



*Hoci ešte slovo nemám ani na jazyku,
ty, Pane, už vieš, čo chcem povedať.
Obklopuješ ma spredu i zozadu
a kladieš na mňa svoju ruku. (Ž 139, 4-5)*



Drahá sestra, milý brácho,
rád vám píšem týchto pár riadkov, aj keď asi nemáte radi dlhé listy :). Predsa len sa chcem s vami podeliť s niečím, čo je pre mňa veľmi dôležité.

Verím, že ste už zažili chvíľu, keď ste mohli pri niekom v dôvere spočinúť a radosť z toho, že niekomu na vás veľmi záleží. Je to súčasť lásky a priateľstva. S nimi sú však často spojené aj veľké sklamania, ktoré bolia a zneisťujú. Vtedy sa môže zdať, že láska a priateľstvo sú iba ilúziou. Zrazu zistíme, že človek dokáže zradiť, zaprieť a ublížiť. **Má potom zmysel túžiť po vernej láske a trvalom priateľstve? Sú vôbec uskutočniteľné?**

Bol som päťročný, keď sa moji rodičia rozvádzali. Neviem, čo sa vtedy stalo. Viem len, že som tomu vôbec nerozumel. Chcel som ich vidieť spolu. Zdalo sa mi to ako najlepšia vec na svete. Ale fakt rozvodu bol neúprosný. V tom čase som začal miništrovať. Boli sme dobrá partia, mal som šťastie na dobrých kňazov a počul som od nich veľa príhovorov. Veľa som počúval, že Boh je dobrý a mocný; že chce dobro aj pre mňa. Rozhodol som sa, že sa za mojich rodičov budem denne modliť. Túžil som, aby opäť k sebe našli cestu.

Prešlo niekoľko rokov a po zábleskoch nádeje som postupne zisťoval, že je to príliš ťažká vec. Moji rodičia mali svoje svety, ktoré sa zdali už nespojiteľné. A potom sa to stalo. Boli opäť spolu. Mal som šesťnásť. Aj keď som nerozumel, ako sa to stalo, vedel som, že okrem veľkej Božej milosti bola nevyhnutne potrebná jedna vec – vzájomná vernosť mojich rodičov aj v čase rozdelenia. Počas neho ubehlo tisíce bolestivých dní ich samoty a sklamania. Možno sa tisíc ráz pýtali, aký zmysel má ich vernosť. To, že išli ďalej, však bolo aj pre mňa životne dôležité.

Keď som sa začal pripravovať na kňazstvo, stále viac som počúval o Božej vernosti v ľudských dejinách. Fascinovali ma **príbehy o Božej iniciatíve lásky** aj vtedy, keď ho človek sklamal: po prvom hriechu prisľubuje Mesiaša, po nevere posielal prorokov s pozvaním k obráteniu, odpúšťa prostitútke, vchádza do domu mýtnika, zradcu nazýva priateľom, odpúšťa v najväčšom utrpení. Jednoducho miluje bez obchodného nároku na „spätnú väzbu“. A takáto verná láska premieňa srdcia ľudí: Zachejovo, Petrovo, srdce Márie Magdalény, lotra na kríži, rímskeho stotníka.

Raz sa Ježiš svojich učeníkov spýtal: „Ak milujete tých, ktorí vás milujú, akú odmenu môžete čakať?“ (Mt 5,46). Nebola to výčitka, ale výzva. **Milovať vtedy, keď sa nám naspäť dostáva láska v rovnakej miere, je bežná ľudská túžba.** Často ju vnímame cez pocity. Ak mi je s niekým dobre a pokiaľ mi prináša nejaké dobro, mám ho rád. **Čo ale vtedy, keď sa už pri tom druhom necítim dobre?** Alebo keď mi dokonca začne ubližovať. Myslíte, že sa to môže stať? A nemáte pred tým strach?

Ktosi raz krásne povedal, že **meno lásky v čase je vernosť. Boh miluje takouto vernou láskou.** Iba pri ňom môžeme postúpiť o stupeň vyššie v chápaní lásky.



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

Keď sa muž a žena rozhodnú vstúpiť do manželstva, môžu ich k tomu viesť aj sebecké dôvody. Keď sa rozhodnú milovať toho druhého v dobrom aj zlom, v šťastí aj v nešťastí, v zdraví aj v chorobe, v porozumení aj pri nedorozumeniach, v nadšení aj v sklamaní, v hojnosti aj v biede, prosto VŽDY, vtedy sa ich manželstvo stáva znamením Božej lásky. Vernej a neúnavnej. Stáva sa sviatosťou.

Myslíte, že sa dá žiť takáto láska? Áno, ak vstúpime do školy Božej vernosti. **Vernosť dáva láske „misijný“ rozmer, rozmer zápasu o druhého človeka. Vernosť chráni lásku pred povrchnosťou.** Láskou totiž vieme nazvať aj vlastné sebecké. Milujem niekoho, ale zároveň by som chcel od neho príliš veľa, dokonca niečo, čo mi nepatrí. A keď to nedostávam, zažívam hnev a sklamanie. To nie je pravá láska. **Pravá láska miluje bez obchodovania. Aj keď to niekedy bolí.**

„Pravá láska bolí. Vždy musí bolieť,“ hovorievala Matka Tereza. **Vidieť lásku takto, na to sú potrebné čisté oči.** Oči, ktoré nevidia druhého ako objekt záujmu. Preto je čistota spojená aj so sebazáporom, s čakaním, odriekaním. To všetko je cesta k Božiemu milovaniu. K láske, ktorá nekončí, keď končí dobrý pocit. K láske, ktorá nedáva iba preto, že môže dostať späť. K láske, ktorá sa teší iba z toho, že miluje.

Pri mojej službe rodinám som veľakrát od manželov počul, že prišla chvíľa, keď si povedali, že musia ísť ďalej, aj keď je to veľmi namáhavé. **Bolesť nie je príjemná a ťažko ju vieme spájať s láskou. Ale Ježišova vernosť až na kríž nám dáva istotu, že On vie o bolestiach nášho srdca.** O všetkom, čo by sme chceli vykričať vtedy, keď láska veľmi bolí. Preto žalmista Bohu vyznáva: „*Hoci ešte slovo nemám ani na jazyku, ty, Pane, už vieš, čo chcem povedať. Obklopuješ ma spredu i zozadu a kladieš na mňa svoju ruku.*“ Dotyk Božej ruky dokáže uzdravovať a očisťovať.

Zakúsil to aj mladý kresťan, Nemec **Marcel Callo**, s ktorého životom sa môžete viac oboznámiť aj v ďalšej časti katechézy tohto mesiaca. Marcel sa vo svojich dvadsiatich rokoch veľmi zaľúbil do Marguerite, no city svojho srdca jej naplno vyjavil až po roku priateľstva. Z jeho zápiskov sa dozvedáme, že si nechcel zahrávať so srdcom dievčat. Vedel, že človek musí svoje srdce ovládať skôr, ako ho daruje druhému. Nakoniec v dráme koncentračného tábora dostal silu darovať celý svoj život. Niekoľko dní pred svojou smrťou vyznal: „**Našťastie je jeden Priateľ, ktorý ma ani na jediný okamih neopustí a ktorý ma dokáže udržať vzpriameného vo chvíľach biedy a úzkosti. S Ním sa dá zvládnuť všetko.**“

Počas mnohých kurzov prípravy na manželstvo som mal možnosť stretnúť stovky mladých ľudí, ktorí túžia po vernej láske. Som si istý, že táto túžba je aj vo vašom srdci. Ďakujem Bohu za túto skúsenosť. Je to stopa Jeho lásky v nás. V Tebe brat môj, aj v Tebe moja sestra. Aj vo mne. Preto si dokážeme rozumieť, aj keď príbehy našich pozemských rodičov môžu byť úplne rozdielne. Keď bol Marcel malý a pýtali sa ho, čím bude, zvykol odpovedať: „Budem apoštolom.“

Modlime sa, prosím, navzájom za seba, aby sme túžili byť apoštolmi Božej vernosti.

Váš starší brat
Roman Seko



Modlitby

(Modlitby môžeš použiť na začiatok a koniec vyučovacej hodiny alebo stretka, alebo priamo pri aktivitách. Táto katechéza je určená na mesiac február, ktorého súčasťou je hneď na začiatku sviatok Obetovania Pána – Deň zasvätených. V Roku zasväteného života preto ponúkame aj modlitbu za zasvätené osoby.)

porov. Žalm 92

Dobre je oslavovať Pána a ospevovať meno tvoje, Najvyšší;
za rána zvestovať tvoju dobrotu a tvoju vernosť celú noc
na desaťstrunovej harfe a na lutne, spevom a gitarou.
Lebo tvoje počínanie, Pane, ma naplňa radosťou
a plesám nad dielami tvojich rúk.
Aké veľkolepé sú tvoje diela, Pane, a aké hlboké tvoje myšlienky!
Nerozumný človek to nevie (...) no ty, Pane, si najvyšší naveky. (...)

Spravodlivý sťa palma zakvitne a vyrastie sťa céder z Libanonu.
Tí, čo vyrastajú v dome Pánovom, v nádvoríach nášho Boha budú prekvitať.
Ešte aj v starobe budú prinášať ovocie, úrodní budú a plní sviežosti;
a tak zvestujú, že Pán, moje útočisko, je spravodlivý a neprávosti v ňom niet.

Nestrácam odvahu

Ó, Bože, ukrytý vo svätostánku!
Každý večer prichádzam k tebe plná radosti,
aby som sa ti poďakovala za milosti, ktorými si ma zahrnul,
a prosila ťa úpenlivo o odpustenie hriechov,
čo som spáchala za celý deň, ktorý sa práve pominul ako sen...

Ježišu, aká by som bola šťastná, keby som ti bola vždy verná,
no, žiaľ, večer bývam často smutná, lebo cítim,
že som mohla lepšie odpovedať na tvoje milosti...

Napriek tomu nestrácam odvahu pri pohľade na svoju úbohosť
a prichádzam k tebe s dôverou, pretože si spomínam,
že „lekára nepotrebujú zdraví, ale chorí“.
Preto ťa pokorne prosím, uzdrav ma a odpusť mi...

A zajtra začnem s pomocou tvojej milosti nový život,
v ktorom bude každý okamih úkonom lásky a vďačnosti.

Takto budem večer čo večer predstupovať pred tvoj oltár,
až napokon dôjdem k poslednému večeru svojho života.
Vtedy sa pre mňa začne večný deň, v ktorom nebude súmraku.
Potom si v tvojom Božskom Srdci
odpočinem od všetkých bojov svojho srdca. Amen.
Svätá Terézia z Lisieux

Podľa **YOUCAT: Modlitby pre mladých**
(str. 155)



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

porov. Žalm 22

Bože môj, Bože môj, prečo si ma opustil?
Slová môjho náreku sú ďaleko od toho,
kto by ma zachránil.
Bože môj, volám vo dne, a nečuješ;
volám v noci, a nenachádzam pokoja.
A predsa ty si svätý,
ty tróniš na chválach Izraela.
V teba dúfali naši otcovia;
dúfali a vyslobodil si ich.
Ku tebe volali a boli spasení,
v teba dúfali a zahanbení neboli.



ROK
ZASVÄTENÉHO
ŽIVOTA

Modlitba za zasvätené osoby

Láskavý Bože,
ty si prisľúbil večný život v nebeskom kráľovstve tým,
ktorí majú **srdce čisté** a sú chudobní duchom.
Prosíme Ťa za všetkých tých, ktorí sa rozhodli zanechať všetko,
aby Ti zasvätili celý svoj život prostredníctvom rehoľných sľubov.
Nech sú svojou chudobou príkladom pre tých, čo majú nedostatok a trpia,
svojou čistotou srdca nech otvárajú zrak všetkým, čo túžia hľadiť na Božiu tvár,
a svojou poslušnosťou a verným nasledovaním evanjelia nech kráčajú k tebe,
prameňu všetkých milostí.
Skrze Krista, nášho Pána. Amen.
www.zasvatenyzivot.sk

Výroky známych osobností o vernosti

- Opravdivo niekoho milovať znamená nielen túžiť po tom, aby mu ten druhý bol verný, ale aj osobne sa zaviazat' na túto vernosť. (Jean Henri Fabre)
- Vernosť je úlohou lásky. (Viktor Frankl)
- Skutočným majetkom človeka je jeho vernosť. (Epiktetos)
- Preukázaná vernosť väčšinou opäť zaväzuje k vernosti. (Titus Livius)
- Keď niekomu vernosť spôsobuje radosť, potom je to láska. (Julie Andrewsová)
- Cirkev sa ukazuje ako verná Duchu Svätému v takej miere, v akej si nenárokuje obmedzovať ho a skrotiť... (pápež František)
- Vernosť je dielom charakteru – nerastie na lúke ani nepadá z neba. (John Erskine)
- Boh nás volá k vernosti, nie k úspechu. (Matka Tereza)
- Ako sa preverí zlato v žltom plameni ohňa, tak sa osvedčí vernosť priateľov v zlých časoch. (Ovídius)
- Láska chodí mnohými cestami, vernosť len jednou. (Johann Wolfgang von Goethe)
- Nie je nič lepšie, ako získať verného priateľa. (Publilius Syrus)



Biblické citáty súvisiace s vernosťou

(Citáty môžeš použiť k modlitbe, ako základný text ku katechéze alebo ako dopĺňajúci materiál k aktivitám.)



- Všetky cesty Pánove sú milosrdenstvo a **vernosť** pre tých, čo zachovávajú jeho zmluvu a jeho príkazy. **(Ž 25, 10)**
- Pane, tvoje milosrdenstvo siaha po nebesia a tvoja **vernosť** až k oblakom. **(Ž 36, 6)**
- Ale ja, Pane, obraciam sa modlitbou k tebe v tomto čase milosti. Vypočuj ma, Bože, pre svoju veľkú dobrotu, pre svoju **vernosť** mi pomôž. **(Ž 69, 14)**
- No ty, Pane, si Boh milosrdný a láskavý, zhovievavý, veľmi milostivý a **verný**. **(Ž 86, 15)**
- Pánovo milosrdenstvo chcem ospevovať naveky; po všetky pokolenia hlásať svojimi ústami tvoju **vernosť**. Veď ty si povedal: „Moje milosrdenstvo je ustanovené naveky.“ Tvoja **vernosť** je upevnená v nebesiach. **(Ž 89, 2-3)**
- Blažený, komu pomáha Boh Jakubov, kto sa spolieha na Pána, svojho Boha. On stvoril nebo i zem, more a všetko, čo je v ňom. On zachováva **vernosť** naveky. **(Ž 146, 5-6)**
- (Šťastný je) i bezdetný, čo nerobí nič ošklivé a nič zlé nezamýšľa proti Pánovi! Za **vernosť** dá sa mu skvelá odmena, utešený údel v chráme Pánovom. **(Múd 3, 14)**
- **Verný priateľ** je ako mocná pevnosť, kto takého nájde, nájde si poklad. **(Sir 6, 14)**
- Vták prisadne k sebe podobným a **vernosť** sa vracia k tým, ktorí ju konajú. **(Sir 27, 10)**
- Či sa neukázalo, že Abrahám bol v pokušení **verný**, a nepripočítalo sa mu to za záslužný čin? **(1 Mach 2, 52)**
- „Správne, dobrý a verný sluha; bol si **verný** nad málom, ustanovím ťa nad mnohým: vojdí do radosti svojho pána.“ **(porov. Mt 25, 21)**
- Kto je **verný** v najmenšom, je verný aj vo veľkom, a kto je nepoctivý v malom, je nepoctivý aj vo veľkom. **(Lk 16, 10)**
- Skúška, ktorá na vás dolieha je iba ľudská. **A Boh je verný**. On vás nedovolí skúšať nad vaše sily, ale so skúškou dá aj schopnosť, aby ste mohli vydržať. **(1 Kor 10, 13)**
- Ale ovocie Ducha je láska, radosť, pokoj, zhovievavosť, láskavosť, dobrota, **vernosť**, miernosť, zdržanlivosť... **(Gal 5, 22-23a)**
- Spoľahlivé je to slovo: Ak sme s ním zomreli, s ním budeme aj žiť. Ak vytrváme, s ním budeme aj kralovať. Ak ho zaprieme, aj on zaprie nás. Ak sme neverní, on ostáva **verný**, lebo seba samého zaprieť nemôže. **(2Tím 2, 11-13)**



Aktivita 1: Preventívna prehliadka

Cieľ: Aktivita má účastníkom ukázať dôležitosť spytovania svedomia.

Predpokladaná dĺžka trvania: 45 min.

Pomôcky: perá a pracovný list pre každého účastníka

Poznámky pre učiteľa/animátora: Aktivita priamo nadväzuje na List Romana Seka, ktorý je základnou časťou tejto katechény. **Hrubo písaný text** čítaj nahlas.

- 1) Na úvod prečítaj kúsok z **listu**: „Pravá láska bolí. Vždy musí bolieť,“ hovorievala Matka Tereza. Vidieť lásku takto, na to sú potrebné čisté oči. Oči, ktoré nevidia druhého ako objekt záujmu. Preto je čistota spojená aj so sebazáporom, s čakáním, odriekaním. To všetko je cesta k Božiemu milovaniu. K láske, ktorá nekončí, keď končí dobrý pocit. K láske, ktorá nedáva iba preto, že môže dostať späť. K láske, ktorá sa teší iba z toho, že miluje.
- 2) Pokračuj takto alebo podobne: **Nás často bolí kadečo, len nie láska. Každé ľudské telo je vystavené aj chorobám, nefunkčnostiam a neduhom, ktoré ho oslabujú v službe Pánovi. Takéto choroby sú prirodzené nebezpečenstvom pre každého kresťana a každú komunitu, či spoločenstvo, kongregáciu, farnosť, cirkevné hnutie.** Pápež František sa pred Vianocami prihovoril členom Rímskej kúrie a zamestnancom Svätej stolice a inšpirovaný otcami púšte, ktorí v prvých storočiach kresťanstva zostavovali katalógy nerestí, predstavil zoznam 15 druhov ochorení, ktoré môžu toto telo napadnúť. **Tak poďme na preventívnu prehliadku!** ☺
- 3) Na odľahčenie situácie sa môžeš obliecť do bieleho pláňa, príp. môžeš na stôl vybrať pomôcky ako fonendoskop, tlakomer a pod. Dôležité je, aby si vytvoril príjemnú tvorivú atmosféru, napriek tomu, že lekári naháňajú strach. ☺
- 4) Rozdaj účastníkom pracovné listy. Budú do nich k jednotlivým otázkam zaznačovať svoje odpovede. Keďže na mnohé otázky sa nedá odpovedať jednoznačne „ÁNO“ alebo „NIE“, ponúkame 5-stupňovú škálu.

ÁNO	■	□	□	□	□	NIE	znamená	áno
ÁNO	□	■	□	□	□	NIE	znamená	skôr áno
ÁNO	□	□	■	□	□	NIE	znamená	neviem
ÁNO	□	□	□	■	□	NIE	znamená	skôr nie
ÁNO	□	□	□	□	■	NIE	znamená	nie
- 5) Spolu si prečítajte popis ochorenia/diagnózy. Hneď za názvom ochorenia ponúkame krátky vysvetľujúci text, písaný kurzívou. Uisti sa, či všetci porozumeli, o aké ochorenie ide, prípadne ho viac objasni a nechaj ich zaznačiť odpovede na tri otázky.
- 6) Po vyplnení pracovných listov môžete ešte chvíľu diskutovať, či im niektorá z chorôb vážne hrozí, resp. či sú voči niektorej zatiaľ imúnni. Pochopiteľne – nikoho nenúť na odpoveď – platí „Zákon o ochrane údajov pacienta“ ☺. No podelenie sa s prežívaním nejakej z chorôb môže pomôcť aj iným... Neboj sa „dohrať“ aktivitu v lekárskej symbolike. Možno budú čakať vyhodnotenie. Vysvetli im, že išlo o spytovanie svedomia a každý sa musí vyhodnotiť sám. Upozorni ich, že preventívne prehliadky (spytovanie svedomia) sú nesmierne dôležité. Vyzvi ich, aby si doma pozorne preštudovali predpísané „odporúčané lieky“ (trebný citát zo Svätého písma)... nie len zbežne ako obyčajné príbalové letáky k liekom! ☺ Môžeš ich vyzvať, aby so svojou chorobou zašli priamo do ambulancie, t.j. na svätú spoveď.
- 7) Na záver sa môžete spolu pomodliť k našej nebeskej Mame, lebo mamy sú najlepšie lekárky svojich detí...

Modlitba na záver: Mária, Božia Matka a Matka Cirkvi, vypros nám uzdravenie rán hriechu, ktoré každý z nás nosí vo svojom srdci. Nauč nás milovať Cirkev tak, ako ju miloval tvoj syn Ježiš. Vypros nám u neho odvahu uznať sa za hriešnikov a za tých, čo potrebujú jeho milosrdenstvo. Mária, chceme bez strachu odovzdať našu ruku do tvojich materských rúk. Pomôž nám!



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

1. NESMRTELNOST - choroba bohatého „pochábla“ z evanjelia, ktorý sa domnieval, že bude tu na zemi žiť večne (porov. Lk 12, 13-21), ako aj tých, ktorí sa menia na vládcov a cítia sa nadradení nad všetkými, namiesto toho, aby slúžili všetkým. Cintoríny sú plné nesmrteľných, imúnnych a nenahraditeľných osôb...

Myslím si o sebe, že som nenahraditeľný?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Viem prijať iný názor?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Viem prijať kritiku?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Odporúčaná liek: (Lk 17, 7-10) „Sme neužitoční sluhovia...“

2. MARTIZMUS - (podľa biblickej Marty) je choroba prehnanej činnosti, čiže tých, ktorí sa pohrúžia do práce, zabúdajúc pritom na „lepší podiel“ - sadnúť si k Ježišovým nohám (porov. Lk 10, 38-42). Kvôli tomu Ježiš volal svojich učeníkov, aby si trochu oddýchli (porov. Mk 6, 31), pretože zanedbávanie potrebného odpočinku vedie k stresu a nepokoju. Čas oddychu pre toho, ktorý završil svoje poslanie, je potrebný, povinný a má sa prežívať seriózne.

Nájdem si čas na oddych, najmä počas sviatočných dní?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Dokážem „nepracovať“ a mať čas pre príbuzných?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Využívam zmysluplne svoj voľný čas?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Odporúčaná liek: (Kaz 3, 1-15) „Všetko má svoj čas a svoju chvíľu...“

3. KAMENNÉ SRDCE - choroba mentálnej a duchovnej skamenelosti, čiže choroba tých, ktorí majú srdce z kameňa a „tvrdú šiju“ (porov. Sk 7,51 - 60). Je to choroba tých, ktorí počas cesty strácajú vnútornú vyrovnanosť, živosť a odvahu, a skrývajú sa za papiere, a tak sa z nich stanú výkonné stroje a nie Boží ľudia.

Som citlivý na potreby druhých?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Viem plakať s plačúcimi?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Dokážem sa zriekať a darovať sa?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Odporúčaná liek: (Flp 2, 5-11) „Zmýšľajte tak ako Kristus Ježiš...“

4. PERFEKCIONIZMUS - choroba prehnaneho plánovania, teda tých, ktorí plánujú všetko a dopodrobna a veria, že len vďaka dokonalému naplánovaniu veci účinne napredujú. Všetko dobre nachystať je dôležité, avšak bez toho, aby sme upadli do pokušenia uzavrieť a ovládať slobodu Ducha Svätého, ktorá zostáva vždy väčšia, než každé ľudské plánovanie. „Duch Svätý je sviežosť, fantázia a novosť!“ (Homília pápeža Františka 30. 11. 2014 v Turecku.)

Všímam si popri detailoch blízkeho vedľa mňa?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Spolieham sa len na svoje sily?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Prosím Ducha Svätého o pomoc, svetlo a tvorivosť?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Odporúčaná liek: (Jn 3,8) „Vietor veje kam chce...“

5. DISHARMÓNIA - choroba zlej koordinácie. Nastáva vtedy, keď sa spomedzi členov vytráti jednota a telo príde o svoju harmonickú funkčnosť a vyváženosť, stanúc sa tak orchestrom, ktorý neladí, ale vytvára hluk, pretože jeho časti nespokupujú a neprežívajú ducha spoločenstva a tímu.

Presadzujem v spoločenstve iba seba a svoje nápady?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Viem spolupracovať aj s tými, ktorí sú mi nesympaticí?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Snažím sa o obnovenie jednoty v spoločenstve?

ÁNO ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ NIE

Odporúčaná liek: (1 Kor 12, 12-31) „Telo nie je jeden úd, ale mnoho údov...“



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

6. DUCHOVNÝ ALZHEIMER – choroba tých, ktorí zabúdajú na „osobné dejiny spásy“, na „prvú lásku“. Ide o postupný pokles duchovných schopností, ktorý vo väčších či menších časových intervaloch spôsobuje človeku vážny hendikep tým, že z neho robí neschopného vykonávať akúkoľvek činnosť a zapríčiňuje, že žije v stave úplnej závislosti na svojich často nereálnych názoroch.

Pamätám si na svoje stretnutie s Pánom?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Sú v mojom duchovnom živote dôležité iba emócie?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Som zamotaný v sebe a zabúdam na Boha?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE

Odporúčany liek: (Jn 1, 35-39) „Učiteľ, kde bývaš?“ Odpovedal im: „Poďte a uvidíte!“

7. RIVALITA - choroba márnej slávy (porov. Evangelii gaudium, 95-96). Prejavuje sa vtedy, keď sa vonkajší výzor, farby šiat a čestné uznania stanú prvotným zmyslom života. Je to choroba, ktorá nás privádza k tomu, že sa stávame falošnými.

Túžim byť vždy v centre pozornosti?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Potrpím si na uznaní, ocenení a vďaके?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Konám svoje skutky kvôli obdivu?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE

Odporúčany liek: (Flp 2, 1-4) „... v pokore pokladajte jeden druhého za vyššieho...“

8. SCHIZOFRÉNIA - choroba tých, ktorí žijú dvojité život. Na jednej strane evanjelizácia, popri ktorej si vytvárajú „paralelný svet“, kde dajú bokom všetko, čo striktné učia ostatných a začnú žiť skrytý a neraz nezriadený život.

Žijem inak medzi kamarátmi a inak v rodine?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Som kresťanom celý deň?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Nosím masky?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE

Odporúčany liek: (Lk 15, 11-32) „... bol mŕtvy a ožil, bol stratený a našiel sa.“

9. KLEBETY - choroba klebetenia, ohovárania a tárania. Vážna choroba, ktorá sa začína jednoducho, snáď iba kvôli prehodeniu reči, zmocní sa celého človeka a urobí z neho „rozsievajúcu kúkoľ“, a v mnohých prípadoch chladnokrvne zabíja dobrú povest vlastných kolegov a priateľov. Je to choroba podlých ľudí, ktorí, keďže nemajú odvahu hovoriť priamo, hovoria poza chrbát.

Hovorím o ľuďoch poza ich chrbát?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Rozprávam často o chybách iných?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Hanbím sa za svoju vieru?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE

Odporúčany liek: (Flp 2, 14-18) „Všetko robte bez šomrania a pochybovania, ...“

10. GLORIFIKÁCIA - choroba zbožšťovania šéfov. Je chorobou tých, ktorí sa líškajú nadriadeným v nádeji, že dosiahnu ich pozornosť. Sú to obeť karierizmu a prospechárstva, uctievať si ľudí a nie Boha.

Hovorím vždy pravdu s láskou a úctou?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Používam pretváрку voči svojim nadriadeným?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Donášam na iných?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE

Odporúčany liek: (Mt 23, 8-12) „... kto je medzi vami najväčší, bude vašim služobníkom.“



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

11. LAHOSTAJNOSŤ - choroba ľahostajnosti voči ostatným sa šíri vtedy, keď každý myslí iba na seba a stráca nefalšovanosť a vľúdnosť v medziľudských vzťahoch.

Viem sa úprimne tešiť z úspechu druhého?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Viem pochváliť a poďakovať?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Viem sa podeliť s radou alebo nápadom s inými?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Odporúčany liek: (Sk 2, 42-47) „... všetci, čo uverili, boli pospolu a všetko mali spoločné.“							

12. STERILNÝ PESIMIZMUS – choroba vážnosti a smútočnej tváre. Choroba nevrlých a zachmúrených osôb, ktoré sa správajú k iným prísne, tvrdo a arogantne. Srdce plné Boha je, naopak, šťastné srdce, ktoré vyžaruje a „nakazí“ radosťou všetkých, ktorí sú vôkol neho.

Viem odovzdávať radosť, kdekoľvek sa nachádzam?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Viem sa zasmiať sám na sebe?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Viem aj v ťažkostiach upriamiť pohľad na nebo?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Odporúčany liek: (Flp 4, 4-8) „Ustavične sa radujte v Pánovi. Opakujem: Radujte sa!...“							

13. KUMULÁCIA - choroba hromadenia, choroba tých, ktorí sa usilujú naplniť prázdnotu vo svojom srdci hromadením materiálnych dobier nie preto, že ich potrebujú, ale aby sa cítili v bezpečí. V skutočnosti si nič hmotné so sebou nemôžeme odniesť a všetky naše pozemské poklady nemôžu nikdy vyplniť to prázdno... Hromadenie iba zaťažuje a spomaľuje cestu!

Som naviazaný na svoj majetok a túžim mať stále viac?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Dokážem svoje veci požičať?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Som ochotný z toho, čo mám, aj niečo darovať?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Odporúčany liek: (Zjv 3, 17-19) „... Buď teda horlivý a rob pokánie.“							

14. RAKOVINA UZAVRETOSTI - choroba uzavretých kruhov, kde sa príslušnosť ku skupinke stáva silnejšou, než k celému telu, a v niektorých situáciách silnejšou, než k samému Kristovi. Aj táto choroba vždy začína s dobrými úmyslami, ale postupom času zotročuje členov a stáva sa rakovinou, ktorá ohrozuje súlad v tele a zapríčiňuje veľa pohoršení.

Žijem v uzavretej skupinke bez záujmu o okolie?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Som ochotný vidieť Boha v každom človeku?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Myslím si, že moja skupinka robí veci najlepšie?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Odporúčany liek: (Lk 11, 14-20) „... Každé kráľovstvo vnútorne rozdelené spustne...“							

15. EXHIBICIONIZMUS - choroba predvádzania sa. Choroba tých, ktorí zmenia svoju službu na moc a svoju moc na obchod, aby dosiahli svetské výhody a ešte viac moci. Za týmto účelom sú schopní klamať, osočovať a diskreditovať ostatných, dokonca i v médiách.

Predváždam sa pred okolím svojimi schopnosťami?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Klamem?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Mám sklon manipulovať s druhými?	ÁNO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NIE
Odporúčany liek: (Mt 6, 16-18) „... A tvoj Otec ťa odmení, lebo on vidí aj v skrytosti.“							

Spracované podľa príhovoru pápeža Františka pre členov Rímskej kúrie a zamestnancov Svätej stolice; Vatikán 22. 12. 2014. [Originálny text pápežovho príhovoru nájdete tu.](#)



Aktivita 2: List so zámkom

Cieľ: Aktivita má účastníkom ponúknuť priestor, aby vyjadrili lásku k Bohu ako odpoveď na jeho lásku a vernosť voči nám.

Predpokladaná dĺžka trvania: 60 – 90 min. (v závislosti od variantu A/B)

Pomôcky:

- Vytlačený ľúbostný list pre každého účastníka (zvlášť pre dievčatá/pre chlapcov);
- papier a pero pre každého účastníka;
- visiaci zámok s dvoma kľúčikmi pre každého účastníka (variant B);
- škatuľka na odhodené kľúčiky (variant B);
- baterka (variant B);
- CD s príjemnou inštrumentálnou hudbou (nepovinné, ale poteší ☺).

Poznámky pre učiteľa/animátora: Táto aktivita sa dá zrealizovať v rôznych obmenách. Ponúkame dva základné varianty. **Variant A** obsahuje len aktivitu s listami. **Variant B** pokračuje aktivitou so zámkami a kľúčikmi. Na tú je potrebné, aby mal každý účastník visiaci zámok a k nemu dva kľúčiky. Aby táto aktivita finančne úplne nevyšľavila ☺ a zároveň, aby si mohol účastníkom zdôrazniť, že do vzťahov – aj do vzťahu s Bohom – treba „investovať“, vopred ich môžeš poprosiť, aby si na stretko priniesli 1 – 2 €. Závisí od toho, za akú cenu sa ti podarí zohnať visiace zámky. Príp. ich môžeš poprosiť, aby si doniesli svoje vlastné zámky. Je ale vždy dobré mať nejaké v zálohe... ☺ **Hrubo písaný text** čítaj nahlas.

Variant A:

- 1) Každému účastníkovi zo skupinky vytlač priložený ľúbostný list od Boha. Tvorivosti sa medze nekladú: každému môžeš špeciálne vyrobiť (vymaľovať) obálku s menom... Aj so spôsobom doručenia sa môžeš do sýtosti vyhrať (listy môžeš „náhodou“ objaviť niekde v miestnosti, pred dverami, za oknom...). Listy rozďaj účastníkom a daj im čas, aby si ho prečítali. Je vhodné pustiť v pozadí príjemnú kresťanskú hudbu.
- 2) Ponúkni im perá a papiere (môžeš pripraviť pekný listový papier). Účastníkom nechaj dostatočný čas na to, aby Bohu napísali svoju odpoveď (15 – 20 min.). Ak v miestnosti nemáte stôl, bude fajn, ak prinesieš podložky alebo niečo, čo by slúžilo ako podložka pri písaní listu. Ak chceš šetriť papierom, môžu účastníci svoju odpoveď písať na druhú stranu listu, ktorý dostali.
- 3) Písanie listu môžeš uviesť napríklad takto: „Boh každého z nás miluje bezpodmienečnou a osobnou láskou a pozýva nás do osobného vzťahu s ním. Možno ste mu ešte nikdy neodpovedali na jeho vyznanie lásky, možno ste mu ešte nikdy nepovedali, že ho ľúbite a chcete s ním žiť navždy. Ale možno ste to urobili už mnohokrát a možno mu to opakujete každý deň. Myslím si však, že keď niečo napíšeme na papier, naše slová získavajú väčšiu váhu. Rozdávam vám listové papiere a budete mať čas napísať Ježišovi list ako odpoveď na jeho vyznanie vám. Forma aj obsah je len a len na vás. List nebude čítať nikto – iba jeho adresát.“
- 4) Vysvetli im, aby si listy uchovali na dobre stráženom mieste a občas sa k nim vrátili. Stretko môžete ukončiť krátkou spoločnou modlitbou, alebo modlitbou zloženou z biblických citátov, ktorú nájdeš na ďalšej strane pri variante B.



Variant B: body 1) až 3) sú rovnaké ako pri variante A

- 4) Po dopísaní listov sa spoločne ako skupinka vyberte na miesto, kde umiestnite svoje zámky. Vyzvi ich, aby si listy odložili a doma uchovali na dobre stráženom mieste. Vyber také miesto, kde tradícia vešania zámkov už začala, alebo miesto, kde túto tradíciu môžete založiť ☺. Neodporúčame plot pri kostole či fare ☺. Najvhodnejším by bolo mostné zábradlie. S výberom miesta buď veľmi citlivý. Nesmie dôjsť k poškodeniu majetku alebo k nejednote vo vašom meste, či farnosti.



- 5) Každý účastník dostane zámok a k nemu dva kľúčiky. To, čo bude nasledovať, môžeš uviesť napr. takto: „Určite ste videli nejaký romantický film, v ktorom dvaja zaľúbenci pripnú visiaci zámok o zábradlie, zamknú ho a kľúčik odhodia do rieky. Alebo ste sa s takýmito tajomne pripnutými zámkami stretli na najrôznejších miestach. Aj my sme dnes večer prijali Božie vyznanie lásky a mali sme možnosť naň reagovať. Tento večer môžeme spolu zavrieť modlitbou a symbolicky ukázať Bohu i svetu, že to s Ježišom myslíme vážne.“
- 6) Teraz sa môžete spoločne pomodliť túto modlitbu, „poskladanú“ z biblických veršov. Každý z účastníkov môže prečítať časť z nej, aby sa mohli všetci zapojiť. (Ak dané miesto nie je osvetlené pouličnou lampou, zide sa vám baterka. ☺)

Otec, ďakujeme ti za dokonalú lásku, ktorou nás miluješ. (1Jn 4, 10) Ďakujeme ti, že si každého z nás utvoril tak zázračne a že nad nami každý deň bdieš. (Ž 139, 2.14) Ďakujem ti, že si dal svojho Syna, aby sme nezahynuli, ale mali večný život. (Jn 3, 16) Otče, milujeme Ťa. Ty si naša sila, opora, útočisko a náš osloboditeľ. (Ž 18, 2-3) Vyznávame, že ty si náš Pán, bez teba nemôžeme byť šťastní. (Ž 16, 2) Veď nás vo svojej pravde a uč nás. (Ž 25, 5) Chceme žiť pre teba každý deň a byť ti verní!

Ježiš, ďakujeme ti, že nás nesúdiš pre naše pády, ale dávaš vždy druhú šancu. (Jn 8, 11) Ďakujeme ti, že si za nás zomrel. Nik neprejaví väčšiu lásku, než ten, kto je ochotný položiť život za niekoho iného. (Jn 15, 13) Ďakujeme ti, že tým, ako si žil na zemi, ukázal si nám Otcovo srdce, ktoré je otvorené pre každého z nás. (Jn 8, 28) Ježiš, ty si náš Boh a Pán, ty poznáš naše krehké srdcia a vieš, že Ťa milujeme najlepšie, ako to dokážeme. (Jn 21, 15) Ježiš, daj, aby sme nikdy nestratili prvotnú lásku, ale po celý život Ťa horlivo milovali. (Zjv 2, 4) Chceme každý deň vziať na plecia tvoje jarmo, pretože s tebou to bude ľahké a príjemné. (Mt 11, 30)

Duchu Svätý, ďakujeme ti, že prebývaš v nás a z našich srdiec si si postavil chrám. (1Kor 3, 16) Ďakujeme ti, že si naším Tešiteľom, ktorý s nami ostáva naveky. (Jn 14, 16) Ďakujeme, že v nás prinášaš bohaté ovocie lásky, radosti, pokoja, zhovievavosti, láskavosti, dobroty, vernosti, miernosti a zdržanlivosti. (Gal 5, 22-23) Duchu Svätý, naplň nás a daj nám silu byť každý deň Ježišovými svedkami. (Sk 1, 8) Chceme ti povedať, že Ťa potrebujeme a túžime žiť tak, aby sme Ťa nezarmucovali. (Ef 4, 30) Posilňuj nás, aby sme dokázali žiť tak, ako žil Ježiš. Amen.



- 7) Teraz prichádza na rad zamykanie zámkov. Vysvetli účastníkom, ako je to s dvomi kľúčikmi: „Každý máte zámok a dva kľúčiky. Jeden kľúčik symbolizuje Božie rozhodnutie a druhý vaše. Teraz môžete pripnúť zámok o zábradlie a jeden kľúčik zahodiť. (Nie do prírody! Môžeš mať nachystanú malú škatuľku na „zahodené“ kľúče.) Boh sa totiž pre vzťah s tebou aj so mnou rozhodol s definitívnou platnosťou – sľúbil, že z neho nikdy nevycúva, nikdy nebude chcieť zámok odomknúť a svoj záväzok odvolať, preto sme „jeho“ kľúčik zahodili. Druhý kľúčik – ten váš – si môžete spolu s listom odložiť na vašom tajnom mieste, aby vám každý deň pripomínal vaše rozhodnutie. Váš kľúčik je zároveň symbolom slobody, ktorú nám Boh dáva. On nás do vzťahu nenúti, ale pozýva a dáva nám možnosť každý deň sa rozhodnúť, či chceme žiť s ním alebo nie. Ak chcete, môžete aj nahlas vyjadriť svoju túžbu žiť s Bohom.“ (Toto môže byť veľmi silný okamih, keď účastníci svojimi slovami vyjadria, čo cítia k Bohu, a že sa zaväzujú byť mu verní. Ak ich chceš povzbudiť k odvahe, začni prvý. ☺)
Stretko môžete ukončiť krátkou spoločnou modlitbou a skočiť niekam na čaj...

List pre dievča

Milovaná dcéra,
nekonečne ťa milujem. Ešte skôr, než som stvoril svet, myslel som na teba, premýšľal som o tvojom živote a nesmierne som sa tešil, keď si sa narodila. Poznám ťa po mene a viem o všetkom, čo máš v srdci; dokonca aj o tom, čo si ešte sama neuvedomuješ. Tvoje meno som si vryl do dlaní, aby som ho mal stále na očiach. Vložil som do teba mnoho darov a talentov, aby si ich postupne odhaľovala a obohacovala nimi tento svet. Starostlivo som ťa utvoril a vždy, keď sa na teba pozriem, jasám radosťou. Si krásna! Určil som ti na zemi špeciálnu úlohu. Si pre mňa vzácna a máš miesto, na ktorom ťa nezastúpi nik iný.

Viem aj o všetkých nepríjemných situáciách, ktoré sa ti v živote stali a chcem, aby si vedela, že v každej chvíli som bol pri tebe. Nikdy, nikdy som na teba nezabudol a nikdy ani nezabudnem. Si pre mňa vzácna ako perla pre obchodníka, ktorý všetko predal, aby ju získal. Aby som ťa získal, moja krásna perla, dal som všetko, čo som mal – svojho Syna. Chcem, aby si vedela, ako veľmi mi na tebe záleží.

Každé ráno bdiem pri tvojej posteli a čakám, kedy sa prebудиš, aby sme mohli spoločne vykročiť do dňa, ktorý som pre teba namaľoval pestrofarebnými farbami. Túžim, aby sa náš vzťah prehlboval, aby si čoraz viac chápala moju lásku a jej prejavy videla všade okolo seba. Chcem ti pomôcť prekonávať prekážky, ktoré brzdia náš vzťah a chcú ti zabrániť prežívať moju lásku.

Pozývam ťa do dobrodružstva nechať sa mnou naplno, bezpodmienečne a dokonale milovať.

Tvoj milujúci Otec

List pre chlapca

Môj milovaný syn,
nekonečne ťa milujem. Ešte skôr, než som stvoril svet, myslel som na teba, premýšľal som o tvojom živote a nesmierne som sa tešil, keď si sa narodil. Poznám ťa po mene a viem o všetkom, čo máš v srdci; dokonca aj o tom, čo si ešte sám neuvedomuješ. Tvoje meno som si vryl do dlaní, aby som ho mal stále na očiach. Vložil som do teba mnoho darov a talentov, aby si ich postupne odhaľoval a obohacoval nimi tento svet. Starostlivo som ťa utvoril a vždy, keď sa na teba pozriem, jasám radosťou. Si úžasný! Určil som ti na zemi špeciálnu úlohu, v ktorej ťa nezastúpi nik iný.

Viem aj o všetkých nepríjemných situáciách, ktoré sa ti v živote stali a chcem, aby si vedel, že v každej chvíli som bol pri tebe. Nikdy som ťa neopustil a nikdy na teba nezabudnem. Máš pre mňa obrovskú hodnotu. Tak veľmi som túžil získať tvoje srdce, že som obetoval všetko, čo som mal – svojho Syna. Chcem, aby si vedel, ako veľmi mi na tebe záleží.

Každé ráno bdiem pri tvojej posteli a čakám, kedy sa prebудиš, aby sme mohli spoločne vykročiť do dňa, ktorý som pre teba pripravil. Túžim, aby sa náš vzťah prehlboval, aby si čoraz viac chápal moju lásku a jej prejavy videl všade okolo seba. Chcem ti pomôcť prekonávať prekážky, ktoré brzdia náš vzťah a chcú ti zabrániť prežívať moju lásku.

Pozývam ťa do dobrodružstva nechať sa mnou naplno, bezpodmienečne a dokonale milovať.

Tvoj milujúci Otec



Aktivita 3: Moja vernosť/Božia vernosť



Cieľ: Zamyslieť sa nad tým, čo je vernosť a prečo je v našich životoch taká potrebná. Premyslieť si, ako sa v čnosti vernosti môžeme aj my sami zdokonaľovať a pokúsiť sa to aj v praxi uskutočniť. Pripomenúť si, v čom sa v dejinách spásy aj v našich životoch doteraz prejavila Božia vernosť a zamyslieť sa aj nad tým, či sme my sami Bohu verní a v čom konkrétne sa nám to nedarí. Nakoniec v modlitbe odprosiť za chvíle, keď sa nám s vernosťou voči Bohu nedarilo a ďakovať mu za jeho vernosť.

Predpokladaná dĺžka trvania: 30+40 min.

Pomôcky:

- Papiere (na jedného účastníka 2) a písacie potreby;
- vytlačené modlitby z katechézy;
- **štyri obrázky alebo predmety:** karabínka, malé závažie (napr. zo starých kuchynských váh), stupne víťazov (najjednoduchšie je vytlačiť si fotku športovcov pri udeľovaní ocenení, ktorí stoja na stupni víťazov; ale môžeš si ich aj vyrobiť zo zápalkových škatuliek), ľubovoľné ovocie. Alebo môžeš všetky predmety nakresliť...

Poznámky pre učiteľa/animátora: Aktivita je rozdelená do dvoch častí; nemusíš ju s účastníkmi uskutočniť celú naraz. Pokojne sa dá rozdeliť na dve vyučovacie hodiny alebo dve stretnutia. **Hrubo písaný text** čítaj nahlas.

Prvá časť:

- 1) Polož do stredu medzi účastníkov 4 predmety/obrázky a spýtaj sa ich, čo majú spoločné. Po chvíli kreatívnych aj bizarných nápadov ☺ im prezrad' odpoveď: **vernosť**. (Možno budeš milo prekvapený, že na to niekto príde sám...)



- 2) Na úvod sa mladých spýtaj, ako oni vnímajú vernosť: **V akých oblastiach nášho života môžeme hovoriť o vernosti?** (Byť verný nejakej myšlienke, verný svojim povinnostiam v práci, verný pri dodržaní podmienok nejakej zmluvy, vernosť manželskému partnerovi...) **Je pre vás vernosť dôležitá hodnota? Čo robíte pre to, aby ste sa učili byť verní, aby ste na to mali silu? Aký to má pre nás ľudí prínos, keď vieme, že je nám niekto verný (spoľahlivý)? Ako by ste zadefinovali vernosť?** Ved' ich k niečomu v zmysle: Zotrvať pri nejakom rozhodnutí, splniť nejaký záväzok – a to napriek prekážkam, ktoré prídu, aj keď sa nám nechce, keď máme pocit, že kvôli nášmu vlastnému šťastiu byť v danej veci verný už nemá zmysel.
- 3) Spýtaj sa ich, aké vlastnosti vernosti by mohli symbolicky vyjadrovať štyri predmety (pri ovoci sa vyhni samotnému slovu „ovocie“, radšej použi meno konkrétneho druhu, lebo „ovocie“ je odpoveď). Opäť ich chvíľu nechaj potrápiť si hlavy ☺. Keď povedia svoje tipy a ich odôvodnenia, poďakuj sa za všetky odpovede (mladí určite objavajú aj iné významy symbolov, ako sú v tejto aktivite uvedené), ale viac ich nekomentuj. Prečítaj (alebo ešte lepšie – prerozprávaj) k jednotlivým predmetom komentár:



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

Karabínka: *Vernosť je nevyhnutným predpokladom dôvery.* A tá je nevyhnutná pri každej spolupráci. Byť verný sľubu, ktorý som dal, aj keď sa mi možno práve nechce alebo mi to nevyhovuje. Ak by sa niekoľkí ľudia dohodli, že idú vyliezť na vysokú skalú, každý z nich si musí plniť svoju úlohu v tíme, aby sa výstup podaril. A musia si „bezhranične“ dôverovať... Ak by si niektorý z horolezcov v istej chvíli povedal, že on už ostatných istiť nebude, boli by ohrození a mohlo by dôjsť k nehode. Neschopnosť dodržať záväzok komplikuje život niekomu inému, pričom on sám si za to nemôže. (Zaujímavosťou je, že slová „vernosť“ a „dôvera“ majú v sebe rovnaký základ „ver“.)

Stupne víťazov: *Vernosť je vecou priorít.* Ťažko budeme niekomu alebo niečomu verní, ak sme ochotní uprednostniť pre svoje pohodlie niečo iné. Napr. sotva budeme verným priateľom niekomu, kto pre nás málo znamená – ak bude potrebovať našu pomoc, my možno dáme prednosť človeku, s ktorým sa v danej chvíli cítime lepšie.

Závažie: *Byť niekomu či niečomu verný nás vždy niečo stojí a má svoju váhu.* Preto je vernosť cnosťou – vždy so sebou prináša istú námahu a potrebujeme trénovať svoj charakter, aby sme túto námahu vedeli zniesť. Byť verný vyžaduje zodpovednosť, aj keď ide len o vernosť v maličkostiach. A tiež použitie rozumu a vôle: ak sme sa raz rozhodli, že budeme verní nejakému človeku či myšlienke, nemôžeme rozhodnutie zmeniť na základe situačných emócií, ale vôľou sa rozhodnúť zotrvať v tom, k čomu sme sa zaviazali.

Ovocie: *Vernosť vždy prináša svoje ovocie.* Ak sa rozhodneme venovať nejakej záľube (kresleniu, hre na hudobný nástroj a pod.), možno sa často budeme musieť premáhať, aby sme sa jej venovali poctivo a pravidelne. Skôr či neskôr sa to však oplatí – nadobudneme užitočnú schopnosť, ktorú sme predtým nemali. A neplatí to len vo vernosti nejakej neživej veci, ale aj vo vzťahoch. Naša vernosť vo vzťahu s inou osobou je dobrom pre ňu a jej vernosť zas dobrom pre nás. A spolu vybudujeme priateľstvo či manželstvo, ktoré pretrvá aj v ťažkých chvíľach.

- 4) *Keď skončíš, zhrň tieto štyri vlastnosti vernosti a spýtaj sa mladých, čo ich oslovilo; či si niektorú z vymenovaných vecí uvedomili prvýkrát a tiež či vedia k jednotlivým symbolom povedať aj ďalšie svoje príklady (najlepšie zo svojho života).*
- 5) *Ďalej pokračuj takto alebo podobne: Určite nám je všetkým jasné, že hoci je vernosť v rôznych oblastiach pre náš život potrebná, nie je samozrejmosťou a ako každej inej cnosti sa jej musíme učiť. Korunou všetkých verností je vernosť v manželstve. Dnes je však väčšina ľudí voči celoživotnej vernosti dosť skeptická. Mnohí mladí, vidiac, že približne polovica manželstiev sa rozpadá a viacerí ľudia v ich okolí nevedia byť svojmu partnerovi verní, si kladú otázku, či je vôbec možné zaviazat' sa niekomu na celý život. A pritom neschopnosť vernosti nie je len o šiestom prikázaní, ale tiež o tom, ako mať toho druhého na prvom mieste aj v iných veciach – venovať mu čas, zaujímať sa o jeho potreby viac ako o potreby iných ľudí a podobne. Ako sa teda môžeme už teraz pripraviť na to, aby sme raz dokázali byť trpezliví či priniesť obeť? Môžeme sa trénovať vo vernosti v menších veciach!*
- 6) *Mladým rozďaj papiere a písacie potreby. Ich úlohou bude spísať si (počas 5 – 7 min.), v čom sa vo svojich životoch trénujú vo vernosti – napríklad poctivé pripravovanie sa do školy, plnenie si svojich povinností doma, venovanie sa mladším súrodencom, výučba hre na hudobný nástroj či pestovanie športu, snaha pravidelne sa modliť atď. A tiež v čom sa im darí viac a v čom menej.*



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI

- 7) Potom ich rozdeľ do dvojíc, kde sa vzájomne budú zdieľať o tom, čo si zapísali. Keď sa zdieľanie vo dvojiciach skončí, daj im ešte pár minút ticha na to, aby sa zamysleli a zapísali si, v čom by sa tento rok chceli pokúsiť trénovať vo vernosti v maličkostiach (stačí aj nejaká drobnosť). Veď ešte stále nie je celkom neskoro na novoročné predsavzatia ☺.
- 8) Keď si to premyslia a zapíšu na papier, môžeš im odporučiť, aby sa s tým podelili s človekom vo dvojici – a zároveň ho poprosili, aby sa ich raz za čas spýtal, ako sa im v tom darí. Takáto priateľská „kontrola“ môže totiž človeku pomôcť k úspešnému splneniu cieľa.

Druhá časť:

- 1) Na úvod sa účastníkov spýtaj, či si spomenú na nejaké konkrétne prípady v Písme, kedy Boh prejavil svoju vernosť – napr. vyvedenie Izraelitov z Egypta, vyplnenie prorociev jednotlivcom zo Starého zákona; môžeš pripomenúť Ježišovu vernosť láske, ako ju opisuje otec Roman Seko v **liste** mladým tejto katechézy...
- 2) Potom rozdaj papiere a perá a uveď, že teraz sa každý bude zaoberať svojím vlastným životom – na polovicu papiera si zapíšu, ako vnímajú vernosť Boha voči nim (či sa im splnilo to, čo vnímali ako jeho prisľúbenie) a na druhú polovicu papiera si zapíšu to, ako vnímajú svoju vernosť Bohu (napr. v predsavzatiach v modlitbe, v službe blížnym, v pôste; či sa im darí svedčiť o Ňom pred ľuďmi, ktorí si z kresťanstva robia posmech alebo mu nerozumejú...). Daj im 5 – 10 minút, aby si veci premysleli a písali ich.
- 3) Účastníci, ktorí chcú, sa po skončení môžu zdieľať s tým, na čo prišli – najlepšie so svedectvami o tom, v ktorých situáciách zažili Božiu vernosť. Daj však priestor aj tomu, aby mohli vyjadriť svoje pocity zo situácií, v ktorých dlho čakali na vypočutie svojich modlitieb a nechápu, prečo je to tak. Môžete však skúsiť spolu s celou skupinkou prísť na to, prečo sa to stáva (možno je už prosba dávno vypočutá, ale ešte neprišiel správny čas na jej naplnenie, alebo má Boh pre daného človeka pripravené niečo lepšie, alebo skúša našu vernosť...). Každopádne by si mal na záver tých, ktorých sa to týka, povzbudiť, aby sa nevzdávali, lebo náš Boh je naozaj verný. Skvele sa sem hodí úvodná časť Žalmu 22, ktorú nájdeš medzi modlitbami v časti **Myšlienky** tejto katechézy.
- 4) Spýtaj sa aj na to, či sa im darí byť vernými vo vzťahu k Bohu, prípadne čo by chceli zmeniť a pod.
- 5) Po zdieľaní aktivitu uzavrite modlitbou. Medzi modlitbami v časti **Myšlienky** tejto katechézy máš na výber Žalm 92 na chválu za Božiu vernosť a tiež modlitbu odprosenia za naše zlyhania „Nestrácam odvahu“ od svätej Terézie z Lisieux. Je na tvojom výbere, čo – vzhľadom na zdieľanie v skupinke – budeš považovať za vhodnejšie. A odporúčame dať priestor aj pre vlastné chvály a vďaky účastníkov.



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI



Svätý Tarzicius - mladý chlapec s obrovskou odvahou a vernosťou Ježišovi prítomnému v Eucharistii. Napriek tomu, že bol ukameňovaný na známej rímskej ceste Via Appia ešte v treťom storočí, jeho svedectvo je známe dodnes. Ranokresťanský mučeník, vzor statočnosti a obetavosti a patrón miništrantov.



O svätom Tarzíciovi nemáme veľa informácií. Žil v prvých storočiach dejín Cirkvi, presnejšie v treťom storočí; hovorí sa, že to bol mladík, ktorý navštevoval katakomby svätého Kalixta a bol mimoriadnym spôsobom verný svojim kresťanským povinnostiam. Miloval nadovšetko Eucharistiu a z viacerých skutočností usudzujeme, že bol pravdepodobne akolytom – rozdávatelom svätého prijímania.

Boli to roky, v ktorých cisár Valerián tvrdo prenasledoval kresťanov. Vydal rozkaz, aby boli zavraždení všetci kňazi. Bol presvedčený, že ak kresťania nebudú mať vodcov, ľahšie ich prinúti odstúpiť od viery. Cisár tiež sľúbil, že kto udá kresťana, získa jeho majetok. Kresťania sa preto museli stretávať tajne v súkromných domoch a niekedy aj v podzemných vyhĺbených chodbách – katakombách, kde počúvali Božie slovo, modlili sa a slávili svätú omšu. Aj zvyk nosiť Eucharistiu väzňom a chorým sa stal vtedy veľmi nebezpečným.

Jedného dňa, keď sa kňaz ako zvyčajne spýtal, kto by bol ochotný zanieť Eucharistiu bratom a sestrám, ktorí na ňu čakali, zdvihol sa mladý Tarzicius a povedal: „Mňa pošli.“ Tento chlapec sa však kňazovi zdal príliš mladý na takúto náročnú službu. „Môj mladý vek,“ povedal Tarzicius, „bude najlepšou skrýšou pre Eucharistiu.“ Kňaz sa napokon nechal presvedčiť a zveril mu tento vzácny chlieb, hovoriac: „Tarzicius, pamätaj, že **do tvojej starostlivosti zverujem nebeský poklad**. Vyhýbaj sa rušným cestám a nezabudni, že sväté veci nepatria psom a drahokamy nehádzeme pred svine. Budeš verne a bezpečne strážiť sväté tajomstvá?“ „Radšej zomriem,“ odpovedal rozhodne Tarzicius, „než by som ich mal vydať.“ Počas cesty stretol na ulici niekoľko priateľov, ktorí sa chceli k nemu pridať. Keď to odmietol, pretože to boli pohanskí chlapci, začali naňho naliehať a byť podozrievaví; všimli si, že čosi zvieru na hrudi a snaží sa to chrániť. Chceli mu to vytrhnúť, ale Tarzicius im to nedovolil. Začali ho teda biť a bili ho ešte viac, keď sa dozvedeli, že je kresťan; kopali doňho, hádzali kamene, ale on neustúpil.

Dobitého na smrť ho našiel v poslednej chvíli jeden vojak – volal sa Quadratus – ktorý sa tiež tajne stal kresťanom. V zbitom chlapcovi spoznal svojho priateľa Tarzícia. Ešte žil. „Vo vrecúšku mám Pána Ježiša, prosím ťa, odnes ho bratom do žalára. Zbohom!“ Tarzicius už len šepkal. Krv mu stekala po hlave a o chvíľu vo vojakovom náručí zomrel.

Pochovali ho v katakombách svätého Kalixta. Pápež Damaz dal urobiť nápis na hrob svätého Tarzícia, podľa ktorého zomrel v roku 257. Rímske martyrológium k tomu pridáva dátum 15. augusta a tiež peknú ústnu tradíciu, podľa ktorej Najsvätejšiu sviatosť nenašli ani v rukách, ani v šatách svätého chlapca: premenená hostia, ktorú Tarzicius chránil za cenu vlastného života, sa stala jeho vlastným telom, čím vytvorila spolu s ním nepoškvrnenú hostiu obetovanú Bohu.

(Podľa katechézy Benedikta XVI. počas generálnej audiencie na Námestí sv. Petra 5. 8. 2010)

Modlitba: Svätý Tarzicius, nauč nás hlbokej láske a veľkej úcte k Eucharistii, aby sme v nej videli vzácny dar a poklad, ktorého hodnotu nemožno zmerať. Pomôž nám chrániť si vo svojich srdciach priateľstvo s Ježišom, ktorý sa nám dáva za pokrm. Vypros nám odvahu bojovať a dať aj život za to, aby sa Ježiš dostal ku všetkým ľuďom. Amen.



ČISTOTA – ZÁKLAD VERNOSTI



Blahoslavený Marcel Callo – druhý najstarší spomedzi deviatich detí z hlboko veriacej rodiny. Aktívny skaut so zmyslom pre humor, futbalista aj zápasník, ktorý svoju duchovnú silu čerpal z Eucharistie. Rád si zahrál karty, ale vyhýbal sa prostrediu, v ktorom sa používali vulgarizmy a dvojzmysly. Obetoval svoju lásku k žene a stal sa žiarivým svetlom v podzemí sveta zmietanom druhou svetovou vojnou.



Narodil sa 6. decembra 1921 vo francúzskom meste Rennes. Vyučil sa za kníhtlačiara a pôsobil ako laický apoštol medzi pracujúcou mládežou. Bol tiež členom skupiny, ktorá učila mladých ľudí žiť v neustálej modlitbe k Eucharistii. Ako 20-ročný sa zaľúbil do Marguerite Derniauxovej. Ženy si nesmierne vážil na rozdiel od mnohých svojich jeho vrstovníkov. „Nebudem sa zahrávať so srdcom dievčaťa! Moja láska nech je čistá. Ak som dokázal čakať dvadsať rokov na naše prvé rande, je to preto, lebo viem, že túžim nájsť skutočnú lásku. Srdce musím mať pod kontrolou, ak ho mám dať tej, ktorú mi vybral Kristus.“ Jeho láska k Marguerite rástla a po roku jej ju verejne vyznal. Pristupoval k svojmu dievčaťu s veľkou bázňou a bola pre neho takým vzácnym darom, že sa rozhodol pobožkať ju až po štyroch mesiacoch spoločného spoznávania sa a rozvíjania vzťahu. Veľkou oporou v ich vzťahu bola spoločná modlitba a Eucharistiu prijímali tak často, ako len mohli.

Počas druhej svetovej vojny musel kvôli núteným prácam opustiť rodné Francúzsko a odísť do Nemecka. Mal 22 rokov. Hoci sa Marcel mal ženiť, radšej odišiel, akoby mal spôsobiť utrpenie svojej rodine. Prácu v Nemecku nevnímal ako nútenú. „Nejdem tam ako robotník, ale ako misionár! Chcem iným pomôcť vydržať.“ Nemyslel preto na útek domov, ale na svoju misiu. Dal prednosť riskantnej evanjelizácii medzi zastrašovanými robotníkmi.

V Nemecku žil v meste Zella-Mehlis a pracoval v továrni na výrobu zbraní. V pracovných táboroch si vytvoril okolo seba veľa priateľov, s ktorými navštevoval sväté omše. Záležalo mu na tom, aby mladí okolo neho žili sviatostným životom. Sám totiž zažil dlhé obdobie bez Eucharistie, po ktorom pociťoval silné depresie. Keď potom našiel miestnosť, v ktorej sa slúžila svätá omša, pocítil úľavu. „Konečne Kristus zareagoval. Dal mi pochopiť, že depresie nie sú dobré. Musím sa nanovo nasadiť pre svojich priateľov a radosť sa ku mne vráti.“ Keď to bolo potrebné, pomáhal aj ako ošetrovateľ, dokonca aj ako dirigent speváckeho zboru či vedúci divadelnej skupiny.

Za jeho „katolícku a náboženskú činnosť, ktorou sa stal nepriateľom vlády Národnej socialistickej strany a blaha nemeckého národa“, ho zatkl Gestapo (**Geheime Staatspolizei** – tajná štátna polícia). Hnutie kresťanskej pracujúcej mládeže bolo zakázané. Po piatich mesiacoch väzenia v meste Gotha bol transportovaný do rakúskeho koncentračného tábora Mauthausen. Bol nútený pracovať v tajných podzemných továrňach na výrobu lietadiel v obci St. Georgen an der Gusen. Trpel podvýživou, bronchitídou a vysokými horúčkami, ale nikdy sa nesťažoval. Dokonca spoluväzňov podporoval slovami: „Modlitba nám dá silu.“

Dňa 19. marca 1945, utýraný na smrť, ťažkému utrpeniu podľahol. V roku 1987 ho pápež Ján Pavol II. v rámci biskupskej synody o úlohe laikov vyhlásil za blahoslaveného.

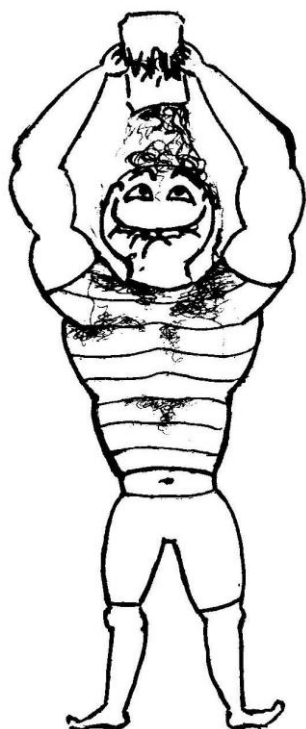
Modlitba: Blahoslavený Marcel, ty si vedel, že ak má byť naša láska čistá, potrebujeme sa dobre starať o srdce, ktoré túžime darovať. A ukázal si nám krásnu cestu – veľkú lásku k Eucharistii, schopnosť obetovať sa, v tichosti znášať utrpenie a vnímať svoj život ako misiu pre iných. Pros u Boha za nás, aby sme čoraz väčšmi milovali skutočnou a vernou láskou. Amen.



Čistič [Nr.5]



Čistenie od sadzí alebo
Niekedy sa stačí iba otriasť...



*Ako očistiť oblečenie od sadzí?
Nikdy ich nerozmazávajte,
iba straste z látky.
Na škvrnu môžete nasypať
zohriatu múku a nechajte pôsobiť.
Potom vytraste a dočistite.*

Sadze už nie sú také časté a pomaličky bude aj problém nimi sa zašpiniť... Na druhej strane, kto absolvoval cestu na nejakej krásnej úzkokolajke, ktorú ťahal parný rušeň, tak sa od sadzí musel čistiť... Krásne je to, že niekedy sa stačí otriasť a netreba robiť veľmi veľa zložitých úkonov, aby sme boli čisti... Nie je dobre robiť zo všetkého vedu, lebo veci iba zhoršíme. Kto by chcel čistiť sadze inak, než „otriasaním“, spravil by si ešte viac škody. Aj v živote to tak chodí. Najjednoduchšie riešenia sú niekedy najúčinnnejšie.

Hovorí sa, ako jeden psychicky chorý človek nemohol spať, pretože si stále namýšľal, že pod posteľou sa niekto skrýva. Absolvoval veľa sedení u psychológov a psychiatrov, a minul veľa peňazí, ale nič nepomáhalo. Po dlhej dobe zašiel po radu za miestnym múdрым starcom. Keď ju uskutočnil, problém bol vyriešený. Šiel sa poďakovať i psychiatrovi do najbližšieho mesta a povedať, že končí s liečením. „A čo vám poradil ten múdry starec?“ – pýtal sa neveriacky psychiater? „Aby som odpíľil nohy z postele. Odvtedy spávam spokojne...“



Na ceste k najvzdialenejším končinám [Nr.5]



***Kam môžem ujsť pred tvojím duchom
a kam utiecť pred tvou tvárou?***
(Ž 139, 7)



Nie je možné úplne sa vzdialiť od Boha.
Celý život kráčame spolu.
Priestor, kam sa môžem pohnúť,
je plný Boha – a to v dobrom, aj zlom.

A čo vtedy, keď sa máme radi, a predsa si ublížime? Aj si to vyčítaš a možno si to niekedy ospravedlňuješ: „Veď ja za to nemôžem.“ Alebo sa tváriš akoby sa nič nestalo. Má vtedy Boh v našom vzťahu miesto?

Keď si dvaja zaľúbení prejavia svoju lásku aj telesne, ale potom zostane v srdci trpký pocit, že to prehnali, cítia hanbu a túžia utiecť od Boha. Preto Boha ľahko (aj s jeho múdrosťou) spochybnia či odmietnu. Či Boh nie je s nami v dobrom aj zlom? Či nás nemiluje aj vtedy, keď máme pocit viny?

**Prečo má niekedy človek v hĺbke srdca túžbu,
aby Boh radšej nebol?
Aby nevidel to, čo človek robí?**



**Napíš si aspoň tri veci,
za ktoré sa hanbíš,
kľakni si a predostri ich Bohu.**