



*Kam môžem ujsť pred твоjim duchom a kam utiecť pred tvojou tvárou?
Ak vystúpim na nebesia, ty si tam; ak zostúpim do podsvetia, aj tam si.
I keby som si pripäl krídla zorničky a ocitol sa na najvzdialenejšom
mori, ešte aj tam ma tvoja ruka povedie a podchytiť ma tvoja pravica.
(Ž 139, 7-10)*



Drahý priateľ,
už si niekedy kopal na dvere, keď ti bola zima, alebo si bol hladný po láske a túžil si po prijatí? Čakal si, že budeš počuť kroky, otočenie kľúča v zámku, aby sa práve „tieto“ dvere otvorili? Hľadal si ten moment prekvapenia milovaných očí, úsmev na privítanie, ktorý hovorí: „Pod' ďalej... teším sa, že si prišiel... cíť sa tu ako doma.“

Chcem ti povedať, že ten sen o domove a o prijatí sníva už dieťa v matkinom lone. Túži byť chcené, milované, veď ho čaká život. V celom detstve aj v dospievaní hľadá a nachádza (alebo nenachádza) tie oči, úsmev, pohladenie. Múdrosť života hovorí: **Chráňme deťom detstvo a mladým chráňme domov.** Čím je človek starší, tým viac sa vracia myšlienkami do detstva. Šťastné detstvo buduje osobnosti.

Som veľmi rád, že ti môžem písať tento list ako tvoj starší priateľ, ktorému naozaj na tebe záleží. **Si krásny mladý človek.** Či si chlapec alebo dievča, určite túžiš byť prijímaný a milovaný taký, aký si. Túžiš po svete lásky, v ktorom sa aj ty nachádzaš, nechceš v ňom chýbať. Aké je príťažlivé byť vzácny v očiach iných. Trápiš sa niekedy a bojíš sa, či budeš šťastný? Zápasíš so seba prijatím? Nie si sám. Každý hľadá domov. Domov pre svoje srdce. To „teplo domova“, kde je radosť, pokoj a trvalé šťastie. Po tomto túži srdce mladého človeka. Objaviť pocit domova sám v sebe. Vedieť, že si správny človek, že máš srdce na svojom, čiže na „správnom“ mieste.

Uvedomujem si, že veľa mladých má dnes problém nájsť vnútorný pokoj a zažívať pocit bezpečia a lásky. **Ak dovoľíš, ukážem ti, ako nájsť domov v sebe.** Iba kto „má“ seba, môže dať seba ako dar. Ak chceš darovať srdce z lásky, musíš ho mať, a to pripravené, slobodné a čisté. Pripravené na to, aby si bol vo svojom srdci doma, keď niekto zaklope. Slobodné od všetkých závislostí, ktoré by mu mohli ubližovať. Čisté ako vzácny diamant. Iba vtedy, ak si čistý, máš pocit domova v sebe. Každý z nás je nositeľom domova. **Čisté srdce je domov pre lásku.** Vytvoriť domov vie iba ten, kto nosí domov v sebe. Domov v sebe má ten, kto zažil domov v rodine, v Cirkvi, vo vzťahoch... Chráňme si tento domov ako bezpečie pre seba i pre vzťahy, ako hlboký vnútorný pokoj a čistú radosť zo života. Domov je miestom pre lásku. Ak ti chýbal domov v tvojej rodine a zostal si citovo sám, hladný po láske a zranený, vedz, že môžeš byť uzdravený. Boh ti dáva milosť čistej lásky ako cestu k novému domovu.

Pozývam ťa do školy lásky. Dobré základy pre tvoj dom vytvoríme modlitbou, čítaním Božieho slova a sviatostným životom. Postavme steny domu úprimnými, čistými priateľstvami, v ktorých sú vzájomná úcta a dôvera ako veľké okná, cez ktoré vchádza do domu veľa slnka. Položme strechu na domček tvojho čistého srdca, v ktorom sa môže každý cítiť prijatý a milovaný. Strecha dáva pocit bezpečia a chráni teplo domova.



Skutočný domov sme schopní vytvoriť iba s Božou pomocou, pretože On nám najlepšie rozumie a stvoril nás pre seba. Aj keď sa „stratíme“, u Otca máme dvere domu stále otvorené. Presne tak to vyjadril žalmista: *„Kam môžem ujsť pred твоjím duchom a kam utiecť pred tvojou tvárou? Ak vystúpim na nebesia, ty si tam; ak zostúpim do podsvetia, aj tam si. I keby som si pripäť krídla zorničky a ocitol sa na najvzdialenejšom mori, ešte aj tam ma tvoja ruka povedie a podchytí ma tvoja pravica.“* (Ž 139, 7-10)

Drahý priateľ, nájdi cestu k Bohu a nájdeš cestu k sebe. Nájdi seba a budeš vedieť milovať. Domov je nebo na zemi. Boh stvoril prvých ľudí ako čistých, ktorí mali domov v sebe, veď boli v raji. Prvotná jednota muža a ženy sa narušila hriechom a boli vyhnaní z raja. Vlastným hriechom neposlušnosti stratili domov v Bohu aj v sebe. Vyhnaní z raja sústavne hľadali stratený domov. Až Kristovou smrťou na kríži sme boli zbavení vyhnanstva a jeho milosrdenstvom sme opäť našli domov, ten stratený raj.

Nečisté vzťahy sú proti láske, spôsobujú stratu sebaúcty i vzájomnej úcty. Telo je lákavé a v konzumných vzťahoch je predmetom rozkoše. Túžbou po tele hľadá človek radosť strateného raja. Nečistotou však znesväť to, čo je sväté. Pošpinením čistého je opäť vyhnaný z raja. Nečisté vzťahy spôsobujú pocit, že človeku chýba srdce, že je kdesi mimo. Prečo? Pretože je závislý od niekoho, kto si ho možno ani neváža, ani nezaslúži. Je nečistotou a strachom zo samoty pripútaný k telu iného. Má pocit, že srdce v sebe nemá, že nie je v sebe doma. Znakom toho je nepokoj, smútok, pocit neistoty, strach z budúcnosti, strach z vyhnanstva bez možnosti návratu. Vstúpil do zakliateho kráľovstva blúdenia a samoty, kde vládne diabol. Smútok vyvolá pád a pád vyvolá smútok. Ak si vo vyhnanstve nečistých vzťahov zlyhal, začni odznova. Pros Boha o milosť nového života, aby si sa znova narodil ako kráľovské dieťa. Keď si prijal pravdu o sebe, oľutoval svoje zlyhanie, poučil sa z vlastných chýb a rozhodol sa pre znovuzrodenie, môžeš byť šťastný ako každý iný.

Most, ktorý spája milujúcich ľudí má dva piliere: jeden voláme úcta a druhý dôvera. Sebaúcta a sebadôvera. Vzájomná úcta a vzájomná dôvera. Úcta buduje dôveru. Zneuctenie poškodzuje dôveru. Nečistota vo vzťahu zraňuje a narúša piliere, o ktoré sa most lásky potrebuje opierať. Prosím ťa, maj úctu k svojmu srdcu aj k svojmu telu, aby si ťa aj iní vážili a mali ťa úprimne radi. Najkrajším darom, aký môžeš darovať, je tvoje čisté, milujúce srdce. Buď verný svojmu srdcu a budeš šťastný, pretože budeš verný Bohu, sebe, aj milovanej osobe.

Domov srdca má svoju vnútornú krásu. Iba čistými očami si vieme užiť krásu v nás. Človek človeka nenaplní. Iba Boh môže nasýtiť toho, kto túži po láske. Boh je v nás a telo je dar Boží, ktorý si máme chrániť a ctiť. V čistote sa telá posväcujú, v nečistote sa znesväcujú. Iba čistými očami môžeš v druhom objaviť Boha.

Ďakujem, že som sa ti mohol prihovoriť a klopať na dvere tvojho srdca myšlienkami o domove v nás. Prajem ti, aby ti nikdy nechýbal pocit domova. Poskytni ho iným, keď ho budú hľadať. Buď pripravený otvoriť, keď niekto zaklope. Kamkoľvek vstúpiš - nech vidia, že si správnym človekom. Nech sa tvoje čisté srdce stáva domovom poskytujúcim bezpečie a teplo lásky.



Modlitby

blahoslavennej sestry Zdenky Schelingovej

(Modlitby môžete použiť na začiatok a koniec vyučovacej hodiny alebo stretka.)

Modlitba k nebeskému Otcovi

Čo mám prosiť od teba, Otče? Nevieť...
Ale ty vieš lepšie, čo mi treba,
ty ma viac miluješ, ako ja mám rada sama seba.
Otče môj, daj to svojmu dieťaťu, o čo nevie prosiť.
Nežiadam ani radosť, ani bolesť.
Keď však prídem k tebe a pred tebou si otvorím srdce,
pohliadni na potreby, ktoré ja sama nepoznám.
Všetko urob podľa tvojho milosrdenstva.
Poraň moje srdce láskou k tebe
alebo ho uzdrav i pokor alebo ho zdvihni, keď padne.
Korím sa tvojej svätej vôli bez toho, že by som ju poznala.

Odprosujeme ťa

Za ľudskú zabudlivosť a nevďačnosť, [odprosujeme ťa!]
Za tvoju opustenosť vo svätostánku,
Za zločiny hriešnikov,
Za nenávisť bezbožníkov,
Za rúhania, ktorými ťa urážajú,
Za svätokrádeže, ktorými sa znesväcuje Sviatosť lásky,
Za neúctivosti v tvojej svätej prítomnosti,
Za zradu, ktorej si ty obeťou,
Za chladnosť väčšiny tvojich detí,
Za opovrhovanie dôkazmi tvojej svätej lásky,
Za nevernosť tých, ktorí sa prehlasujú za tvojich nepriateľov,
Za zneužívanie tvojich milostí,
Za naše vlastné nevernosti,
Za hanebnú tvrdosť nášho srdca,
Za naše dlhé váhanie milovať ťa,
Za našu zbabelosť v tvojej svätej službe,
Za tvoje dlhé čakanie pri dverách nášho srdca,
Za hanebné odmietanie, ktoré tak často skusuješ,
Za odmietanú túžbu tvojej lásky k nám,
Za odmietanú túžbu tvojho srdca po našich srdciach,

Náš Spasiteľ a Vykupiteľ, z vrúcnej povďačnosti budeme ctiť a milovať tvoje Srdce.

Modlime sa: Pane, Ježišu Kriste, náš Pán a Vykupiteľ, raz si sa so zarmúteným srdcom žaloval: „Hľadal som niekoho, čo by ma potešilo, a nenašiel som.“ Ešte aj teraz zakusuješ za svoju lásku a dobrotu od toľkých ľudí iba nevďak a chlad.

Prosíme ťa, prijmi milostivo preúbohú splátku našej povďačnosti, úcty a lásky svojho najsvätejšieho Srdca, pomáhaj nám, aby sme vždy a všade dokázali byť tebe verné a skutočne oddané deti. Amen.



Usmievaj sa!

S úsmevom trhaj ružičky bolesti,
s úsmevom rozdávaj slová...
S úsmevom pomáhaj,
s úsmevom prijímaj nespravodlivosti,
s úsmevom nes nepravdu!
S úsmevom prijímaj, keď ťa klamú,
s úsmevom kráčaj na rekreáciu!
S úsmevom zakrývaj všetko, čo ťa bolí,
s úsmevom kráčaj, i keď si veľmi smutná,
s úsmevom kráčaj ku Golgote, tam nájdeš toho, ktorý všetku lož, zlobu, faloš, klam ľudí,
poznal prv ako ty.
On teba už len necháva kráčať po vyšliapanej ceste.
Aká nevďačná by si bola, keby si sa všetkému neusmiala!

Výroky známych osobností o domove

*(Výroky môžete použiť napr. ako „darček“ na úvod či záver hodiny alebo stretnutia.
Mladí si ich „ťahajú“ z košíka, stačí si ich vytlačiť a nastrihať na malé pásiky papiera.
Môžete o nich aj diskutovať alebo ich len použiť ako motivačný citát... fantázií sa medze
nekladú ☺)*

- „Stvoril si nás pre seba a naše srdce je nespokojné, kým nespočinie v Tebe, Pane.“ **(sv. Augustín)**
- „Ak chcem niekoho získať pre kresťanstvo, nechám ho bývať vo svojom dome.“ **(sv. Cyril Alexandrijský)**
- „Aké je to len požehnanie, keď sa nájdú dobrí ľudia, pri ktorých sa tvoje srdce cíti doma.“ **(Phil Bosmans)**
- „Bez viery v Boha by to bolo tak, ako bývať v dome bez strechy alebo čítať bez svetla.“ **(Carlo Caretto)**
- „Boh je stále na ceste k nám. Musíme iba byť doma, keď príde: a pozvať ho ďalej, keď zaklope na dvere.“ **(Hermann Bahr)**
- „Boh je zdrojom našej duše, preto tá túžba po návrate domov.“ **(Dante Alighieri)**
- „Čoraz väčšmi objavujem, že každé rozhodnutie sa pre radosť mi postupne odhaľuje ďalšiu radosť a poskytuje ďalšiu príležitosť, aby som zo svojho života urobil skutočnú oslavu v dome môjho Otca.“ **(Henri J. M. Nouwen)**
- „Kam ideme? Vždy domov.“ **(Friedrich L. Novalis)**
- „Korene šťastia sa nachádzajú tam, kde našlo domov naše srdce.“ **(Jakob Ternay)**
- „Kto je vo svojom srdci doma, tomu sa všetky miesta na zemi javia rovnako dobré.“ **(Hermann Stehr)**
- „Kto si nenosí domov sám v sebe, môže ho kedykoľvek stratiť.“ **(Pavel Kosorin)**
- „Najhlbším zmyslom pohostinnosti je, že si navzájom poskytneme odpočinok na ceste do večného domova.“ **(Romano Guardini)**
- „Nebo je domov, ktorý sa buduje tu a býva sa v ňom tam.“ **(Chiara Lubichová)**
- „Nesmieme zachraňovať iba seba, do domu nášho Otca sa musíme vrátiť spoločne.“ **(Charles Péguy)**
- „Sladkosť domova nie je v pohodlí, ani v hojnosti, ale v tej tajomnej hudbe srdc, čo náležia k sebe.“ **(Martin Rázus)**



- „Boh nezabúda na moje meno. Ježiš odišiel domov k Otcovi, aby nám pripravil príbytok, a práve v tomto duchu túžia mnohí ľudia po náboženstve. Hľadajú stále prístrešie pre dušu a náboženstvo je pre nich najspoľahlivejšou formou tohto príbytku.“ **(Paul M. Zulehner)**
- „Ak meditujem o prebodnutom srdci Ukrižovaného Ježiša, tak aj vo mne toto srdce vyvoláva lásku. Pozýva ma k tomu, aby som miloval Toho, ktorý ma miloval až do konca. Prebodnuté srdce Ježišovo chce otvoriť aj naše zatvorené srdce, aby milovalo Boha tak, ako je Bohom milované. ... Otvárame svoje srdce Kristovi, aby On v ňom mohol bývať. Srdce Ježišovo je otvorené pre nás, aby sme v ňom našli svoj domov.“ **(Anselm Grün)**
- „Život je cesta, ktorá vedie domov.“ **(Herman Melville)**
- „Mať koho milovať je rodina. Mať miesto, kam ísť, je domov. Mať oboje je požehnanie.“ **(anonym)**
- Boh nie je od nás vzdialený, niekde v nedostupnom vesmíre. Príbytok si vybudoval medzi nami. V Ježišovi Kristovi sa stal jedným z nás, s telom a krvou ako máme my. **(Benedikt XVI)**

Biblické citáty

(Citáty môžete použiť ako základný text ku katechéze, alebo ako doplnujúci materiál ku aktivitám. Biblické citáty sú tiež vhodné na bibliodrámu – inscenovanie biblických situácií priamo na stretku alebo na hodine náboženstva...)

- Postavím si príbytok medzi vami a nebudem cítiť voči vám odpor, budem chodiť uprostred vás a budem vašim Bohom a vy budete mojim ľudom. **(Lv 26, 11-12)**
- Ja som ti postavil dom za príbytok, miesto, kde máš bývať naveky. **(2Krn 6, 2)**
- Vyhýbaj zlu a dobre rob a budeš mať domov naveky. **(Ž 37, 27)**
- Zaradoval som sa, keď mi povedali: "Pôjdeme do domu Pánovho." **(Ž 122, 1)**
- Rozradostím ich v svojom dome modlitby; ich celopaly, ich obety budú ľúbeznými na mojom oltári. Veď môj dom sa bude volať domom modlitby pre všetky národy! **(Iz 56, 7)**
- Môj príbytok bude nad nimi a budem ich Bohom, oni však budú mojim ľudom. **(Ez 37, 27)**
- Nech sa vám srdce nevzrušuje! Veríte v Boha, verte aj vo mňa. V dome môjho Otca je mnoho príbytkov. Keby to tak nebolo bol by som vám povedal, že vám idem pripraviť miesto?! Keď odídem a pripravím vám miesto, zasa prídem a vezmem vás k sebe, aby ste aj vy boli tam, kde som ja. **(Jn 14, 1-3)**
- Ježiš mu odpovedal: "Kto ma miluje, bude zachovávať moje slovo a môj Otec ho bude milovať; prídem k nemu a urobíme si uňho príbytok." **(Jn 14, 23)**
- Veď vieme, že keď sa tento stánok - náš pozemský dom rozpadne, máme od Boha príbytok nie rukou zhotovený, ale večný dom v nebi. **(2Kor 5, 1)**
- **Podobenstvo o márnoträtom synovi (Lk 15, 11- 32)**



Aktivita 1: U realitného makléra



Cieľ: Aktivita zameraná na sebaopoznanie a prehĺbenie vzťahov v skupine.

Poznámka pre učiteľa / animátora: Účastníkom rozďaj lístok s napísanými názvami budov, začni klásť otázky a nechaj im niekoľko minút na premýšľanie. **Hrubo písaný text** čítaj nahlas. Potom každý povie, akým domom sa cíti byť.

Úvod: Na trhu s nehnuteľnosťami je množstvo ponúk na najrôznejšie domy a budovy. Prečítaj si nasledujúcu ponuku.

Múzeum

Nedobytný hrad

Starobylý dom v pamiatkovej zóne mesta

Medovníková chalúpka

Kaviareň

Nemocnica

Garsónka

Domček s priestrannou kuchyňou

Požiarna zbrojnica

- 1) Čo myslíš, ktorý z uvedených príkladov najlepšie opisuje dom, akým si? **Zdôvodni prečo. Skús daný dom charakterizovať.** (Napr. Nedobytný hrad je pevná stavba s vysokým múrom, do ktorej nie je ľahké vstúpiť. Ak sa o to niekto pokúsi a uspeje, nájde v ňom cenné klenoty.) Polož im doplňujúce otázky: **Prečo si to myslíš? Podľa ktorých vlastností si na to prišiel? Ako sa cítiš ako takýto dom? Cítia sa iní v tomto dome príjemne? ...**
- 2) Potom sa môžeš opýtať: **Čo myslíš, ako by ťa opísali priatelia, ktorí ťa dobre poznajú?**
- 3) Následne sa opýtaj ostatných, ako daného človeka vidia, či súhlasia s jeho **vlastným opisom.** Môžu ho doplniť, prípadne zmeniť. To platí najmä pre skupinky, ktoré sa už nejaký čas poznajú.
- 4) Nakoniec môžete diskutovať o budúcnosti: **Akým domom by si chcel byť o rok? Akými krokmi sa tam dopracuješ?** Tu daj účastníkom priestor, aby opísali ideálny dom, akým by chceli byť; nemusí ísť o žiadnu z vymenovaných budov.

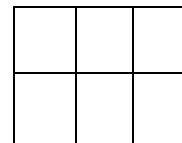


Aktivita 2: Ježiš na návšteve

Cieľ: Aktivita môže slúžiť ako diskusia, ale aj ako návod na rozjímavú modlitbu či dokonca adoráciu. Záleží iba od spôsobu prevedenia ☺. Hlavnou myšlienkou je predstava, že Ježiš prichádza na návštevu do nášho domu a prechádza jednotlivými miestnosťami. Ježiš neprichádza, aby kritizoval neporiadok, ale aby povzbudzoval, bol posilou.

Poznámka pre učiteľa/animátora: Túto aktivitu môžeš viesť ako diskusiu, ale aj ako istú formu rozjímavej modlitby. Rozdaj účastníkom čistý hárok papiera (A4) a spolu ich poskladajte tak, aby vám po rozprestretí vzniklo 6 rovnako veľkých plôch. Papier bude symbolizovať plán domu a jednotlivé časti budú symbolizovať izby. Do jednotlivých častí dopíšte názvy izieb: **Kuchyňa, obývačka, jedáleň, pracovňa, pivnica a spálňa.** Môžeš pustiť príjemnú inštrumentálnu hudbu a spolu s účastníkmi prechádzať jednotlivými miestnosťami. **Ty čítaj hrubo vytlačený text.** Po každej otázke im daj čas na zamyslenie, zapisovanie, prípadne modlitbu.

Ak ti nevyhovuje táto forma, ostaňte iba pri diskusii. Nechaj však účastníkom aj čas na premyslenie odpovedí. Otázky totiž nie sú jednoduché ☺. Po každej miestnosti sa môžete krátko modliť a odovzdať Ježišovi to, čo túžite zmeniť.



Úvod:

Predstavte si, že sa k vám ohlásil Ježiš na návštevu. Aký bude váš prvý pocit? Budete sa tešiť, alebo skôr panikáriť, pretože nemáte upratané? Vpustíte ho do každej miestnosti, alebo niektorú pred ním zatvoríte? Ježiš sa nikam nenatíska. Stojí pri dverách a klope; čaká, či mu otvoríme.

Náš život je ako dom s mnohými miestnosťami. Každá z nich predstavuje inú oblasť života. Čo by v nich Ježiš zmenil, keby sme ho do nich vpustili?

Kuchyňa

O svoj žalúdok sa staráme najlepšie, ako vieme: stravu prijímame aspoň 3-krát denne. Povedz mi, čo ješ, a ja ti poviem, kto si. Mnohí si kupujú bio potraviny, starostlivo si strážia príjem kalórií a vyhýbajú sa ťažko stráviteľným masným jedlám z fastfoodov.

Ako to vyzerá s naším vnútrom, s naším duchom? Čím ho „krmíme“? (Nechaj účastníkom chvíľku času na premýšľanie. Spýtaj sa ich, čo považujú za duchovnú stravu. Môžeš im aj pomôcť: čítanie Biblie, modlitba, sviatosti, duchovná literatúra, život v spoločenstve...)

- Ako často ho sýtiš duchovným pokrmom? Dopraješ si kvalitnú stravu alebo iba to, čo zvýšilo?
- Čo prijímaš do svojho vnútra? Aké filmy alebo seriály sleduješ, akú hudbu počúvaš, aké časopisy čítaš, aké počítačové hry hrávaš, aké webové stránky navštevuješ? Prijímaš „bio“ duchovnú stravu alebo jedy?

(Buď pripravený ponúknuť účastníkom aj alternatívy. Nestačí iba zakázať sledovať to či ono napr. zakázať nejaké kapely. Daj im tipy na kresťanské filmy, hudbu, časopisy...)

- Predstav si, že prišiel na návštevu Ježiš a vojde do tvojej kuchyne. Záleží mu na tebe a chce, aby si mal čo najlepšiu stravu. Čo myslíš, čo by ti pripísal na tvoju duchovnú jedálnu lístok? Čo by z neho vyškrtol?



Obývačka

V obývačke trávime čas s rodinou a blízkymi. Hoci rodinu tvoria nám najbližší ľudia, niekedy sú to práve oni, kto nám ide najviac na nervy, alebo koho ťažko prijímame.

- Predstav si, že k vám do obývačky príde na návštevu Ježiš, sadne si vedľa teba na gauč a poprosí ťa, aby si mu predstavil svoju rodinu. Aké dobré vlastnosti by si mohol vyzdvihnúť na každom členovi svojej rodiny? U toho, s ktorým vychádzaš najťažšie, hľadaj usilovnejšie a pokús sa pomenovať aspoň 4 dobré vlastnosti. Skús sa opýtať Ježiša, ako vidí tvoju rodinu on. Možno ťa jeho slová milo prekvapia.

Jedáleň

Jedáleň symbolizuje spoločenstvo, skupinku, v ktorej sa stretávame. Vidím ju ako miesto, kde mi vždy dajú hlavné jedlo aj dezert, alebo sa zamýšľam nad tým, čo by som na spoločný stôl mohol priniesť ja?

- Čím ma obohacuje spoločenstvo, skupinka? Čím môžem iných obohatiť ja?
- Predstav si, že Ježiš prišiel na stretko do tvojej skupinky. Ako by sa v nej cítil? Čo by si urobil, aby sa v nej cítil čo najpríjemnejšie?

(Môžeš nadhodiť myšlienku, že Ježiš v podstate na vaše stretká prichádza pravidelne a je v každom z členov skupinky. Ak chceš, aby sa Ježiš cítil na vašom stretku čo najlepšie, dohliadni na to, aby sa na ňom cítili dobre tvoji bratia a sestry, v ktorých Ježiš žije.)

- Aký konkrétny krok urobím v nasledujúcom týždni, aby som obohatil niekoho zo skupinky?

(Skúste začať brainstormingom na tému: s čím sa môžeme podeliť s inými v spoločenstve, čím ich môžeme obohatiť, potešiť? Vyzvi účastníkov ku konkrétnemu predsavzatiu na nasledujúci týždeň. Nezabudni sa nabudúce opýtať, či to splnili. Ak nejde o systematickú skupinku, ktorá sa pravidelne stretáva, môžeš túto miestnosť vynechať.)

Pracovňa / Škola – základ života

Čo myslíte, chodil Ježiš do školy? Určite áno, veď vedel čítať a vyznal sa v Písme, to znamená, že sa ho musel učiť spamäti a študovať ho. Bol Bohom, no zároveň človekom a tak ako ty a ja, aj on musel rešpektovať učiteľa a robiť si domáce úlohy, preto nám v tejto oblasti života dobre rozumie ☺.

- Škola je pre mnohých ľudí stresujúca. Čo spôsobuje najväčší stres tebe? Čo je pre teba v škole najťažšie? (písomky, vzťahy so spolužiakmi, vzťahy s učiteľmi?)
- Predstav si, že príde k tebe na návštevu Ježiš a vojde do tvojej pracovne. Povedz mu o svojom probléme, odovzdaj mu ho a popros ho, aby ti s ním pomohol. Môžeš si byť istý, že ti bude rozumieť.
- Ako pristupujem k svojim školským (pracovným) povinnostiam?
- Mohli by ľudia z môjho správania sa v škole (práci) povedať, že som kresťan?
- Keby Ježiš chodil v škole všade so mnou, páčilo by sa mu moje správanie? Čo by som na ňom mohol zmeniť?



Pivnica

Do pivnice odkladáme veci, ktoré používame iba príležitostne, alebo veci, ktoré nechceme mať na očiach. Veci, ktorým nechceme práve venovať pozornosť, alebo ktoré sme odložili na neskôr.

Niektorí ľudia si v pivnici udržiujú poriadok, pravidelne z nej vyhadzujú nepotrebné veci, iní v nej majú toľko haraburdia, že vždy keď otvoria dvere, zosype sa na nich kopa rôznych vecí. Ako to vyzerá v tvojej pivnici?

- Predstav si, že prišiel na návštevu Ježiš a vojde do tvojej pivnice. V kúte zbadá počmáranú fotku, na ktorej si s nejakým človekom. Neodložil som do kúta nejaký nevyriešený vzťah, problém, situáciu, ktorú radšej nechcem mať na očiach? Je niekto, komu by som mal/a odpustiť? Niečo, k čomu sa treba vrátiť a vyriešiť to, aby to nezačalo hniť a nenakazilo aj ostatné veci? Ako by ti s tým Ježiš mohol pomôcť? Popros ho o to a rád to urobí.
- Predstav si, že prišiel na návštevu Ježiš a vojde do tvojej pivnice. Na policičke nájde odložené kolieskové korčule, alebo starú gitaru či maliarsky stojan. Hoci ti tieto činnosti robia radosť a možno máš aj na ne talent, z nejakého dôvodu ich nerozvíjaš. Ak áno, prečo je to tak? Ktorú z takých činností vo svojom živote by si mohol oprášiť a začať sa jej intenzívnejšie venovať? Ku ktorej z nich by ťa Ježiš povzbudil?

Spálňa

Do spálne nepúšťame hocikoho; je to miesto, kde spíme, snívame a odpočívame, teda je to miesto, kde sme najzraniteľnejší a zároveň kde zo seba odhaľujeme najviac. Je to náš najvnútornejší svet.

- V spálni často mávame veľké zrkadlo, aby sme sa mohli upraviť. Je pre teba pohľad do zrkadla príjemný? Je niečo na tebe také, čo sa ti nepáči, čo nedokážeš prijať? Predstav si, že pri zrkadle s tebou stojí Ježiš: čo by ti o tejto vlastnosti, črte, časti tela... povedal? Ako ich asi vidí on?
- V spálni spíme a snívame. Ako si predstavuješ svoju budúcnosť? Aké miesto v твоjich snoch a plánoch hrá Ježiš? Čo myslíš, akú rolu by v nich chcel zohrávať?

Po diskusii môžeš účastníkov vyzvať k tomu, aby, ak chcú, pozvali Ježiša do svojho domu nasledujúcou modlitbou:

Pane Ježišu,
ďakujem ti, že klopeš na dvere môjho srdca a máš o mňa záujem. Ďakujem, že nechceš iba prichádzať na občasné návštevy, ale že chceš bývať v mojom vnútri. Otváram ti dvere svojho domu: vstúp a cíť sa v ňom doma.
Pozývam ťa, aby si vstúpil do mojej minulosti, aby si bol so mnou v prítomnosti a vládol nad mojou budúcnosťou. Vstúp aj do tmavej pivnice a miest, za ktoré sa hanbím, a ktoré som ešte nikomu neukázal. Vojdi do každej oblasti môjho života. Odovzdávam ti aj svoje sny, myšlienky a túžby. Ďakujem, že chceš pre mňa to najlepšie a že ti môžem dôverovať. Amen.



ČISTOTA – POCIT DOMOVA



Blahoslavená sestra Zdenka Schelingová

vrúčne milovala svojho Kráľa. Jej veľkou túžbou bolo, „aby ho mohla milovať tak, aby zomrela láskou“. A naozaj, láska ju viedla k tomu, že položila svoj život za záchranu iného.

Čistá, milujúca, pokorná, usmievajúca sa Zdenka sa nezľakla bolesti, utrpenia ani väzenia, lebo vedela, že „za mrakmi je jej milované Slnko“.



Sestra Zdenka sa narodila ako štedrovečerný darček (24. 12. 1916) pre oravskú rodinu Schelingovcov. V poradí bola desiatym z jedenástich detí a pokrstili ju menom Cecília. Jej rodičia, Pavol a Zuzana, boli ľudia, ktorí si ctili Boha a svedomitú prácu. Tieto hodnoty vštepovali do srdca i svojim deťom.

Malá Cecília bola obľúbeným dievčatkom doma i v škole. V časoch dozrievania sa v miestnej farnosti Krivá zoznámila s rehoľnými sestrami z Inštitútu milosrdných sestier sv. Kríža. Ich príťažlivý príklad, pastoračia pána farára i milujúce rodinné prostredie prispelo k tomu, že ako pätnásťročná sa rozhodla zasvätiť svoj život milovanému Bohu a službe bližným a nastúpila do materského domu sestier sv. Kríža. Postupne absolvovala ošetrovateľskú školu, stala sa postulankou, vstúpila do noviciátu v Podunajských Biskupiciach a prijala meno Zdenka. Pár dní po oslave svojich dvadsiatych siedmich narodenín zložila večné sľuby (28. 1. 1943). Už počas 2. svetovej vojny pracovala v rôznych nemocniciach, hlavne na röntgenologickom oddelení. Ľuďom trpiacim na rakovinu venovala zvláštnu pozornosť a starostlivosť.

Po komunistickom prevrate v Československu (v roku 1948) sa začala diskriminácia Cirkvi a prenasledovanie jej členov. Sestra Zdenka sa rozhodla za cenu vlastného života chrániť Cirkev – nevestu Pána Ježiša. Posilňovaná Božou láskou pomáhala pri dvoch útekoch kňazov z väzenia. Prvý bol čiastočne úspešný, no druhý bol pre Zdenku pascou pripravenou zo strany ŠTB. Po ňom ju ŠTB zatkla a nastalo kruté, neľudské vypočúvanie. Ani kopance, ani topenie, ani mučenie ju neprimälo vyzradiť jej „spolupáchateľov“, naopak, celý čas sa modlila za svojich trýzniteľov. Vo väzení sa správala pokojne, trpezlivo a odovzdané. Ubitá vyriekla: „Odpustenie je najväčšia vec v živote.“ Keď už bolo isté, že pre zhubný nádor na pravom prsníku jej nezostáva viac ako jeden rok života, prepustili ju na amnestiu. No ani potom sa jej zdravotný stav nezlepšoval. Zdenka niesla ponížene svoj kríž až do 31. 7. 1955, keď počas svätej omše odišla do nebeského domova. Mala tridsaťosem rokov. Jej život bol poznačený utrpením, no napriek tomu sa vždy snažila usmievať. Sama hovorila: „Usmievaj sa! S úsmevom trhaj ružičky bolesti, s úsmevom rozdávaj slová...“

Takmer štyridsať rokov sa o živote tejto sestričky mlčalo, no pred Bohom nezostáva nič skryté a 14. 9. 2003 vyhlásil Svätý Otec Ján Pavol II. Zdenku Schelingovú za blahoslavenú. Spomienku na ňu slávime 30. júla.

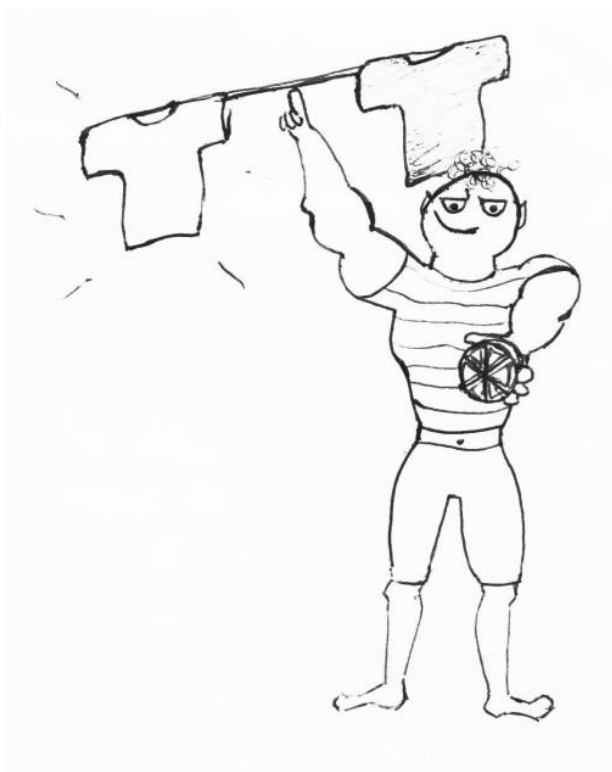
Modlitba: Blahoslavená sestra Zdenka, oroduj za nás, aby nás nič neoddelilo od Božej lásky. I v časoch ťažkých nám pomôž vidieť, že za mrakmi je naše milované Slnko! Nech naše srdcia horia obetou klášť pred naše túžby šťastie iných ľudí a tak šíriť nebeské kráľovstvo tu na zemi. Amen.



Čistič [Nr.1]



Ako zachovať bielu farbu oblečenia, alebo
Ak si cudný, tak si čudný?



*Biele oblečenie časom stráca svoju belosť a mení sa na **šedé alebo zažltnuté**, čo naozaj nevyzerá dobre. Preto by ste sa mali snažiť o to, aby Vaše biele veci vydržali krásne bielymi čo najdlhšie. Obchody sú plné prípravkov, ktoré sľubujú, že zachovajú oblečenie žiarivo biele, ale vyskúšať môžete aj domáce tipy: Namočte oblečenie **do vody s citrónovou šťavou**, nechajte na noc odmočiť a túto zmes pridajte do práčky aj pred praním.*

Pri krste sme dostali všetci bielu košielku. Naším cieľom nie je iba zachovať ju bez škvŕn, ale môžeme sa snažiť i o to, aby bola stále belšia, aby nestratila svoju žiarivú belosť. Existuje jeden prostriedok, ktorý je už takmer zabudnutý, a predsa taký potrebný. Volá sa **cudnosť**. Ten, kto je cudný, sa v dnešnej dobe môže zdať čudný. No cudnosť je krásnou hradbou našej čistoty. Cudnosť je vlastnosť, ktorá sa nebojí iba hriechu, ale aj príležitostí k nemu. Stálo by za to vrátiť sa k tejto nádhernej čnosti...



Na ceste k najvzdialenejším končinám [Nr.1]



*Pane, ty ma skúmaš a vieš o mne všetko;
ty vieš, či sedím a či stojím.
Už zďaleka vnímaš moje myšlienky.
(Ž 139, 1-2)*



Boh je pri mne tak blízko, že ma úplne pozná. Preniká, skúma, pozná ma takého, aký som. Ani malý vlások padajúci z mojej hlavy na zem mu neunikne. Až by ma malo striasť, keď si to uvedomím. On ma nepozná len zvonka, ale úplne celého. A to práve preto, že ma má rád, že túži a chce mať so mnou krásny, živý, prekypujúci vzťah.

Stojíš v duchu pred osobou, ktorú miluješ? Ako ju milovať viac? Ako ju spoznať viac? Ako ju mať ešte viac rád? Ako sa na ňu pozrieť tak, že uvidím viac, ako je na prvý pohľad zrejmé, ako je zrejmé hocikomu, kto okolo nej prejde? Ak si sa zaľúbil a túžiš milovať, a aj milovať sa s ním/ňou, vybral si sa na dlhú cestu lásky, ktorá sa začala. Nehľadaj rýchle skratky, nebuď splašený... Pomaly začni pozeráť na toho druhého tak, ako sa na neho pozerá Boh. A pomaly (aspoň sčasti) začneš milovať tak, ako ho miluje sám Boh.

**Je dobré
povedať vo vzťahu
tomu druhému
o sebe hneď a všetko?**



**Napíš si,
čo podľa teba treba vedieť o druhom človeku prv,
ako mu povieš, že ho miluješ.**