



Modlitby

(Modlitby môžete použiť na začiatok a koniec vyučovacej hodiny alebo stretka, Akatist k presvätej Bohorodičke je spomenutý aj v Liste Mareka Iskru, ktorý je základnou časťou tejto katechézy. Ponúkame vám aspoň úryvok z tejto krásnej modlitby.)

Žalm 149

Spievajte Pánovi pieseň novú;
jeho chvála nech znie v zhromaždení svätých.
Nech sa teší Izrael zo svojho Stvoriteľa,
synovia Siona nech jasajú nad svojím kráľom.
Nech oslavujú jeho meno tancom,
nech mu hrajú na bubne a na citare.
Lebo Pán miluje svoj ľud
a tichých venčí víťazstvom.
Nech svätí jasajú v sláve,
a nech sa veselia na svojich lôžkach.
Oslavu Boha nech majú na perách
a v rukách meč dvojsečný,
aby sa pomstili na pohanoch
a potrestali národy,
aby ich kráľom nasadili putá
a ich veľmožom železné okovy
a aby ich súdili podľa písaného práva.
Všetkým jeho svätým to bude na slávu.

Magnificat (Lk 1, 46-55)

Velebí moja duša Pána
a môj duch jasá v Bohu, mojom Spasiteľovi,
lebo zhládol na poníženosť svojej služobnice.
Hľa, od tejto chvíle blahoslavíť ma budú všetky pokolenia,
lebo veľké veci mi urobil ten, ktorý je mocný,
a sväté je jeho meno
a jeho milosrdenstvo z pokolenia na pokolenie
s tými, čo sa ho boja.
Ukázal silu svojho ramena,
rozptýlil tých, čo v srdci pyšne zmýšľajú.
Mocnárov zosadil z trónov
a povýšil ponížených.
Hladných nakrmil dobrotami
a bohatých prepustil naprázdno.
Ujal sa Izraela, svojho služobníka,
lebo pamätá na svoje milosrdenstvo,
ako sľúbil našim otcom,
Abrahámovi a jeho potomstvu naveky.



Akatist k presvätej Bohorodičke (úryvok)

Z neba bol poslaný archanjel, aby Matke Boha povedal: Raduj sa! - A keď videl, že ty, Pane, po jeho slovách berieš na seba ľudské telo, - v údive stál a takto ju pozdravil:

Raduj sa, lebo skrze teba k nám radosť prichádza!
Raduj sa, lebo skrze teba pomínie prekliatie!
Raduj sa, lebo si pozdvihla padnutého Adama!
Raduj sa, lebo si zotrela slzy Evine!
Raduj sa, ľudskému rozumu nepochopiteľná výšina!
Raduj sa, hlbina, ktorú nepreniknú ani oči anjelské!
Raduj sa, nádherný trón kráľovský!
Raduj sa, lebo si v živote nosila Stvoriteľa vesmíru!
Raduj sa, zornica, ktorá nám východ Slnka zvestuje!
Raduj sa, lono, v ktorom sám Boh prebýval!
Raduj sa, lebo skrze teba sa obnovuje všetko stvorenie!
Raduj sa, lebo skrze teba sa Stvoriteľovi klaniame.

Bohorodička, Panna, ty si vzorom panien a všetkých, čo ťa vzývajú a utiekajú sa k tebe. Stvoriteľ neba a zeme ťa ozdobil, Nepoškvrnená, - a prebývajúc v tvojom lone, naučil všetkých vzdávať ti slávu:

Raduj sa, pilier panenstva!
Raduj sa, brána spasenia!
Raduj sa, začiatok duchovnej obrody!
Raduj sa, prostredníčka Božích milostí!
Raduj sa, lebo obnovuješ v hriechu počatých!
Raduj sa, učiteľka sklamaných!
Raduj sa, lebo si zvodcu duší zahнала!
Raduj sa, lebo si porodila rozsievачa čistoty!
Raduj sa, palác zásnub prečistých!
Raduj sa, lebo posilňuješ duše verné Pánovi!
Raduj sa, ochrankyňa panien láskavá!
Raduj sa, nevesta, svätých duší ozdoba!

Najsvätejšia Panna, zjavuješ sa nám v temnotách ako svetelná pochodeň. - Zažíhaš duchovné svetlo a všetkých vedieš k poznaniu Boha. - Svojím leskom osvecuješ naše mysle, preto ťa ctíme a voláme:

Raduj sa, lúč duchovného slnka!
Raduj sa, žiara neuhasínajúceho svetla!
Raduj sa, blesk, čo ožaruje duše!
Raduj sa, búrka, čo deší nepriateľa!
Raduj sa, lebo si zjavila najjasnejšieho svetla záplavu!
Raduj sa, prameň rieky mohutnej!
Raduj sa, predobraz liečivého prameňa!
Raduj sa, čo škvrny hriechov umývaš!
Raduj sa, voda, v ktorej sa omýva svedomie!
Raduj sa, čaša naplnená radosťou!
Raduj sa, plnosť ľúbeznej vône Kristovej!
Raduj sa, život plný svätej radosti.

Celé znenie Akatistu nájdete tu: www.grkat.nfo.sk/Texty/akatist_bohorodicke.html



Výroky známých osobností o radosti



- Krása je nevyčerpatelný **prameň radosti** pre toho, kto ho vie odkryť. (Alexis Carrel)
- Boh nedopustí žiadnu bolesť bez toho, aby jej neposlal naproti ešte väčšiu radosť. (Jean Paul)
- To, čo príde, nikdy nemožno presne predvídať. Najväčšia radosť nás čaká vždy tam, kde sme ju najmenej čakali. (Saint-Exupéry)
- Ak vieme nájsť radosť a Božiu vôľu aj v biedach tohto sveta, sú rovnako milé ako raj. (František Saleský)
- Boh je radosť a keď sa odovzdáš Bohu, odovzdáš sa radosti. (Michael Quoist)
- Človek, ktorý miluje, letí, beží, raduje sa, je slobodný a ničím nie je sputaný. (Tomáš Kempenský)
- Duchovne vyspelý jedinec je jedincom obzvlášť milujúcim a tato neobyčajná láska mu prináša neobyčajnú radosť. (M. Scott Peck)
- Duša plná radosti ukazuje ľuďom, čo dáva Boh svojim verným. (Josef Hlouch)
- Ježiš je radosť, na ktorej máme mať podiel. (Matka Tereza)
- Keď sa tešíš, otváraš srdcia; keď nariekaš, zatváraš ich. Boh je Bohom radosti. Radosť je teda pravým postojom nábožného človeka. (František Saleský)
- Kristus zahájil novú radosť... Radosť, ktorá nachádza v kríži svoj zdroj a nádej, že neskončí ani smrťou, že bude večná. (Raniero Cantalamessa)
- Ktokoľvek zatúži po radosti, musí sa o ňu deliť, lebo šťastie sa zrodilo ako dvojča. (George Gordon Byron)
- Len cnosť poskytuje trvalú a istú radosť. (Lucius Annaeus Seneca)
- Milovať znamená radovať sa z cudzieho šťastia. (Gottfried Wilhelm Leibniz)
- Modlitba je výborný prostriedok proti smútku, lebo pozdvihuje dušu k Bohu, ktorý jediný je živou radosťou a útechou. (František Saleský)
- Mojou najlepšou obranou proti všetkým intrigám a úskokom nepriateľa je duch radosti. (František z Assisi)
- Čo robíš s radosťou, to ťa neunaví. (čínske príslovie)
- Najlepší prostriedok, ako začať každý deň dobre, je hneď po zobudení myslieť na to, či môžem aspoň jednému človekovi urobiť radosť. (Friedrich Nietzsche)
- Najlepším spôsobom, ako ukázať Bohu a ľuďom svoju vďačnosť, je prijímať všetko radostne. (Matka Tereza)
- Nie je nič krajšie a radostnejšie, ako zamestnávať naše pohľady nazeraním na Toho, kto nás tak veľmi miluje, a v ktorom je všetko dobro. (Terézia z Ávily)
- Pane, radovať sa v tebe, z teba a pre teba, to je opravdivá blaženosť, inej niet. (Augustín)
- Priateľstvo násobí radosť a delí žiaľ. (Francis Bacon)
- Prirodzenosťou človeka je hľadať radosť. (Jan Werich)
- Radosť sa stáva prejavom lásky, ak ju rozdáваме. (Ján Pavol I.)
- Radosť je znakom veľkých svätých. (Terézia z Lisieux)
- Vraj akú radosť má matka, keď sa na ňu jej dieťaťko prvý raz usmeje, takú istú radosť má Boh zakaždým, keď z neba vidí hriešnika, ako sa k nemu z celého svojho srdca modlí. (Fiodor Michajlovič Dostojevskij)



Biblické citáty súvisiace s radosťou

(Citáty môžete použiť ku modlitbe, ako základný text ku katechéze alebo ako dopĺňujúci materiál k aktivitám – na aktivitu Tajomná škatuľa)



- Môj nárek si obrátil na tanec, roztrhol si moje rúcho kajúcne a **radosťou** si ma opásal. (Ž 30, 12)
- Ty si moje útočisko, ochrániš ma pred súžením; zahrnieš ma **radosťou** zo spásy. (Ž 32, 7)
- Hľadaj **radosť** v Pánovi a dá ti, za čím túži tvoje srdce. (Ž 37, 4)
- Lebo tvoje počínanie, Pane, ma naplňa **radosťou** a plesám nad dielami tvojich rúk. (Ž 92, 5)
- Vychádza svetlo spravodlivému a **radosť** tým, čo majú srdcia úprimné. (Ž 97, 11)
- Jasaj na chválu Pánovi, celá zem, s **radosťou** slúžte Pánovi. S plesaním vstupujte pred jeho tvár. (Ž 100, 2)
- Toto je deň, ktorý učinil Pán, plesajme a **radujme sa** z neho. (Ž 118, 24)
- Keď idem cestou tvojich zákonov, mám väčšiu **radosť** ako zo všetkého bohatstva. (Ž 119, 14)
- Veľké veci urobil s nami Pán a máme z toho **radosť**. (Ž 126, 3)
- Mladík, **raduj sa** zo svojej mladosti! Nech sa ti srdce rozveseľuje v mladých dňoch! Kráčaj si cestami svojho srdca a kam ťa tvoje oči povedú. Uvedomuj si však (prítom), že za všetko si ťa Boh na súd predvolá. (Kaz 11, 9)
- Bázeň pred Pánom plní srdce slasťou, dáva veselosť a **radosť** a dlhý život. (Sir 1, 12)
- Niet bohatstva nad bohatstvo zdravého tela; a niet väčšej blaženosti nad **radosť** srdca. (Sir 30, 16)
- A v ten deň povedia: "Hľa, toto je náš Boh, v neho sme dúfali, že nás spasí! On je Pán, v neho sme dúfali, jasajme a **radujme sa** z jeho spásy! (Iz 25, 9)
- Áno, s **radosťou** vyjdete, budete vyvedení v pokoji. Vrchy a kopce prepuknú v jasot pred vami a všetky poľné stromy budú tliekať rukami. (Iz 55, 12)
- Uprostred teba je Pán, tvoj Boh, spásonosný hrdina; zajasá nad tebou od **radosti**, obnoví svoju lásku, výskať bude od plesania. (Sof 3, 17)
- Anjel im povedal: "Nebojte sa. Zvestujem vám veľkú **radosť**, ktorá bude patriť všetkým ľuďom: Dnes sa vám v Dávidovom meste narodil Spasiteľ Kristus Pán. (Lk 2, 10-11)
- Radujte sa, že sú vaše mená zapísané v nebi." (Lk 10, 20b)
- Veru, veru, hovorím vám: Vy budete plakať a nariekať, a svet sa bude radovať. Budete žiaľovať, ale váš smútok sa premení na **radosť**. (Jn 16, 20)



ČISTOTA – PRAMENŇ RADOSTI

- V nádeji sa **radujte**, v súžení buďte trpezliví, v modlitbe vytrvalí. (**Rim 12, 12**)
- Veď Božie kráľovstvo nie je jedlo a nápoj, ale spravodlivosť, pokoj a **radosť** v Duchu Svätom. (**Rim 14, 17**)
- Boh nádeje nech vás naplní všetkou **radosťou** a pokojom vo viere, aby ste v sile Ducha Svätého oplývali nádejou. (**Rim 15, 13**)
- Napokon, bratia, **radujte sa**, zdokonaľujte sa, povzbudzujte sa navzájom, rovnako zmýšľajte, žite v pokoji a Boh lásky a pokoja bude s vami. (**2 Kor 13, 11**)
- Ale ovocie Ducha je láska, **radosť**, pokoj, zhovievavosť, láskavosť, dobrota, vernosť, miernosť, zdržanlivosť. Proti tomuto zákona niet. (**Gal 5, 22-23**)
- Ustavične sa radujte v Pánovi! Opakujem: **Radujte sa!** (**Flp 4,4**)



POKLAD (hymna P15)

Hudba a text: **Sima Martausová**

Najpevnejším mostom – to sú srdcia čisté,
bijú z lásky k hosťom, sú pokladom v liste.
Najsilnejšou mašľou – to je srdce verné,
svoj poklad už našlo, hľa, blahoslavené...

**R: Voláš nás po mene, za Tebou pôjdeme,
do Tvojich rúk srdcia nesieme.**

Tiež chcem spoznať Krista, nech velí našim nohám,
keď je duša čistá, uzrie svojho Boha.
Tam, kde vchádza svetlo, odchádzajú tiene,
srdce poklad stretlo, hľa, blahoslavené...

**R: Voláš nás po mene, za Tebou pôjdeme,
do Tvojich rúk srdcia nesieme.**

Voláš nás po mene, za Tebou pôjdeme,
do Tvojich rúk všetko nesieme.