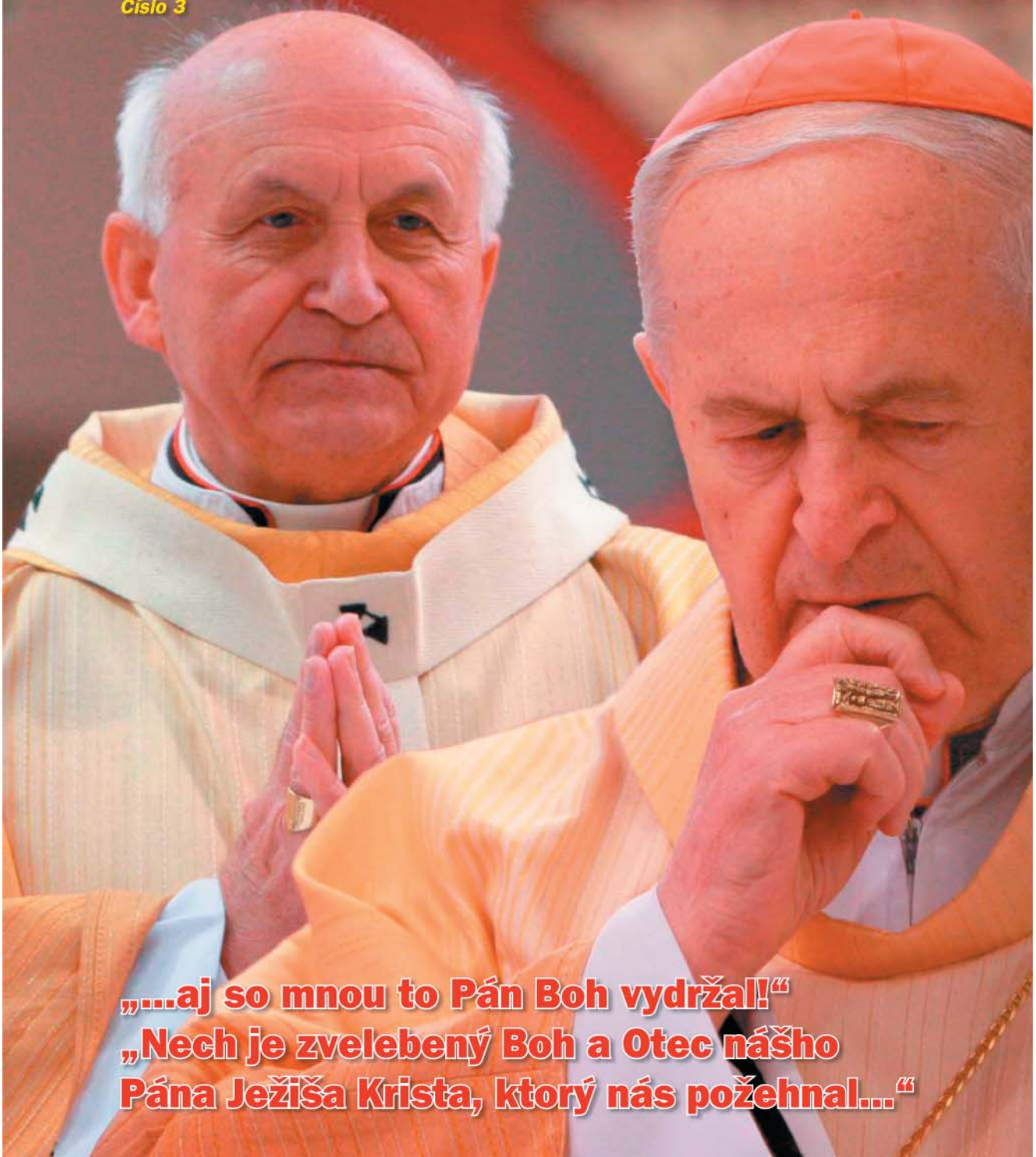




SPEKTRUM

Časopis zo života rímskokatolíckej farnosti Víťaz

Ročník 10
Marec, Apríl 2009
Číslo 3



„...aj so mnou to Pán Boh vydržal!“
„Nech je zvelebený Boh a Otec nášho
Pána Ježiša Krista, ktorý nás požehnal...“

Veľký týždeň

Bratia a sestry, sme na začiatku Veľkého týždňa. Cirkev si v ňom pripomína tajomstvá spásy, ktoré uskutočnil Pán Ježiš pre nás v posledné dni svojho života.

Kvetná nedeľa s požehnaním jarných ratoľestí a sprievodom nám pripomína slávnostný vstup Pánovho Pomazaného do Jeruzalema, keď mu zástupy volali „Hosanna“ a vítali ho ako kráľa. Ježiš prijíma tieto prejavy davu, hoci ide v ústrety smrti.

Najposvätnjším obdobím nielen Veľkého týždňa, ale celého liturgického roka je Veľkonočné trojdnie. Začína Zeleným štvrtkom a vrcholí Veľkonočnou vigíliou.

Zelený štvrtok nám približuje nielen Judášovu zradu, zajatie Učiteľa, ale predovšetkým príkaz lásky, ktorý Ježiš realizuje umývaním nôh apoštolom. Pri Poslednej večeri Ježiš ustanovuje Eucharistiu a Sviatosť kňazstva.

Veľký piatok je dňom zdanlivej prehry. Mesiaš v rúchu zločinca, bičovaný a trním korunovaný, odsúdený na smrť, nesie kríž úzkymi uličkami Jeruzalema, obklopený fanatickým davom, žízniacim po jeho krvi. Áno, to sa stalo Bohu. Nakoniec skončil v hrobe.

Biela sobota s liturgiou svetla, krstu a slávením Eucharistie i obradom vzkriesenia ukazuje, že prehra bola a je len zdanlivá. Ježišov hrob nie je koniec, ale začiatok. Svojou smrťou premohol smrť a prináša život v celej svojej kráse. Ľudstvo v ňom má obnovený prístup k Bohu. Každý má šancu.

Aj my často prežívame v živote udalosti Veľkého týždňa. Sú v ňom porážky i víťazstvá, sláva i potupa, radosť i bolesť. Ako dobre vedieť, že ideme s Ježišom a za Ježišom v ústrety jasu Veľkonočnej nedele.

Prajem Vám požehnaný nielen Veľký týždeň, ale aj celé veľkonočné obdobie a taktiež aj celý Váš život.

duchovný otec



ilustračná snímka: M. Magda

OBSAH**ÚVODNÍK**

Veľký týždeň.....	2
Cesta do Emauz.....	3

KATECHÉZA

Exercície (IX. časť).....	4
---------------------------	---

ROZHOVOR

Rok sv. Pavla.....	6
Pred Ježišom.....	7

NÁZORY A SVEDECTVÁ

Tri čierne kríže.....	8
Otec.....	8
Opravdivé šťastie?!.....	10
59 guliek a jeden kríž.....	10
Všetko prichádza v správny čas.....	11

DETSKÉ IHRISKO

Ahoj deti!	13
------------------	----

Spektrum mladých

Duchovnosť a psychológia (V.).....	14
Trampoty v manželstve (XXXIII.).....	16
Stalo sa, stane sa	17
Prehľad bohoslužieb	18

SNÍMKY

Titulka: M. Magda.
 Meditačná: M. Magda st.
 Vnúť. a vonk. zadná:
 M. Magda a st.

Spektrum**Vydáva:**

Rímskokatolícky farský úrad
 vo Vítaze 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.



ilustrácia snímka: M. Magda

Cesta do Emauz

**Šli sklonení a ťažko v dohasínajúcom svetle.
 Cudzí muž išiel s nimi. Nepoznali ho.
 Boli smutní, lebo Ježiš zomrel.
 Ale jeden z nich povedal: „Je to zvláštne.
 Zomrel sám pre seba. A zomrel bez zmyslu a zisku,
 že ani mne sa nechce žiť, lebo som opustený.“
 Smutný rozhovor nastal.
 A jeden pozrel cez pole klasov a cítil,
 že ho pália oči.
 A povedal: „Je zvláštne, že existujú ľudia,
 ktorí vedia zomrieť za ľudí!“
 A cítil v sebe údiv (keď priadol d'alej):
 „a že existujú veci, za ktoré možno zomrieť“.
 Bol to mladý človek. Zvečerilo sa.
 Nebo bolo tmavé. Vietor fúkal. Žito kvitlo.
 Šli sklonení a ťažko v poslednom svetle.
 Cudzí muž šiel s nimi. Nepoznali ho.**

B. Brecht

V sobotu 21. marca v Košiciach v Dóme sv. Alžbety spoločne dakovali za životné jubileum o. kardinál Jozef Tomko a o. arcibiskup Alojz Tkáč. Pri tejto slávnostnej sv. omši o. kardinál ďakoval aj za 60 rokov kňazstva.

EXERCÍCIE (IX. 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.

Hriech

„Pozeráte sa niekedy do zrkadla? Ja nikdy! Som zlá ako bývajú nemanželské deti, ktoré nosia vyplašené matky v strachu...“ Tak čítam v knižke, ktorú napísala žena o dievčatách. A pokračuje: „Ak toho pankharta neodpraceš ty, odpracem ja teba!“, kričal na mamu spenenými ústami otčim. Zaobstarala nám ho v neznesiteľnom zúfalstve jedného dňa mama. Mne a Petrovi. Peter je môj brat. Máme spoločného otca, ktorý sa nás zriekol ešte v deň, ako sme prišli na svet. Chlap, ktorého si potom vzala, bol stelesneným diablom, človekom zlých myšlienok a zlého srdca... Na svete mal najradšej pálenku a seba. Dali nás do detských domovov. Potom nás raz mama na Vianoce volala. Peter dôveroval: „Mama to myslí dobre.“ Ja som sa bála. Aké to budú Vianoce? Tam je vždy zvada. Bitka! Hriech. Slzy, peklo! Vošli sme do izby s odporom i nádejami. Cyro - otčim chrápal obutý a strapatý, zvalený na posteli.

Mama ešte robila na družstve. „Dobrý večer!“ povedali sme. „Á, panstvo prišlo! Hostia zo sirotincov, z domovov mládeže a čo ja viem ešte! Prespančatá, na ktoré ja platím“, a hodil do nás topánku. Trápna chvíľa. Čakanie na mamu. V tom Cyro - otčim nasýpal na holú dosku stola kryštálový cukor a skríkol: „Nebudeme čakať! Budeme žrať!“ Obaja s Petrom sme stáli ako primrazení. Úžas. „Tak čo, bude to?“ skríkol. Bol

neoholený a špinavý.

„Žrať!“ skríkol. Čo je to? Vtip? Mučenie? Pomsta? Priskočil a trepal nám hlavy do cukru. Na Petrovej strane sa objavila krv. „Vyrežem ti jazyk. Lížeš? Ty pandrava! Aj mater som ti takto nachoval. Ja vás naučím! Lízala cukor z mojich číziem! Nebudeš?!“ zreval. „Vyrežem ti jazyk!“ Vykročil ku kredencu, vzal veľký nôž. Peter skríkol a uhol sa. Nôž padol. Vzala som ho a ako bez rozumu som ho pichla Cyrovi do chrbta. Potom som začal plakať. Zastvorili ma. Je to surové, ale pravdivé. A otrasné - je to súčasť života!

Naozaj nie jeden hriech má bezprostredné následky aj pre nich. Študent z lenivosti málo študuje. Je síce absolventom, ale vedomostí málo. Ak lekár a inžinier nestačia na svoju prácu, strpcujú život iným, poškodzujú ich. Ich hriech má následky. Ktosi nedbalo postaví obytný dom. Stovky ľudí, ktorí tam prídu bývať, sú nervózni, sú ustavične rozčúlení. Ktosi vpísal zodpovednosť do tejto stavby, do jej panelov na desaťročia! Vpísal tam svoj hriech.

Kolkí sa na tom hriechu zúčastnili! Hriech, ktorý bude pôsobiť desiatky rokov na stovky ľudí.

Dobro pomáha rozvíjať ľudí a svet. Hriech rozkladá a ničí svet. Tak sa ničí Boží program. Trest za svoj hriech si človek volí sám. Dezorientuje nielen stvorenie, lež pripravuje pohromu sebe samému aj iným. Boh nemusí nič pridávať.

V Pasterhakovej knihe čítam, čo

za spustošenie zanecháva po sebe hriech...:

Vodič viezol Gordona cez rozrúbené dediny. Niektoré z nich obyvateľstvo opustilo, v iných sa ľudia tísli hlboko pod zemou. Dediny boli len hrbou rumovísk a popola, čo sa tiahli v rade za sebou ako niekedy domy. Tieto vyhorené obce sa dali obsiahnuť jedným pohľadom od kraja po kraj ako šíry priestor bez budov a vegetácie. Na ich povrchu sa hrabali stareny, každá na vlastnom vyhoarenisku, vyhrabávali čosi z popola, čosi odnášali a ukrývali to.

V pohľadoch, ktorými Gordona vítali aj odprevádzali, akoby bola otázka, kedy sa konečne svet spamätá a do života sa vráti pokoj a poriadok.

Hriech nie je čin, ktorý sa nás týkal len v danej chvíli a ktorý by nám už potom zostával cudzí. Ak rozbijem okno, ležia predou mnou úlomky. Ja sám som sa však nezmenil. S hriechom je to ináč. Hriech mení mňa samého. Nielen že som sa hriechu dopustil. Hriech ma prenikol ako atrament pijavý papier. Ja sám som sa stal hriechom. Som hriešny. Nielen v tomto zmysle som hriešny, že som zodpovedný akoby právne za svoj čin ako za rozbíjanie okna. Som hriešny hlbšie, bytostne som hriešnik. Čosi sa vo mne pokazilo. Môj hriech, môj čin vnikol do mňa hlbšie, aj keď to na povrchu svojho svedomia nepozorujem. To nie je len čosi zdanlivé. Aj telesne choroby sa nás chytia a nevieme o tom. Rakovinu na začiat-

ku necítime...

Ba to najstrašnejšie sa s človekom stáva práve vtedy, keď svoj hriech už ani necíti. Merton napísal: „Najhoršia vec, ktorá sa mi kedykoľvek prihodila, bolo to, že moje hriechy dovърšili takú mieru, že som bol naplnený strašným chladom a ľahostajnosťou, dokonca aj v prítomnosti smrti.

No hriech nemôžeme zneškodniť nadlho tým, že by sme ho ignorovali. Človek bezprostredne deň čo deň dáva najavo opak toho, čo prežíva, horliť za to, čo nemilujeme, plesať nad tým, čo mu prináša nešťastie. Ak to robí, musí sa to škodlivo prejavíť na jeho zdraví i na jeho celom živote.

Hriech sa v živote človeka skôr-neskôr prejaví tak, ako sa prejavuje i v dejinách a v ich tragédiách. „Človek..., čo sa s ním stalo?“ pýta sa básnik. „Smiešny a bezradný v poslaní milovať, do seba zrútil sa. A to bol jeho pád!“ Pomyslite si na vojny, na atómové zbrane, na terorizmus...

Čo robí hriech s človekom... Dimitrij Karamazov hovorí bratovi Aľošovi: „Stoj, Alexej, ešte jedno priznanie, tebe jedinému!“, vrátil sa Dimitrij Fiodorovič odrazu. „Pozri sa mi, pozorne sa mi prizri, vidíš tuto, tuto, ľafa, chystá sa strašná nestatočnosť.“ (Pri slovách tuto, ľafa, Dimitrij Fiodorovič búchal sa pästou do prs a s takým čudným výrazom, ani čo by nestatočnosť ležala a opatrovala sa práve tu na jeho prsiach, na nejakom mieste, azda vo vrecku alebo na hrdle visela zašitá.) „Už ma poznáš: som podliak, podliak uznaný! Ale znaj, že čokoľvek som urobil predtým, teraz alebo v budúcnosti – nič, nič sa nemôže zrovnať v podlosti a s nestatočnosťou, ktorú práva teraz, práve v túto minútu nesiem na pr-

siach, ľafa tuto, tuto, ktorá účinkuje a dovърšuje sa a ktorej som úplným pánom, môžem ju zastaviť alebo dovърšiť, všimni si! Nuž a znaj, že ju dovърším a nezastavím. Prvej som ti všetko povedal, ale toto som nepovedal, lebo na to ani ja som nemal dosť hrubú kožu. Môžem sa ešte zastaviť, ak sa zastavím, môžem si hneď zajtra vrátiť polovicu vrátenej cti, ale ja sa nezastavím, ja zavърším ten podlý úmysel a ty buď popredku svedok, že to popredku viem a hovorím. Záhuba a tma! Vysvetliť niet čo, dozvie sa svojim časom. Smradľavá ulička a pekelnica! Zbohom! Nemodli sa za mňa, nie som hoden, ani vonkoncom netreba... vonkoncom nepotrebujem! Preč!“

Ako to hovorí Písmo? „Lež hriešnikovi vraví Boh: „No hriešnikovi Boh hovorí: Preto odriekaš moje príkazy a moju zmluvu v ústach omieľaš? Veď ty nenávidíš poriadok a moje slovo odmietaš.

Keď vidíš zlodēja, pridávaš sa k nemu a s cudzoložníkmi sa spolčuješ. Zo svojich úst vypúšťaš zlo a klamstvá snuje tvoj jazyk. Vysedávaš si a ohováraš svojho brata, syna svojej matky potupuješ. Toto páchaš a ja by som mal mlčať? Myslíš si, že ja som ako ty? Teraz ťa obviňujem a hovorím ti to do očí. Pochopte to, vy, čo zabúdate na Boha: Inak vás zahubím a nik vám nepomôže. Kto prináša obeť chvály, ten ma ctí; A kto kráča bez úhony tomu ukážem Božie spásu.“ (žalm 49, 16-23)

Mor sme zvládli, ale je dosť iných chorôb a nedušov. Čo duch? Čo duša? Netrpíme aj chorobami duše? Nie je len vzduch znečistený... Umývame si ruky... A svedomie? Nedotýkame sa nečistých predmetov... A čo nenávisť? Röntgén zistí telesnú chorobu... Pôjde-me však pod duchovný röntgén. Jestvuje aj duchovná rakovina.

Kresťanstvo ju volá hriech. Ale dá sa vyliečiť. Boh má s nami lepšie plány než si myslíme. Hovorí nám denne: Nielen pred bacilmi sa chráňte!

Pýtate sa, ako poznať toto zlo? Experimentálne! Je to život náš, aj okolo nás. Sú príklady aj výstrahy. Varovný hlas, ktorý sa nám ozýva znútra – to je svedomie. Svedomie avizuje, niektoré alternatívy konania ako vyslovené zlé. Aj tradícia nás usmerňuje, tradícia je pamäťou svedomia. Vhustuje dobrú i zlú skúsenosť ľudstva. A evanjelium nám hovorí, že aký postoj voči hriechu zaujíma Boh. Hriech mánotratného syna je výstražné podobenstvo: Odišiel na vlastnú päsť. Dostal sa potom do bahna. Zlo nás ubíja na smrť. Zamotáva nás. Neraz o tom môže hovoriť aj psychiatria, akí sme v hriechu bezradní. Potrebujeme záchranu. Potrebujeme vykúpenie. Ale potrebujeme aj vnútorné odhodlanie. Primknúť sa ku Kristovi. Je najúčinnším prostriedkom ako sa vytrhnúť z reťaze zla.

Mgr. L. Franc

OPRAVA

V minulom čísle sme chybné uvedli meno autorky článku Ako som nezachránila jeden život. Autorkou článku je Daniela Nemčoková.

A ako o sebe píše: „Som veriacia matka početnej rodiny na plný úväzok! Chcem hovoriť hlavne o vzťahoch, o vlastných skúsenostiach či postrehoch, o deťoch, o viere, o živote. Mojm mottom je: „Ak som dnes urobila niekoho šťastným, nežila som nadarmo tento deň!“

Viac o autorovi si môžete prečítať na www.nemcokova.blog.sme.sk



Rok sv. Pavla

Aj v tomto čísle nášho časopisu sa chcem vrátiť k stretnutiu mladých zo Sabinovského dekanátu ktoré sa uskutočnilo v kostole Obrátenia sv. Pavla vo farnosti Chminianska Nová Ves. Ako sme už v minulom čísle uviedli, na tomto stretnutí odznela aj prednáška doc. Jozefa Leščinského, na ktorej sa zúčastnilo asi 500 mladých chlapcov a dievčat. Témou prednášky bol život a obrátenie sa sv. Pavla, apoštola. Prednášajúci sebe vlastným rečníckym spôsobom vykreslil mladým ľuďom paralelu života sv. Pavla s ich dnešným životom. Jeho obrátenie sa v danom čase, v konkrétnej chvíli stretnutia sa s Kristom.

Učiteľ národov, ohlasovateľ Kristovej pravdy sv. Pavol z Tarzu spred dvetisíc rokov: ...“ je predsa nemožné, že po dvetisíc rokoch sa čítajú jeho listy akoby boli včera napísané. Je predsa nemožné, že čo tie listy robia s človekom, keď to čítate a zbadáte, že vlastne akoby boli písané o vás...” toľko z prednášky, ktorá aj mňa zaujala nielen svojou pútavosťou rozprávania, ktorá je tak vlastná prednášateľovi pánovi docentovi Leščinskému. Po prednáške som oslovil niekoľkých mladých, ale i vekom starších ľudí.

Čo vám dala prednáška doc. Jozefa Leščinského? Myslíte



si, že mladí by vedeli nájsť model života z tejto prednášky?

• Volám sa Tomáš a pochádzam z Ražňan. Čo mi dala táto prednáška, toto stretnutie? Teším sa, že som navštívením kostola Obrátenia sv. Pavla v Chminianskej Novej Vsi získal odpustky. Prednáška, ktorú prednášal doc. Jozef Leščinský, bola naozaj veľmi zaujímavá, aj keď trochu dlhá, ale stála za to. Aj tá atmosféra, že toľko mladých z celého dekanátu sa tu stretlo, je to super. Odporúčam všetkým, aby chodili na takéto stretnutia, či už arcidiocézne alebo dekanátne, lebo už len byť prítomný je o tom, že o niečom svedčíme.

• Mária z Ražňan. Ja by som tiež chcela povedať, že je to pre mňa veľmi silný zážitok, že sme sa tu stretli všetci mladí. Bola som prekvapená, že je tu tak veľa mladých a z rôznych farností. Ja verím, že každý sa zúčastnil aj určitej prípravy na túto akciu. Čo sa týka prednášky, tak myslím, že ak dávali pozor

a zamysleli sa nad sebou, tak určite našli model života z tejto prednášky.

• Študent. Prednášku som počul celú, občas som aj trochu zaspal, keďže mám po skúškach a som trochu unavený. Badám, že je to u mňa podobné, ako vrazil doc. Leščinský a myslím si, že je to tak aj u väčšiny mladých. Teraz vlastne hľadáme, kam máme ísť, ktorým smerom. Pre mňa je to aj tak, že tá vysoká škola aj stredná škola, keď mladý človek je mimo domova, tak treba tomu mladému ukázať, že či ísť tu alebo tu. Keď aj ide niekde inde a náhodou padne a sa postaví, tak väčšinou sa potom uberá tým lepším smerom, tam kam by mal ísť. Aspoň ja to tak vidím.

• Ja som Juliana a pochádzam z Jarovnic. Prednáška bola na veľmi vysokej úrovni a pán docent Leščinský nám vykreslil všetko, čo možno pre nás je také nedosiahnuteľné čo sa týka vedomostí. Aj keď



to bolo náročné, ale na druhej strane to bolo strašne trefné a myslím si, že pre každého mladého také aktuálne. Čo sa týka tohto stretnutia tak očakávam, že keďže je to prvé stretnutie, tak to bude pokračovať aj naďalej a každým rokom zlepšovať.

• Blažej Široké. Na adresu prednášajúceho: „...to nemá chybu, pretože Jožko je úžasný. Aké slovo chytí, tak nemá problém pokračovať, to je jedno kde ho prerušíš. On je raz v Starom zákone, raz v Novom zákone. Jednoducho je jednička.

Nádherne ukázal mladým práve to, že nič neodkladať, neposúvať. Pekne povedal, keď porovnal vek arcibiskupa a svoj vek a tým poukázal na to, že toto je čas, teraz, dnes a nedokladám to na zajtra. Mladí keby toto pochopili, že to je ako kohútik na ruský plyn a stačí len otočiť tým kohútikom a viera prúdi, lebo to je v nás a je to len na nás. Pán Ježiš sa nikde netlačí, nekope do dverí ako diabol. Ten tam vloží tyč a

dvere vyváži, vypáči, keď mu dáme šancu. Pán Ježiš však čaká, je trpezlivý v tom je tá výhoda stačí len sa otvoriť. Klope a čaká. Kto otvorí, k tomu vojde a bude s ním večerať. To je podstatou, aby sme vedeli vycítiť, kedy stojí pri našich dverách. Myslím, že toto veľmi pekne vysvetlil, aby mladí vedeli pochopiť to, aby vedeli Pánu Ježišovi vhodne otvoriť dvere hlavne vtedy, keď sú na to pripravení. Len keby si všimli, že ten čas je práve teraz!

• Ja som bohoslovec a som na pastoračnej praxi vo Fričovciach. Som rodák zo Širokého, ale už tam šesť rokov nebývam. Ako poznám pána docenta Leščinského, tak som sa veľmi tešil na jeho prednášku, lebo prednáša na našej fakulte v Košiciach a viem, že je to veľmi dobrý odborník. Aj tu som čakal od neho skôr také niečo odborné, ale nakoniec to podal tým mladým tak jednoducho, zrozumiteľne a to sa mi páčilo.

pripravili: M. Magda a G. Magdová

Pred Ježišom

*Pred Tebou, Ježišu,
na kolenách klačím,
za Tvoju obetu Ti vďačím.*

*Ty, čo si život za nás dal,
a za všetkých si sa obetoval.
Na kríži presvätom
trpel si veľmi,
poďakovať Ti chcem,
Kristus, môj verný.*

*Ďakujem Ti, Kriste Pane,
za Tvoje zakrvavené dlane.
Za srdce,
ktoré tak veľmi krvácalo,
keď Tvoje telo
na kríži umieralo.*

*Aj Matka Tvoja
veľký žiaľ mala,
ten pohľad na Syna
len ťažko znášala.*

*Za tu veľkú obetu
prijmi odo mňa
vrúcnu modlitbu,
ktorú Ti zo srdca venujem,
lebo Teba, Kriste,
veľmi milujem.*

Marta Pacovská, Široké

NÁZORY a SVEDECTVÁ

Tri čierne kríže

Neviem, vážený čitateľa nášho mesačníka Spektrum, či ste sa niekedy zamysleli nad unikátnym dielom v našej obci, ktorý sa nachádza smerom na Ovčie. Už dlhú dobu si nad tým lámam hlavu a nik mi nevie povedať správnu odpoveď. Volá sa „U troch čiernych krížov“.

Naši vodiči, ktorí prechádzajú cez Českomoravskú vysočinu, sa stretávajú s názvom „U deväť krížov“. Teraz už prechádzajú novou trasou cesty a môj dobrý priateľ, ktorý prechádzal ešte starou cestou mi hovoril, že sa k tomu viaže jedna legenda. Hovorí, že na týchto miestach boli zastrelení deväť ľudí. Ako k tomuto došlo? Istý mladomanželský pár tam oslavoval svoju svadbu. Na svadbu prišiel mladík, ktorého mladá nevesta bola milenkou. Z pomsty ju i jej ženícha, svedkov a ich rodičov a nakoniec aj sám seba zastrelil. To hovorí legenda.

Ale pozrite sa na naše Tri čierne kríže, nachádzajúce sa smerom na Ovčie, kde je postavená „Božia muka“. Prečo hovoríme o Božej muke? Je to úkaz, kde nevedú dvere do vnútra. Je to celý monoblok, celkom uzavretý. Má približne 1x1 meter. Po jeho stranách sú vynechané otvory pre uloženie cirkevných znakov. Takýchto úkazov je veľmi málo. Nevieime, prečo a na akú počesť ich ľudia stavali. Keď ideme smerom od Bystran, tam ho nájdeme tiež.

Našli sa však dve dámy,

ktoré aspoň v krátkosti niečo naznačili o našej Božej muke. Pani Helenka Novotná, ktorá ako dieťa vyrastala v spomínanej lokalite. Vraj túto časť mal nejaký pán Gustáv, ktorý vlastnil v tejto časti veľké rybníky. Páni tam chodili loviť ryby. V tejto časti dnes nájdeme studňu, ktorá pozostáva z dvoch betónových, ale niekedy to boli drevné kade, z ktorých voda zásobovala spomínané rybníky. Nevie, odkiaľ a pokiaľ sa tiahla ich rozloha. Podľa tohto usudzujeme, že to bola väčšia rozloha, pretože pole poníže obce sa dodnes nazýva Rybníky. Preto nevieme, čo sa mohlo na týchto miestach prihodiť, keď tu bola postavená táto Božia muka a kto ju dal postaviť.

Jej švagriná Helenka Jenčová hovorí, že spomínaný objekt museli prestavať a dať mu novú podobu, nakoľko od svojej vertikálnej osi bola táto muka naklonená približne 20 cm a hrozilo jej spadnutie. Preto pristúpili k jej renovácii, ale pôvod troch čiernych krížov ponechali. Nenašli sa žiadne záznamy. Objekt ostal na pôvodnom mieste.

Keď niekedy budete prechádzať touto lokalitou, všimnite si, že tie tri čierne kríže sú čierne, akoby boli z ebenového dreva. Keď si niekedy spomeniete na udalosti o tejto lokalite alebo viete niečo bližšie, prosím, dajte mi vedieť, za čo vám vopred ďakujem.

Imrich Jenča, Vítaz

Otec

• Je piatok poobede a ty sa autom vraciaš domov. Ladíš rádio. Správy hovoria o nejakej bezvýznamnej veci: v nejakej ďalekej dedine zomreli traja ľudia na nejakú neznámu chrípku, o ktorej nikto nikdy nepočul. Nevenuješ tejto správe veľa pozornosti.

• V pondelok, keď sa zobudíš, počuješ, že mŕtvi už nie sú len traja, ale 30 tisíc ľudí už zomrelo vo vzdialených krajoch Indie. Kontrolný medicínsky úrad Spojených štátov vysiela ľudí, aby to tam skontrolovali.

• V utorok sa to stáva najdôležitejšia správa prvých strán všetkých novín, pretože sa to už netýka iba Indie, ale aj Pakistanu, Iránu a Afganistanu. Správa vychádza vo všetkých denníkoch. Volajú ju „tajomná chrípka“ a všetci sa pýtajú: „Ako ju dostaneme pod kontrolu?“ V Európe nastáva panika a hranice sa zatvárajú. Vo večerných správach počuješ správy z Francúzska, kde redaktorka hovorí o jednom mŕtvom mužovi, ktorý zomrel v nemocnici na tajomnú chrípku. Správy hovoria, že keď máš tento vírus, týždeň si ani neuvedomíš, že ho máš. Potom máš štyri dni hroznú bolesť a potom zomrieš.

• Aj Veľká Británia zatvára hranice, ale je neskoro. Na druhý deň prezident Spojených štátov zatvára hranice, aby sa vyhlí nákaz, až kým nebude nájdený liek. Nasledujúci deň sa ľudia zhromaždia v kostoloch, aby sa modlili za liek, keď niekto vstúpi a hovorí : „Zapnite rádio a počúvajte správy!“ Dve ženy

vybrali sme z emailovej pošty

zomreli v New Yorku. Zdá sa, že chrípka zasiahla celý svet.

Vedci pokračujú v hľadaní protilátky, ale zdá sa, že nič nezaberá. Čoskoro príde dlho očakávaná správa: bol rozlúštený kód DNA vírusu. Môže sa vyrobiť protilátka. Je však potrebná krv niekoho, kto nebol nakazený. A hneď sa šíri výzva, aby všetci utekali do najbližšej nemocnice a dali si urobiť krvné testy. Z vlastnej vôle tam ideš s celou rodinou, spolu so susedmi, a pýtaš sa: „Čo sa stane? Toto bude koniec sveta?...”

V nemocnici, po testoch, vyjde jeden lekár a vyvoláva jedno meno. Najmenší z tvojich detí je blízko pri tebe, ťahá ťa za kabát a hovorí: „Ocko! To je moje meno!“ Skôr ako sa spamätáš, vezmú ti tvojho syna a ty kričíš: „POČKAJTE!“ A oni odvetia: „Všetko bude dobré, jeho krv je čistá, jeho krv je čistá. Veríme, že má správnu krvnú skupinu.“ O päť minút lekári vyjdú von, smejú sa a kričia. Je to po prvý raz po týždni, čo vidíš niekoho smiať sa. Najstarší lekár sa priblíži k tebe a hovorí: Ďakujeme, pane, krv vášho syna je čistá, môže- me vyrobiť protilátku...”

Správa sa šíri všetkými smermi, ľudia plačú a kričia od radosti. Vtedy znova k tebe i tvojej manželke príde lekár a hovorí: „Môžeme s vami chvíľu hovoriť?... Ide o to, že sme nevedeli, že darca bude dieťa. Potrebujeme, aby ste podpísali papiere na darovanie krvi. Zatiaľ čo čítaš papiere, uvedomíš si, že nie je špecifikované množ-

stvo krvi, a pýtaš sa: „Koľko krvi?...“ Lekárov úsmev zmizne a on odpovie: „Nevedeli sme, že to bude dieťa. Neboli sme na to pripravení. Potrebujeme použiť všetku krv!...“ Neveríš tomu a snažíš sa oponovať: „Ale... Ale...“ Lekár pokračuje a nalieha: „Nerozumiete, hovoríme o lieku pre celý svet! Prosím vás, podpíšte, potrebujeme všetku krv. Pýtaš sa: „Ale nemôžete spraviť transfúziu?“ A odpoveď: „Ak nájdeme ďalšiu čistú krv, urobíme to... Podpíšete? Prosím! Podpíšte!!!...! V tichosti, bez toho, aby si si cítil prsty na ruke, ktorá zoviera pero, PODPISUJEŠ. Pýtajú sa ťa: „Chcete vidieť vášho syna?“ Kráčaš do sály prvej pomoci, kde sedí tvoj syn a pýta sa ťa: „Ocko! Mamka! Čo sa deje?“ Berieš jeho ruku do svojej a hovoríš mu: „Synček, tvoja matka a ja ťa veľmi veľmi ľúbime, ľúbime ťa a nikdy nedovolíme, aby sa ti stalo niečo, čo nie je nevyhnutné. Rozumieš tomu?“ A keď sa lekár vráti, hovorí: „Je mi ľúto, ale musíme začať, ľudia na celom svete zomierajú...“ Odišiel by si? Mohol by si sa otočiť a nechať tvojho syna tam, zatiaľ čo on ti hovorí: „Ocko? Mamka? Prečo ma nechávate samého?“

Týždeň na to, zatiaľ čo pochovávaš tvojho syna, jeden je doma a spí, ďalší neprišli, lebo sa chceli ísť radšej prejsť alebo sa pozrieť na futbalový zápas, ďalší prídu na pohreb s falošným úsmevom a tvária sa, že ich to naozaj zaujíma. Chcel by si všetko zastaviť a kričať:

„Môj syn zomrel kvôli vám!!! Zaujíma vás to vôbec?...”

Často je to presne to, čo Boh chce povedať nám: „Môj syn zomrel pre vás a vy nedokázate pochopiť, ako vás milujem?“ Je zvláštne vidieť, ako ľahko ľudia odmietajú Boha a potom sa pýtajú, prečo svet je na tom čoraz horšie. Je zvláštne vidieť, ako veríme všetkému, čo píše noviny, ale neustále pochybujeme o tom, čo hovorí Sv. písmo.

Je zvláštne, ako sa deň čo deň namáhame, aby sme mali čo najväčší majetok na zemi, a nevenujeme ani minútu tomu, aby sme si nahromadili poklady v nebi. Je zvláštne, keď niekto hovorí: „Verím v Boha“, ale svojimi skutkami dokazuje, že má iné úmysly. Je zvláštne, ako posielame tisíce „žartov“ mailom, ktoré sa hneď rozšíria ako oheň..., ale keď pošleme mailom niečo, čo sa týka Boha, ľudia si dvakrát rozmyslia, či o tom budú hovoriť iným.

Je zvláštne, ako kruté, vulgárne a obscénne scény sa slobodne pohybujú vo virtuálnom priestore, zatiaľ čo rozhovor o Ježišovi je v školách a na pracoviskách ututlaný. Je to zvláštne, však? Je však oveľa zvláštnejšie vidieť kresťana, ktorý je taký horlivý v nedeľu, ale neviditeľný po celý zvyšok týždňa. Je zvláštne, že keď dočítaš túto správu, necítiš potrebu poslať ju mnohým z tých, ktorých máš v zozname na tvojom maili; jednoducho preto, lebo si si nie istý(-á), v čo veria alebo čo si o tebe pomyslia.

Je zvláštne, že sa viac staráme o to, čo si pomyslia ľudia, ako o to, čo si BOH myslí o nás. Nech Ťa Boh zehná!

preposlal: P. Uličný

Opravdivé šťastie?!

Každý mesiac beriem do rúk naše Spektrum a po jeho prečítaní premýšľam, s čím by som sa s Vami podelila, akou myšlienkou Vás možnože oslovila. Po prečítaní jedného z mnohých článkov o ľuďoch „chudobných“, ale nie duchom som sa rozhodla sprostredkovať vám zamyslenie sa nad šťastím dnešného človeka:

„My máme väčšie domy, ale menšie rodiny ako oni!

My máme množstvo vymožeností, ale menej času na lásku ako oni!

My máme tituly, ale menej rozumu ako oni!

Aj tí najchudobnejší z nás žijú v prepychu v porovnaní s nimi!

Nevieme sa uspokojiť s tým čo máme!

Porovnávame sa s úspešnejšími!

Závidíme, hrabeme, hrabeme a nezijeme. Oni áno!

My sa ponárame do depresí a bojujeme s frustráciami, oni si sadnú každý večer so svojou rodinou, smejú sa, rozprávajú sa, spievajú!

Nie sú náhodou šťastnejší ako my?“

Takisto sa dennodenne na niečo sťažujeme: na nízke platy, na vysoké ceny, na hlučných susedov, na čokoľvek, namiesto toho, aby sme boli vďační za to, čo máme: za poklad náš najvzácnejší, za veci zdanlivo všedné, za rodinu, za lásku a zdravie našich detí.

Dovoľte mi sa takto poďakovať Pánu Bohu za môjho manžela Pavla a detičky Charlotte a Dominika, pre ktorých chceme byť tým najlepším vzorom svojim každodenným správaním sa jeden k druhému. Lebo pamätajme rodičia, že deti sa viac naučia z nášho príkladu ako z napomínania!

Monika Kostelníková, Víťaz

59 guliek a jeden kríž

● Nikto, kto sa vydá na púť za sv. Jakubom do Santiaga de Compostela, neurobí už na druhý deň prestávku na desať dní alebo na tri týždne. Kto sa vydal na púť, putuje každý deň ďalej. ● Táto stálosť patrí aj k modlitbe ruženca. Ňou však človek premení celý svoj život. Áno, ● pravidelná modlitba ruženca mení život. Preto sa ho možno modliť pomaly alebo rýchlo, to už je takmer jedno. Dvadsať minút je dobrý čas - môže byť aj dlhší, smie byť aj kratší. ● Pátrovi Piovi perličky ruženca striedali cez prsty ako pstruhy. ● Ruženec sa smieme modliť aj nepozorne.

● **Prirodzene, možno sa modliť jeho časť alebo celý. Nie je to nijaký zákon ani seminár. Je to skôr záhrada, v ktorej sa zdržujeme. A keď nad ružencom zaspíme, v minulosti sa hovorilo, že anjeli sa ho modlia ďalej. Prečo by to teda dnes malo byť inak? Najdôležitejším sa zdá byť iba jedno – aby sme nikdy neprestali! Aby sme sa ruženca pevne držali ako zasiahnutý boxer lana okolo ringu. Potom nás bezpečne opäť vyvedie z každého labyrintu a z každého zmätku. Potom sa stane červenou vodiacou nitou našej existencie.**

● Preto ruženec ani nie je modlitba, ktorá získava skrze našu mimoriadnu a namáhavo vyvinutú zbožnosť. On nás robí zbožnými. On nás učí nestratiť nič. On nám neuberá čas, on nám daruje čas. A rozvahu. A pokoj. A nebojnosť. A vyrovnanosť. Nie my musíme zmeniť túto modlitbu.

Táto modlitba mení nás. Nie je to modlitba, ktorú dokážeme „chápať“, v každom prípade nie šedou kôrou mozgovou, ale špičkami prstov, pľúcnymi lalokmi a srdcovým svalom. Ruženec, to je šťastie. Z toho, kto sa ho modlí, robí celého človeka. On spája tých, ktorí sa ho modlia spoločne. Aby sa napríklad manželský pár dlhé dni hádal – to s ružencom proste už nejde.

Tak urobil náš život krásnym. Nedávno mi istý známy povedal, že pre neho je tým najkrajším modliť sa v aute so ženou ruženec. To je pre oboch, akoby nechali lupienky ruží sypať sa na diaľnicu z otvorenej strechy auta.

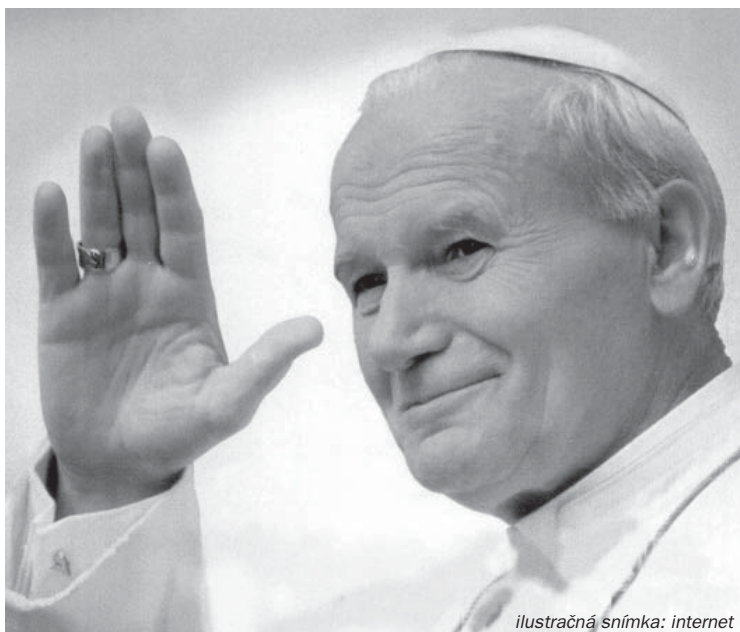
Na Michelangelovom Poslednom súde ho vidíme ako reťaz, ktorá zatratených vyťahuje dokonca aj z podsvetia. V Lurdoch mala sama Panna Mária ruženec v rukách a modlila sa ho s Bernadettou, vo Fatime to robila takisto s tromi pastierkami, ktorí sa ho predtým nacvičili pri zjavení anjela. Môžeme sa ho modliť hocikde – najkrajšie v spoločenstve: striedavo so ženou či s mužom, s priateľkou, priateľom, partnerom, partnerkou, v aute, v taxíku, vo vlaku.

Preto je predsa pútnickou modlitbou. Pretože zmena je ružencu celkom mimoriadnym spôsobom vlastná: tento dialóg, kde jedna strana sa modlí jednu polovicu Otčenáša a druhá strana druhú. A takisto pri Zdravas Mária – pri všetkých pútiach a pri všetkých procesiách.

V Taliansku pri veľkých otrasoch v živote niet dodnes zhromaždenia ľudí, nech je akokoľvek svetské, kde by sa mnohí nepridali, keď sa iba jeden z nich na námestí začne nahlas modliť ruženec. Preto sa ho možno ľahko modliť aj vo viacerých jazykoch, pretože každý a každá pozná jeho desiatky a dokáže sa pridať takmer už v spánku po poľsky, taliansky, chorvátsky, francúzsky, kórejsky na všetkých pútnických miestach, v každom jazyku zeme, v symfónii národov.

No aj keď sme sami, neexistuje pre nás nijaká dopravná zápcha, nijaká čakareň na letisku, ale už iba príležitosť k vyrovnanosti a k pokoju. Môžeme sa ho prirodzene modliť aj veľmi zbožne a sústredene, ale aj ospanliví, unavení, vyčerpaní. Ruženec zapíňa prázdny priestor, ako dážd' napája vyprahnutú pôdu. On zavlažuje pôdu nášho života. On nás robí ľahkými. A je taký jednoduchý. V hluku, v tichu, v radošti, v núdzi. Je to modlitba, ktorú možno v pravidelnom opakovaní votkať do nášho života ako stále pevnejší koberec pod nohami. „Ako láska,“ povedal Henri-Dominique Lacordaire v 19. storočí, „hovorí stále to isté a predsa sa nikdy neopakuje.“ Nie je to strelná modlitba. Mimo kláštorňých múrov je to brána do inej formy života a bytia – ako matka života modlitby, ktorá si zaslúži svoje meno. Ruženec mení náš život a mení našu smrť.

úryvok z novej knihy známeho katolíckeho autora Paula Baddeho na tému modlitby ruženca



ilustračná snímka: internet

Všetko prichádza v správny čas...

Boh všetko riadi. Prečítaj si túto modlitbu s vierou. Je to silná modlitba. Problémom mnohých z nás je, že neveríme, že Boh otvorí náruč a vyleje na nás svoje milosti, že ich nebudeme mať ako prijať. Ale Boh je verný svojmu slovu. Boh nedokáže klamať a jeho sľuby sú hodnoverné. Moja dnešná modlitba za teba, za Vás:

Nech oči, ktoré čítajú tento odkaz, nevidia nič zlé,

nech ruky, ktoré pošlú tento odkaz iným, nepracujú nadarmo,

Nech sa ústa, ktoré hovoria „Amen“ na túto modlitbu, smejú naveky.

Zotrvaj v Božej láske tým, že pošleš túto modlitbu všetkým, ktorých máš rád.

Nebeský Otče, Ty, ktorý si najstarostlivejší Otec, plný lásky, prosím Ťa, aby si hojne požehnal moju rodinu aj mňa.

Viem, že Ty vieš, že rodina je viac ako mama, otec, sestra, brat, manžel a manželka.

Otče, posielam Ti túto modlitbu,

prosiac o požehnanie nielen za človeka, ktorý mi poslal túto správu, ale aj za mňa a za všetkých tých, ktorým túto správu pošlem.

Kiež by sila zjednotenia sa v modlitbe za tých, ktorí veria a dúfajú v Teba, bola silnejšia ako čokoľvek iné.

Vopred Ti ďakujem za Tvoje milosti.

Nebeský Otče, oslobod' človeka, ktorý číta túto správu od dlhov a ich dôsledkov. Zošli mi svoju múdrosť, aby som dobre

spravoval všetko, čo si mi dal. Viem, že si úžasný a všemohúci a ak Ťa poslúchneme a necháme sa viesť Tvojím slovom a budeme mať vieru, hoci takú malú, ako horčičné zrnko, vyleješ na nás prúdy Tvojich milostí.. Ďakujem Ti, Pane, za milosti, ktoré som práve dostal i za tie, ktoré ešte dostanem, pretože viem, že ma neprestaneš posilňovať. O to Ťa prosím v mene Ježiša Krista. Amen. Žehnaj a budeš požehnaný!

čerpané z Magnificat Slovakia

Biť či nebiť svoje dieťa

Zákaz telesných trestov by mal zamedziť týraniu detí, ak sa však nebude vzťahovať na rodinné prostredie, kde si rodičia môžu robiť čo chcú, potom zabúdame, že práve tam dochádza najčastejšie k ubližovaniu. Proti vonkajšiemu zákazu, ktorý nikdy nie je stopercentne účinný, stojí vnútorné rozhodnutie a osobný záväzok dlho predtým, než sa dostaneme do afektu, ku ktorému nás z času na čas privedie aj to najmierumilovnejšie dieťa. Presvedčenie o vhodnosti či neúčinnosti telesných trestov stojí na úspešnosti zákroku, postojí k ľudskej dôstojnosti a sledovanom ciele detského vývinu. Ako teda pôsobí telesný trest? Nechá dieťaťu pocítiť, že je slabšie a nemá šancu sa presadiť.

Niektoré sa utiahne a celý život bude ustupovať pred väčšou silou, iné začne vzdorovať a neustále bude bojovať za svoje domnelé práva, bez ohľadu na utrpenie, ktoré si tým spôsobí. Ďalšie bude pri slabších agresívne a medzi silnejšími pokorné. Čo je však významné, trest znamená vyrovnanie: urobil som zle, potrestali ma, nemusím o tom viac premýšľať. Stratili sme príležitosť budovať osobnosť dieťaťa zvnútra, podnietiť vývin jeho svedomia, prehĺbiť svetonázor. V situácii, kde bude nádej vyhnúť sa trestu, zvolí si nabadúce ľahšiu cestu. Mimochodom, trestané, bité a odmietané deti bývajú podstatne horšie a neprispôsobivejšie. Tresty zhoršujú mienku o seba a tým výrazne ovplyvňujú ich správanie. Ocenenie dobrých skutkov je tým najúčinnnejším

výchovným prostriedkom, prijateľným pre dieťa a pohodlným pre dospelého. Telesný trest rozruší detské city a zabráni! kritickému mysleniu. Ale či nechceme dieťa viesť k tomu, aby sa vedelo logicky a kriticky zamyslieť, malo hlboké city a dostatočne pevnú vôľu? Ako inak ho ubránime pred nebezpečenstvami moderného sveta, než spoluprácou a spolucítením s najbližšími dospelými?

Ak raz stratíme s dieťaťom vzťah, môžeme ho tlčiť, koľko chceme, lásku a poslušnosť v ňom už nevzbudíme. Telesný trest je kritikou na negatívne správanie, ale výchova je skôr podporou a povzbudzovaním pozitívneho. Dopredu naznačiť, čo je vhodné, už v predškolskom období pestovať intenzívne osobné záujmy, trpezlivo vysvetľovať a veľkoryso odpúšťať nezmary... Prejavovaná dôvera v dieťa pôsobí aj na dialku, v neprítomnosti, ba ešte aj po konečnom odchode rodičov napadne človeku, čo by si naši pomysleli, ako by sa potešili... Telesný trest robí vzťahy s deťmi povrchnejšími, vypočítavejšími a menej empatickými. V túžbe vyhnúť sa trestu nemáme čas ani vôľu myslieť na rodičovské žiaľ, ich strach a obavy. Pocity vlastnej slabosti provokujú vzdor. Dospelá naivnosť predpokladá, že pár fackami alebo údermi na zadok sa všetko rýchlejšie vyrieši, lenže telesný trest stráca časom na účinku a iné prostriedky sme nezaviedli, takže teraz hrozí bezmocnosť dospelým. Vychovávať dieťa znamená súčasne vychovávať aj seba. Jestvuje toľko najrozličnej-

ších návodov „čo s dieťaťom“, ale zabúdame, že ak je príklad najúčinnnejším výchovným činom, potom je aj seba výchovným najžiaducejším prístupom. Ako byť dospelým sa dieťa naučí pozorovaním dospelého, nie príkazmi. Fyzicky trestajúci rodič je prehnane sebavedomý, ťažko chápe myšlienkový proces a city dieťaťa, nevie byť sebakritický a vyvoláva zbytočné napätie, ktorým netrpí len jeho rodina, ale aj on sám. Veď rodič sa rovnako ako dieťa musí podrobiť logickým zákonom života, zdravo žiť, hľadať svoje miesto v spoločnosti, naplniť voľné chvíle tvorivosťou.

Výchova znamená vziať dieťa na ruky a spoločne objavovať krásy života. To je ich ľudský údel a neraz sa dieťa ujme vedenia, nakoľko lepšie vycíti krásu mihajúcej sa chvíle. Rodičovstvo je šanca prežiť bohatší a krajší život. Za telesným trestaním detí cítime mechanický svoj názor na ne, sú akoby materiálom podliehajúcim fyzikálnym zákonom. Je to omyl, človek je už v detskom veku často nevypočítateľný a ľahko neovplyvniteľný. Je naivné podľahnúť svojmu dospeláckemu afektu a nezohľadniť citové rozpoloženie dieťaťa. Dôstojnosť človeka predpokladá kritický pohľad na seba a dostatočne hlbokú empatiu k druhým.

Ocenenie dobrých skutkov je tým najúčinnnejším výchovným prostriedkom, prijateľným pre dieťa a pohodlným pre dospelého.

prevzala M. Kostelníková

Ahoj deti!



Deti majú veľa prianí, choré deti ich majú o jedno viac

Nemocnice sú plné chorých detí. Zo všetkých strán detských kliník sa ozýva detský plač, ktorý sa hlboko vrýva do srdc matiek a službukonajúceho personálu. Mnohí z nich nebudú Veľkú noc tráviť doma. Na oknách a sklenených dverách zisbe im ju pripomínajú veselé nálepký zajačikov, kuriatok a pestrofarebných vajíčok. Mamičky sú veľmi trpezlivé, nemyslia na nepohodlie, ale na zdravie svojho dieťatka. Vedia, že keď prídu domov, všetko zlé im stonásobne vynahradia.

Aj Pán Ježiš trpel, nielen na kríži. A spolu s ním trpela aj jeho Matka. Boh nám všetky muky sveta vynahradiť Ježišovým vzkriesením. Zmŕtvychvstanie Ježiša Krista je predsa najväčším zázrakom a najdôležitejšou pravdou kresťanskej viery.

Počas radosti z Veľkej noci myslíme aj na chorých a všetkých, ktorí sa o nich s láskou starajú.

Prajem Vám veselé, pokojné
a požehnané oslavy Ježišovho
zmŕtvychvstania.

Úloha 1: Obrázok vymaľuj podľa pokynov.



- 1 - čierna,
2 - sivá,
3 - žltá,
4 - svetlohnedá
5 - hnedá,
6 – biela

Úloha 2: Puzzle vystrihni pozdĺž prerušovanej čiary. Ulož Ježiša do centra svojho života.



stranu pripravila: Mgr. S. Kolářová

Duchovnosť a psychológia

Časť V.

Aktívne počúvanie



V minulom článku sme hovorili o umení ako správne klásť otázky. Dobré a v správnom čase položená otázka môže poslúžiť ako vhodný začiatok diskusie. Avšak myslieť si, že iba toto stačí, je nesprávne. Po vyslovení otázky nasleduje totiž ďalší krok – počúvanie.

Zo štatistiky plyní, že iba desať ľudí zo sto vie vypočuť svojho spolubesedníka, ale pritom každý chce, aby ho ten druhý pozorne a priateľsky vypočuť. Najpríjemnejšie sa nám komunikuje nie s tým, kto vie hovoriť, ale kto vie počúvať. Psychológovia – konzultanti sa často stretávajú s ľuďmi, ktorí prídu a vravia: „Chcel by som sa naučiť verejne vystupovať. Chcem správne formulovať svoje myšlienky.“ O tom, ako hovoriť, učí rétorika – toto umenie sa rozvíja aj v mnohých kurzoch. Avšak ani raz nepočuli, že by niekto povedal: „Chcem vedieť dobre počúvať, aby som svojmu spolubesedníkovi správne porozumel.“

Naučiť sa aj umeniu dobre počúvať je potrebné z dvoch dôvodov: dobré počúvanie pozitívne ovplyvňuje vzťahy – ak nesprávne či nepresne pochopíme výpoveď druhého, je to len náš názor a aj náš obraz o vypovedanom bude potom nesprávny; ak dobre počúvam, dobre porozumiem spolubesedníkom, čo je užitočné aj pre nás samotných, hlavne napr. v pracovných vzťahoch.

Chýb v počúvaní je veľa.

Vedľajšie zvuky... ako ľahko odpútavajú vašu pozornosť? Možnože sa len tvárite, že počúvate, ale v skutočnosti rozmýšľate o svojom (plánoch na zajtra, čo variť na večeru...)? Skáčete do reči svojmu spolubesedníkovi? Stane sa, že slovo spolubesedníka nás hlboko osloví, dotkne sa niečoho ohľadom nás, čo nám nie je príjemné. Preto ho nevypočujeme do konca, skočíme mu do reči a začneme hovoriť o veci po svojom. Stáva sa, že len čo spolubesedník povie pár viet, už premýšľate nad odpoveďou, ktorá upevní vašu pozíciu? Už ho nepočúvate, ale hľadáte argumenty pre svoju odpoveď?

Nepočúvame z rôznych dôvodov: keď nemáme náladu, sme nahnevaní, ak nás nebaví, čo druhý hovorí. Inokedy je to naša lenivosť či únava. Najčastejšie však nevieme počúvať preto, lebo sme zahľtení vlastným vnútorným dialógom (mám na mysli to, keď sa vo vnútri rozprávame s niekým). Vnútorný dialóg nám prekáža počúvať nielen spolubesedníka, ale aj nás samotných. Paradoxom je, že často vyslovujeme slová, ale ich význam, podstatu si neraz ani neuvedomujeme. Neprítomnosť vnútorného ticha prekáža nášmu vnútornému rastu. Nevieme sa sústrediť na kontempláciu okolitého sveta, na modlitbu, ťažko vydržíme v tichu, sami so sebou. V konečnom dôsledku neutíchajúci a nekončiaci vnútorný dialóg je veľkou prekážkou aj na našej ceste k Bohu. Nie náhodou jedným z dôležitých prvkov duchovných cvičení je práve ticho.

Preto, ak sa chceme naučiť počúvať, musíme sa najprv vzdať falošnej predstavy: počúvať znamená nehovoriť. Nie je to celkom tak. Takéto počúvanie sa volá pasívne, ale pri ňom sa dopustím mnohých chýb, vzniknú nedorozumenia. Pri aktívnom počúvaní však ide o to, aby mi neunikla nijaká dôležitá informácia v dialógu s druhým človekom. Dôležitú úlohu v ňom hrá i spätná väzba.

Aktívne počúvanie so spätnou väzbou má veľa výhod. Po prvé, spolubesedník cíti, že to, čo hovorí, nehovorí stene, ale živéj bytosti, ktorá ho počúva, snaží sa chápať ho. Využívanie spätnej väzby, t.j. kladenie otázok hovorí o našom záujme o spolubesedníka, čo ho stimuluje, motivuje, aby hovoril ďalej.

Po druhé, ak využívame spätnú väzbu, môžeme sa presvedčiť, či sme aj správne pochopili, čo

V čase pôstu

*Ježiš, Ty najväčší poklad náš,
vo svete veľa priateľov máš.
Veď si za nás život dal,
tak veľmi si sa obetoval.*

*Križovú cestu my začíname,
a pri každom zastavení
rozjímame.
Akú ťažkú púť si mal,
kým si svoj život dokončil.*

*Ďakujem Ti, Ježišu,
za Tvoju krv vyliatu.
Za to všetko ťa obdivujem,
a tichú modlitbu Ti venujem.
Marta Pacovská, Široké*



ilustračná snímka: M. Magda

nám druhý hovoril. Ak spolubesedník vidí, že sme ho nepochopili, môže svoje výpovede spresniť. Po tretie, spätná väzba umožňuje spolubesedníkovi vidieť situáciu, o ktorej hovorí, z iného uhla, čo je neraz veľmi užitočné.

Ďalej má spätná väzba význam vtedy, ak hneď nevieme reagovať, ak potrebujeme čas na zozbieranie myšlienok k téme, rozmyslieť si odpovede. Nie vždy totiž prvá reakcia, zvlášť pocitová, musí byť správna ohľadom toho, čo druhý človek hovoril.

Poznáme rôzne formy aktívneho počúvania: „Echo”, „Zrkadlo”, „Parafrázovanie”, „Interpretácia”, „Upresňujúce otázky”, „Vyjasnenie”. Nemôžeme sa tu venovať všetkým jestvujúcim technikám a formám, podrobne ich popísať, ale s jednou by sme vás predsa, milí čitatelia, oboznámili podrobnejšie. Je to univerzálna forma - „parafrázovanie.” Podstatou tejto formy je, že v skratke svojimi slovami prerozprávame, čo druhý človek povedal. Kým však začneme, je vhodné vysloviť niektorú z týchto viet: „Ak som ťa správne pochopil... Tak, ty chceš povedať... Ak sa nemýlim... Inak povedané...”. Práve forma prerozprávania počutého svojimi slovami pomáha dosiahnuť vyššie spomínané pozitívne výsledky.

Isto, každá technika má svoje hranice. Nemá zmysel využiť spätnú väzbu, napr. ak náš spolubesedník má z niečoho strach, obavy. Potrebuje ich len zo seba dostať so všetkými pocitmi. Vtedy je optimálne vyjadriť svoju účasť neverbálne – pozorným pohľadom a príslušným výrazom tváre.

Osvojenie techniky aktívneho počúvania veľmi dobre ukazuje, že naučiť sa harmonicky komunikovať je proces dlhodobý a náročný (nečudujte sa, ak sa vám hneď nepodarí, napr. „parafrázovanie”). Už len to, že sa zaujímate o pravidlá komunikácie vám isto prinesie niečo nové a to je výborné! Úspech sa dostaví opakovaním a neustálym osobným úsilím. Odmenou budú teplé, úprimnejšie a srdečnejšie vzťahy s blízkymi.

Lília a Miroslav, Sankt-Peterburg, Rusko

Trampoty v manželstve

Čo musia mať manželja?

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

Jednoducho trpezlivosť patrí k hlavnej výbroži, ktorú si manželja nesmú zabudnúť vziať so sebou na spoločnú životnú cestu.

XXXIII. Ako sa zbaviť vlastných zážitkov o špinavosti sexu?

Rozpor medzi vedomosťou, čím má sex byť a prežívanou skutočnosťou je pomerne častý dokonca aj medzi tými, ktorí sa snažia **žiť v pravde**. Rozumové poznanie samo o sebe nezmení naše hlboko zakorenené a často podvedomé postoje k sexu. Musíme sa dostať k ich koreňom a s pomocou Božej milosti ich odstrániť. Často zistíme, že naše zmýšľanie a prežívanie sexu v dospelosti je ovplyvnené pohľadom na seba samých a na sex, pohľadom, ktorý bol formovaný v čase dospievania našimi rodičmi, súrodencami, kamarátmi, vplyvom pornografie, médií a našou sexuálnou skúsenosťou.

Keď mám stretnutia s ôsmakmi, deviatakmi alebo stredoškólakmi, často sa ich pýtam: „Kolkí z prítomných prvý raz počuli niečo o sexe od svojich rodičov?“ Keď dvihne ruku päť percent opýtaných, to je ešte dosť dobre. Ale je to tragédia, ak vlastných rodičov predbehne ulica či médiá.

Už od útleho detstva je nám všetkým vlastná prirodzená zvedavosť dozvedieť sa čosi o svojom tele a sexe. Ak táto zvedavosť nie je správne usmerňovaná a doma sa jej nevenuje v otvorenom, čestnom a veku

primeranom rozhovore správna a zdravá pozornosť, sex sa stáva veľkým, čiernym a skrytým „**No, no, no!**“ A deti zákonite hľadajú uspokojenie svojej zvedavosti tajne a na nesprávnom mieste.

Keď si sám spomínam, dodnes mám v očiach čiernobielu fotografiu odhalenej ženy a tento obraz sa mi nevymazal ani po 50 rokoch. Pamätám si oplzlé reči starších chlapcov o dievčatách a o častiach ich tela. Dodnes si pamätám prakticky všetko, čo som počul alebo zhliadol na vlastné oči. Okrem toho veľmi bujne a bohato pracovala aj moja detská fantázia. Prečo sa vám vyznávam? Lebo aj vy môžete mať podobné spomienky z detstva a neskôršie z puberty či adolescencie. Veď predsa aspoň niekto z nás musí vziať na seba riziko hovoriť o tom. Ak sa nikdy nepostavíme tvárou v tvár negatívnym skúsenostiam, ktoré nás ovplyvnili, nikdy nebudeme schopní žiť slobodne v pravde a zakúsiť sex taký, ako bol stvorený naším Nebeským Otcom.

Keď sa zosobášite, bolestivé spomienky a rany zo zvráteného myslenia a vzťahov jednoducho neodídu sami. Aj ľudia,

ktorí naozaj chcú zakúsiť sex tak, ako ho stvoril Boh, sú nezriedka prenasledovaní zábleskami sexuálnej skúsenosti z minulosti práve vo chvíli pohlavného spojenia so svojím manželom(-kou). Ľuďom, ktorí prišli do styku s pornografiou, sa tie obrazy často premietajú v myslí v najnevhodnejšom okamihu, v čase modlitby, na svätej omši (dokonca cestou k svätému prijímaniu) alebo tiež pri prejavovaní pohlavnej lásky svojmu manželovi či manželke. Je potrebné hovoriť o vlastnej skúsenosti aj preto, aby som ukázal, že keď som písal o Kristovej moci premeniť nás, uzdraviť naše rany a zachrániť nás od hriechu, nehovorím iba o peknej teórii vo svojej predstave či v hlave. Osobne to zažívam každý deň.

Ježiš Kristus, Boží Syn, je skutočný. Naozaj sa stal jedným z nás. Naozaj zomrel a vstal z mŕtvych. Naozaj prišiel, aby obnovil pôvodný Boží plán života a lásky. Naozaj nás vykúpil a naozaj nás môže uzdraviť. Naozaj nám môže dať nový život ..., ak mu uveríme a dovolíme mu to.

Veľmi vrelo by som vám odporúčal pozrieť sa na svoju minulosť! Ako ste sa prvýkrát dozvedeli o sexe? Ako ste vnímali svoje telo v puberte? Robili si z vás iní posmech? Mali ste do činenia s pornografiou? Boli ste niekedy sexuálne zneužití alebo týraní? Masturbovali ste? Ako vás tieto skúsenosti ovplyvnili?

Zmyslom reflexie nie je hrabanie sa v starej špine. Jej zmyslom je priniesť do temných miest svojho života Kristovo



ilustračná snímka: M. Magda

svetlo, aby nás uzdravil. Chváľme Boha, že nám odpúšťa, obnovuje nás a uzdravuje.

Nesnažme sa zmiest' zo stola minulosť, akoby sa nikdy nestala. Dajme ju celú Kristovi a dovolme, aby s Ním zomrela na kríži. Ak sme svojmu manželskému partnerovi boli „neverní v predstihu“, prosme ho o odpustenie. Ak sa nám spomienky na minulosť stále vracajú, dajme ich Kristovi. Spomienky nám síce môžu ostať, ale Kristus môže odstrániť ich špinu a naučiť nás premieňať ich na modlitby za ľudí, ktorým sme ublížili alebo ktorí ublížili nám.

Toto je cesta uzdravenia. Keď ňou pôjdeme, spoznáme nielen dobro a svätosť sexu, ale budeme ich aj používať a hlboko prežívať. Pre mnohých,

podobne ako pre mňa, je to dlhá cesta. A je aj bolestivá. Ale nie je o nič bolestnejšia ako jej alternatíva.

„Kam by sme šli, Pane? Ty máš slová večného života“ (Jn 6,68). Pane, Ty ma poznáš. Nič v mojom živote nie je pred Tebou skryté. Vieš o všetkom, čo som v živote vykonal(-a), čo ma vzdialilo od pravdy o Tvojom pláne s mojou sexualitou. Dávam Ti všetky moje nepravosti, ktoré som sám/sama spáchal(-a), aj tie, ktoré boli spáchané voči mne.

Svetlo Kristovo, svieť nám v temnote. Pravda Kristova, rozptýľ všetky lži. Smrť Kristova, vezmi všetky moje hriechy. Zmŕtvychvstanie Kristovo, obnov ma, aby som poznal(-a) a prežíval(-a) dobro svojej sexuali-ty. Amen. *MUDr. Vaščák Blažej*

Stalo sa:

- 25. 2. – Popolcová streda – začiatok pôstneho obdobia
- **19. 3. – mužovia slávili sviatok, sv. Jozefa, ženícha Panny Márie, vzor ich života**
- 25. 3. – Zvestovanie Panny Márie – oslávili sme život, ktorý začína počatím
- **23. - 25. 3. sa osadzovali štyri nové dvere v kostole sv. Jozefa, robotníka**

Stane sa:

- **9. - 11. 4. – Velkonočné trojdnie – slávenie Ježišovho utrpenia, smrti a slávneho zmŕtvychvstania**
- 18. apríla sa uskutoční Arcidiecézne stretnutie mladých v Športovej hale v Prešove
- **1. 5. – odpustová slávnosť sv. Jozefa, robotníka – slávnostným celebrantom bude Jozef Dugas, farár – dekan v Prešove na Sídlsku III. • Piata rozhlasová púť Rádia Lumen do Sanktuária Božieho milosrdenstva v Krakove**



Prehľad bohoslužieb

		Vítaz		Ovčie	
6. 4.	Pondelok				
7. 4.	Utorok	18:00	† Silvia Kalinová		
8. 4.	Streda			18:00	za požehnanie rod. Márie Balogovej
9. 4.	Štvrtok	19:00	Zelený štvrtok	17:30	Posledná večera
10. 4.	Piatok	15:00	Veľký piatok	17:00	Utrpenie Pána
11. 4.	Sobota	20:00	Biela sobota	20:00	Veľkonočná vigília
12. 4.	Veľkonočná nedeľa	7:30	† Valent, Mária Juraškovci	9:00	† Margita, Štefan Baranovci
		10:30	za farnosť		
13. 4.	Veľkonočný pondelok	7:30	† Jozef, Jozefína J., Jozef a Helena	9:00	za pož. Anny, Františka Bednárikovcov
		10:30	† Barbora, Rudolf Uliční		
14. 4.	Utorok	18:00	† Alžbeta, Štefan Š., Margita S.		
15. 4.	Streda			18:00	† Štefan, Mária Kráľovci
16. 4.	Štvrtok	7:00	na vlastný úmysel		
17. 4.	Piatok	18:00	za požehnanie rod. Ladislava Gregu	17:00	za pož. Magdalény a Š. Humeňanských
18. 4.	Sobota	7:00	za prístrešie Krankotová		
19. 4.	2. veľkonočná nedeľa	7:30	† Štefan Jenča	9:00	za farnosť
		10:30	85: Helena Baluchová		
20. 4.	Pondelok				
21. 4.	Utorok	18:00	† Bartolomej Čech (výročná)		
22. 4.	Streda			18:00	† Štefan, Františka
23. 4.	Štvrtok	7:00	70: Bernát Bednár		
24. 4.	Piatok	18:00	80: Andrej Jenča	17:00	† Anna Brincková
25. 4.	Sobota	7:00	† Ján Kováč		
26. 4.	3. veľkonočná nedeľa	7:30	60: Helena Ungvarská	9:00	za farnosť
		10:30	50: Albert, Regína Magdovci		
27. 4.	Pondelok				
28. 4.	Utorok	18:00	† Mária, Valent Baloga		
29. 4.	Streda			18:00	za požehnanie sr. Anny Márie a Leony
30. 4.	Štvrtok	7:00	na vlastný úmysel		
1. 5.	Piatok	18:00	za chorých	17:00	† František, Žofia Kráľovci
2. 5.	Sobota	7:00	za členov Ružencového bratstva		
3. 5.	4. veľkonočná nedeľa	7:30	za farnosť	9:00	za požehnanie rod. Vincenta Kráľa
		10:30	za požehnanie Valenta K. a Evy H.		

... ak nebol Kristus vzkriesený, potom je márne naše hlásanie a márna je aj naša viera.



Košice 21. marca 2009



Ďakovná sv. omša o. kardinála Jozefa Tomka za 85 rokov života, 60 rokov kňazstva
a za 75 rokov života o. arcibiskupa Alojza Tkáča



