému, čo požaduje od svojich rodičov. Celoživotná zodpovednosť rodičovstva nie je tým, na čom sa pár používajúci antikoncepciu dohodol.

Mentalita ľudí, ktorí používajú PPR zodpovedne, je celkom iná. Predpokladajme, že ste poslali pozvánku na svadbu niekomu,

o kom ste vedeli, že aj tak nebude môcť prísť. Ako by ste sa cítili, keby zmenil svoje plány a neočakávané by sa na svadbe ukázal? Asi by ste boli prekvapení, ale nechceli by ste ho vyhodiť. Nakoniec, veď ste to boli vy, kto ho pozval. Ak by ste ho predsa chceli vyhodiť, iba by ste ukázali, že vaše pozvanie nebolo úprimné.

Táto situácia je analogická situácii manželského páru, ktorý sa miluje v neplodnom období. Poslali Bohu pozvánku, že ak si to praje, môže stvoriť nový život, súčasne sú si však takmer istí, že to neurobí. Ak Boh „zmení plány“, môžete začuť, ako pár hovorí o prekvapivom tehotenstve, ale nikdy nebudete počuť hovoriť o nechcenom tehotenstve. Ak by predsa o ňom hovorili, dokazovalo by v prvom rade to, že ich pozvanie Bohu nebolo úprimné.

Inými slovami povedané, manželský pár, ktorý zodpovedne používa metódy PPR, vie, čo je predmetom dohody a akceptuje to. Ak sa Boh neočakávané rozhodne stvoriť nový život, každá vymenená plienka, každá prebdená noc – v skratke povedané – každá rodičovská starostlivosť a obeta sa stáva pokračovaním toho áno, ktoré vyslovili v extáze život dá-

vajúceho spojenia.

Ak si vezmeme skupinu ľudí, ktorí prešli serióznou snúbenecovou prípravou a ktorí boli správne poučení o metódach PPR a ktorí ešte k tomu sú motivovaní dodržiavať pravidlá, percento účinnosti metód PPR vyskočí na 99%, čo potvrdzujú aj početné štúdie.

Staršia metóda sledovania menštruačného cyklu, popularizovaná katolíckmi v polovici 20. storočia, predpovedala pravdepodobné obdobie plodnosti v danom mesiaci na základe dĺžky predchádzajúcich cyklov. Pri ženách s nepravidelným cyklom nebola spoľahlivosť tejto metódy vysoká. Takisto neexistoval spôsob, ako posúdiť, kedy nastalo obnovenie plodnosti po pôrode, či počas kojenia.

Pokrok v chápaní významu krčkového hlienu, ku ktorému došlo v 50.-tych a 60.-tych rokoch, viedol k vyvinutiu moderných metód PPR. Tie nie sú založené na pravdepodobnosti plodnosti, ale na ľahko pozorovateľných znakoch plodnosti a neplodnosti v každom cykle – hlavne krčkový hlien, ale aj teplota, zmeny v krčku a ďalšie.

Takto môže moderné metódy PPR používať každá žena, dokonca aj keď má nepravidelný menštruačný cyklus, alebo keď kojí, alebo je v premenopauze (pred prechodové obdobie).

Ak získame osobné skúsenosti, môžeme veľmi dobre vypožorovať plodné a neplodné dni. Mnohí si kladú otázku: keď sa chceme vyhnúť tehotenstvu ako dlho pri PPR musíme pohlavne abstínovať? Je to asi 7 - 10 dní počas cyklu. Obdobia abstinencie sa môžu predĺžiť v čase nepravidelnej plodnosti, napr. po pôrode či

v premenopauze.

Niektorí si myslia, že sexuálna abstinencia môže manželstvu ublížiť. Sexuálna abstinencia by mohla manželstvu ublížiť, keby sa diala z nesprávnych dôvodov. Ale ak sa manželský pár rozhodne sexuálne abstinovať z dôvodu vernosti manželským sľubom, abstinencia slúži na upevnenie ich manželského zväzku. Uvidíme to, ak sa znova pozrieme na každý jeden manželský sľub cez optiku PPR.

Sloboda: Používanie metód PPR preveruje slobodu manželského páru. Dokonca, aj keď sa im to zdá ťažké, obdobia abstinencie, pre ktoré sa rozhodli z dôvodu vernosti manželskému zväzku, nemôžu mať za následok nič iné ako zdokonalenie oboch v čnosti sebaovládania, ktorá je taká dôležitá pre slobodu autentickej manželskej lásky.

Úplnosť: Praktizovanie metód PPR podporuje úplné sebaodovzdávanie sa rešpektovaním úplnej osoby. Každý z manželov vie, že je tým druhým rešpektovaný. Každý vidí pravú lásku toho druhého v ochote priniesť obeť. Takto sa medzi manželmi vytvorí vzájomná dôvera, ktorá im vo chvíli, keď sa milujú, umožňuje odovzdať sa druhému úplne a bez strachu.

Vernosť: Vernosť manželskému záväzku je dôvod existencie PPR. Takýto pár dokazuje svoju vernosť manželským sľubom bez ohľadu na to, aké je to ťažké, aké požiadavky to naň kladie, aké obety je nutné priniesť. Myslíte si, že manželský pár, ktorý sa, ak je to vhodné, naučil zrieknuť sa sexu v manželstve, bude mať nejaký problém odmietnuť pokušenie mať sex mimo manželstva, ak by sa taká možnosť vyskytla? Určite

nie. Veľmi dobre pozná cenu svojej vernosti.

Otvorenosť pre deti: Zachovať vernosť tomuto sľubu predstavuje punc PPR. Keď sa manželský pár praktizujúci PPR rozhodne milovať, stále necháva možnosť otehotnenia v Božích rukách. Duch Svätý je v ich spálni vítaný. Puto lásky, ktoré spája Trojicu sa stáva tým istým putom, ktoré spája aj ich oboch.

Nepochybne, táto periodická sexuálna abstinencia vyžadovaná PPR môže byť zložitá. Ale praktizovanie PPR si vyžaduje sebaovládanie, dôveru manželovi/manželke, dôveru Bohu, úprimnú a otvorenú komunikáciu a vôľu priniesť jeden pre druhého obeť. A práve týmto sa láske neublíži. Toto je tá pravá láska. V tom je to manželské umenie.

Pretože praktizovanie PPR podporuje presne tie čnosti, ktoré sú nevyhnutné pre úspešné manželstvo, nemalo by nás prekvapiť, že zatiaľ čo – vo všeobecnosti – majú katolíci približne rovnakú rozvodovosť ako ktokolvek iný, prieskumy naznačujú, že medzi používateľmi metód PPR je rozvodovosť takmer nulová. Takže PPR má ďaleko od poškodzovania manželstva, práve naopak, stáva sa pre oboch manželov istou manželskou poistkou.

Pokúsme sa, pokiaľ sme o PPR ešte nepočuli, nájsť kontakt, ľudí, ktorí to už praktizujú, aby nás poučili, poradili nám a pomohli nám v našom zodpovednom rodičovstve. Ved' Boh nás bezhranične miluje, len sa treba otvoriť jeho Svätému Duchu a vedieť patrične aj poprosiť. Nech nám v tom Pán pomáha.

MUDr. Vaščák Blažej

Stalo sa:

- 1. – 8. 11. – mysleli sme na našich zosnulých bratov a sestry

- 22. 11. – Nedela Krista Kráľa – ukončili sme jeden liturgický rok „B“ a začali sme nový liturgický rok „C“ adventným časom

- 30. 11. – odpustová slávnosť na Vyšnom konci k sv. Ondrejovi, apoštolovi; slúžil kluknavský kaplán Peter Lešňovský

- 6. 12. – odpustová slávnosť sv. Barbory v Ovčí sme oslávili s vdp. Jozefom Bednárikom, rodákom z Ovčia

Stane sa:

- 8. 12. – Nepoškvrnené Počatie Panny Márie, prikázaný sviatok

- 24. – 27. 12. – oslavujeme Narodenie Pána Ježiša Krista

- 31. 12. – končíme rok 2009

- 1. 1. 2010 – prvý deň nového roka, prikázaný sviatok Bohorodičky Panny Márie

- 6. 1. – prikázaný sviatok Troch Kráľov

Prehľad bohoslužieb

		Vítaz		Ovčie	
7. 12.	Pondelok				
8. 12.	Nepoškvmené počatie P. M.	7:00	za farnosť	17:00	† Štefan, Helena, Jozef
		18:00	† Cyril Uličný (Gmitro)		
9. 12.	Streda			17:00	† Helena Balogová (výročná)
10. 12.	Štvrtok	7:00	na vlastný úmysel		
11. 12.	Piatok	18:00	† Valentín Magda	17:00	85: Viktória Kočíková
12. 12.	Sobota	7:00	na vlastný úmysel		
13. 12.	3. adventná cez rok C	7:30	za farnosť	9:15	† Helena Čigarská
		10:30	† Andrej, Mária G., sr. Mercedes, Edita		
14. 12.	Pondelok				
15. 12.	Utorok	17:00	† Alžbeta, Ondrej, Daniel		
16. 12.	Streda			17:00	75: Helena Hudáková
17. 12.	Štvrtok	7:00	na vlastný úmysel		
18. 12.	Piatok	18:00	† Róbert Stahovec	17:00	† Jozef, Mária, Ján Kráľovci
19. 12.	Sobota				
20. 12.	4. adventná cez rok C	7:30	za farnosť	9:15	za pozh. Jozefa a Veroniky Balogovcov
		10:30	na úmysel P. K.		
21. 12.	Pondelok				
22. 12.	Utorok	17:00	† Barbora, Rudolf Uliční		
23. 12.	Streda				
24. 12.	Štedrý deň	23:00	na vlastný úmysel	21:00	na vlastný úmysel
25. 12.	Narodenie Pána	7:30	† Ján, Eva B.	9:00	za pozhnanie rod. Jaroslava Kráľa
		10:30	za farnosť		
26. 12.	Sv. Štefan, prvý mučeník	7:30	60: Agnesa Kollárová	9:00	† Štefan, Veronika Balogovci
		10:30	za pozhnanie rod. Milana Kuruca ml.		
27. 12.	Nedeľa Svätej Rodiny	7:30	† Florián, Ján, Štefan, Ján	9:00	† Ján, Apolónia Čigarskí
		10:30	za farnosť		
28. 12.	Pondelok				
29. 12.	Utorok	17:00	† Tomáš Katriňák		
30. 12.	Streda			17:00	za pož. Michala Humeňanského
31. 12.	Štvrtok	15:00	Te Deum	8:00	† za kňazov pôsobiacich vo farnosti
				9:00	† za kňazov, rodákov z Ovčia
1. 1.	Panny Márie Bohorodičky	7:30	za farnosť		
		10:30	† Jozef Balucha		
2. 1.	Sobota	7:00	za členov Ružencového bratstva		
3. 1.	2. vianočná nedeľa	7:30	† Matúš Uličný	9:00	za pozhnanie rod. Márie Kollárovej
		10:30	za farnosť		
4. 1.	Pondelok				
5. 1.	Utorok	17:00	† Ján, Mária V., Ján, Veronika F.		
6. 1.	Zjavenie Pána	7:30	† Jozef, Anna, Ján Ungvaskí	9:00	za pozhnanie kňaza Jozefa Bednárika
		10:30	za farnosť		
7. 1.	Štvrtok	7:00	na vlastný úmysel		
8. 1.	Piatok	18:00	za chorých	17:00	80: Jozef Baloga
9. 1.	Sobota	7:00	na vlastný úmysel		
10. 1.	2. nedeľa cez rok C	7:30	za farnosť	9:00	† Ján, Mária Balogovci
		10:30	† Ondrej, Barbora Uliční		

Príďže, náš milý Spasiteľ!



30. novembra 2009 - odpust sv. Ondreja, apoštola na Vyšnom konci



