

Pre VÝŠINY pripravil: František Trstenský



Vydávanie svedectva

Keď sa pohľadom ponoríme do Ježiša, jeho tvár sa začne odrážať na našej: jeho črty sa stanú našimi, Kristova láska si nás podmaní a premení nás.

Myslím na mučeníkov, ktorí v tomto národe vydávali svedectvo Kristovej lásky vo veľmi ťažkých časoch, keď všetky okolnosti radili mlčať, zostať v bezpečí, nevyznávať vieru. Ale nemohli, nemohli nevydávať svedectvo. Koľko ušľachtilých ľudí trpelo a zomrelo tu na Slovensku kvôli menu Ježiš! **Svedectvo naplnené z lásky k Tomu, na koho toľko**

hľadel. Tak, až sa mu začali podobáť, dokonca aj v smrti. Myslím aj na naše časy, v ktorých nechýbajú príležitosti vydávať svedectvo. Tu, vďaka Bohu, nie sú kresťania prenasledovaní ako v mnohých iných častiach sveta. Zosvetštenie a vlažnosť však znehodnocujú svedectvo, kým kríž vyžaduje jasné svedectvo, pretože kríž nechce byť zástavou, ktorú by vystavovali, ale čistým prameňom nového spôsobu života. Aký spôsob? Ten evanjeliový, ten z blahoslavenstiev. Svedok, ktorý má kríž v srdci a nie iba na krku, nevidí nikoho ako nepriateľa, ale všetkých ako bratov a sestry, za ktorých Ježiš dal život. **Svedok kríža si nepamätá krivdy z minulosti a nenarieka nad prítomnosťou. Svedok kríža nepoužíva podvodné spôsoby a svetskú moc: nechce vnucovať sám seba a svojich, ale obetovať svoj život za iných. Nehľadá vlastné výhody, aby sa potom ukázal zbožný: toto by bolo náboženstvo pretvárk, nie vydávanie svedectva ukrižovaného Boha. Svedok kríža nasleduje len jednu stratégiu, tú Majstrovu: pokornú lásku.** Nestará sa o prízemné víťazstvá, pretože vie, že Kristova láska je plodná v každodennom živote a všetko pretvára, ale zvnútra ako semienko, ktoré padlo do zeme, zomrelo a prináša ovocie.



Hrdinovia

Drahí bratia a sestry, videli ste svedkov. Zachovajte si milú spomienku na osoby, ktoré vás živili a vychovávali vo viere. Boli to skromní a jednoduchí ľudia, ktorí dali svoj život, milovali až do konca. To sú naši hrdinovia, hrdinovia každodennosti – a práve ich životy menia dejiny. **Svedkovia plodia nových svedkov, lebo sú darcami života. Takto sa šíri viera: nie mocou sveta, ale múdrosťou kríža; nie štruktúrami, ale svedectvom. A dnes, vo vyzývavom tichu kríža, sa nás všetkých Pán pýta: „Chceš byť mojím svedkom?“**

Homília pápeža Františka na Božskej liturgii sv. Jána Zlatoústeho v Prešove

Foto: Vlado Škuta



Žiara a oblak

Boh rád robí prekvapenia a milosť často dáva tam, kde ju vôbec nečakáme. Možno je to tak preto, aby sme v každej milosti videli Boží dar a nielen svoju šikovnosť. Pamätám si na stúpanie na vrch Tábor. Cestou sme stretali kvalitne ozbrojených vojakov, ktorí tam mali nejaké cvičenie. Mnohí z nich vyzerali unavení a ubolení, keď po ceste krivali ovešaní zbraňami a vojenskými doplnkami. Z náveternej strany vrchu vzlietli dvaja paraglajdisti, využívajúc dobrú termiku. Na tomto mieste sme mali dosť času aj na osobnú modlitbu. Tak som na Hore

premenenia úprimne prosil Boha, aby premenil aj mňa. Mám veľmi rád Božie veci, ale všimol som si, že pri pohľade na techniku, letectvo a stroje sa niekedy viac rozžiarim radosťou ako pri Božích veciach. Totiž, keď je to potrebné, často a rád sa „obetujem“ pre to technické. Keď bol na stretku nedostatok jedla, trápil ma hlad. Ale počas zaujatia technikou som ľahko zabudol na jedlo aj na spánok. **Odvtedy sa rád modlím desiatok – ktorý sa premenil na vrchu Tábor – a prosím: Premeň aj mňa!**



Keď sa Ježiš premenil, učeníci videli, že zažiaril. To však nebolo tým, že sa mu tak parádne vydarila modlitba, až z nej začal žiariť. Učeníci boli schopní vidieť to, čo doteraz nevnímali. **Preto je dobré, keď sa nám podarí dostať na nejakú púť alebo výstup, lebo**

kráčaním, modlitbami, prípadne spevom sa stávame vnímavejšími na Božie veci. Každý kresťan má žiariť po osobnom stretnutí s Pánom. Hlavne po stretnutí pri Pánovom premenení počas svätej omše. Niekedy pred sebou vidíme len bielu hostiu. Oveľa krajšie sú stretnutia, pri ktorých očami viery vidíme v hostii Pána a hmatateľne vnímame Božiu prítomnosť. Pán nevystupoval s učeníkmi na vrch preto, aby pred nimi zahral divadlo. To nerobil nikdy, Ježiš sa takto modlil vždy. Zjednotený s nebom sa rozprával s Otcom a teraz aj s Mojžišom a Eliášom, ktorí mu v minulosti pripravovali cestu – cez Zákon, ktorý dal Boh národu prostredníctvom Mojžiša, a cez Eliášovo prorocké sprevádzanie. Aj pri horských výstupoch je to tak. Vždy keď kráčame po vyrovnanom chodníku, keď sa na zlom mieste môžeme chytiť zábradlia alebo reťaze, môžeme myslieť na tých, ktorí sa obetovali pre naše dobro – aby sa nám šlo ľahšie. V duchovnom živote nám cestu chystali naši rodičia, blízni, kňazi či rehoľníci. **Tak ako sme nevideli tých, ktorí budovali chodníky, ale ľahko sa nám po nich kráča, takisto nevidíme modlitby mnohých, ktoré nám tvoria cestu do neba. Ak by nám ju nepripravili, šlo by sa po nej ťažko.** To nás zaväzuje rovnako myslieť na tých, ktorých nám pošle Božia prozreteľnosť.

Keď ich zahalil oblak, mali strach, ale počuli Boží hlas: „*Toto je môj milovaný Syn. Počúvajte ho.*“ Nech nám vždy mrak pripomína Božiu prítomnosť. Izraelitov sprevádzal oblačný stĺp počas púte do zaslúbenej zeme, bol znakom Božej prítomnosti. Boží nepriateľ nám to chce zobrať a v oblačných dňoch nám „hučí“ do hlavy, že je to depresívne počasie... Nikdy neberme tieto jeho klamárske ponuky vážne. Pri počasí stopercentne veríme, že sa zamračená obloha vyjasní. Ale v živote niekedy nechceme prijať, že môže byť ešte pekne...



Aj učeníci mali strach napriek tomu, že Pán bol pri nich. Ale keď počúvali Boží hlas, hneď sa vyjasnilo – zostali sami s Ježišom. Mrak tam zrejme ostal, ale oni sa sústredili viac na Pána ako na počasie, ktoré ich už prestalo ovplyvňovať. Nech sa nám z našich trápení nikdy nestane modla, ktorá by bola silnejšia ako nádej, ktorú ponúka Pán.



Biely oblak nám môže pripomínať ešte inú dôležitú vec – používame ho pri oznamovaní voľby pápeža. Máme perfektného Svätého Otca. Jeho spojenie s Božím pohľadom sme videli aj pri návšteve nášho Slovenska. Veci, o ktorých sme dávno rozmýšľali, nám veľmi jasne pomenoval, akoby tu žil mnoho rokov. Pápež vždy ponúka riešenia a ukazuje cestu. Je normálne, že nebudeme rozumieť všetkému, čo hovorí. To je dôkaz jeho vernosti Ježišovi – jemu tiež často nerozumeli, keď vyhnal predavačov z chrámu, keď povedal, že budú jesť jeho telo a piť jeho krv... Aj vtedy mnohí mohutne hundrali – „*To už nie je ako dakedy. Také čudné veci robí...*“ Ja by som nechcel mať horského vodcu, o ktorom by som vedel, že o trase vie toľko, čo ja, a výkonovo sme na tom rovnako. Asi by mi veľmi nepomohol. Ale keď stretnem sprievodcu, ktorý pozná hory dokonale, je s nimi zžitý a mnohonásobne ma prevyšuje poznatkami a skúsenosťami, mám oveľa väčšiu radosť z cesty, pri ktorej sa môžem mnohému naučiť.

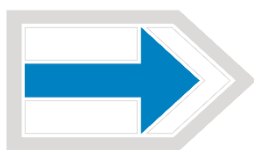
Keď Ježiš s učeníkmi zišli z vrchu Tábor medzi zástupy ľudí, stretli človeka, ktorý mal posadnutého syna a nik mu nedokázal pomôcť (porov. Mk 9, 14 – 29). Pán ho oslobodil, a keď sa ho učeníci pýtali, prečo ho nedokázali oslobodiť oni, povedal im: „*Tento druh nemožno vyhnúť ničím, iba modlitbou.*“ Pre troch z nich to už nebolo cudzie slovo. Videli modlitbu, pri ktorej sa Pán nesilil do vzletných slov. Vedeli, že pri modlitbe sú dôležité slová, ale aj vnútorný postoj blízkosti pri Bohu. **Modlitba sa pre nich stala zážitkom stretnutia a je krásne, keď sa aj naše stretnutia s ľuďmi stanú povzbudením k modlitbe – ďakovnej zo stretnutia, prosebnej za seba navzájom a oslavnej za Božiu dobrotu. Nech je čo najmenej stretnutí, po ktorých treba odprosovať za zbytočné alebo nevhodné reči, alebo nesprávny postoj odmietnutia či kritiky.**



Na vrch Tábor sa možno tak ľahko nedostaneš... Nevadí! V našich podmienkach nám ju trochu môže pripomínať **Babia hora**. Raz na ňu vraj vystúpil aj Vladimír Il'jič Lenin – ruský revolucionár, spojený s neslávnym komunistickým režimom. Postavili mu hore obelisk. Časom bol zbúraný a teraz je na jeho mieste pamätná tabuľa na svätého pápeža Jána Pavla II., ktorý na Babiu horu vystúpil mnoho ráz. Je to obraz Božieho pôsobenia a premeny dejín. Utláčanie ustúpilo a Ján Pavol II. sa stal apoštolom nádeje, ktorú ponúkal národom cez stretnutie s Pánom. Lebo len Boh môže nanovo rozžiariť náš život. Prajem mnoho krásnych stretnutí s Pánom a blíznymi na horách, v kaplnkách, kostoloch aj na ktoromkoľvek mieste. A ak Boh dá, stretneme sa aj na T22. Teším sa na vás!

Dominik Jamrich





Premenenie Pána

Raffaello Sanzio da Urbino, 1517 – 1520

405 cm × 278 cm/olej na dreve
Vatikánske múzeá



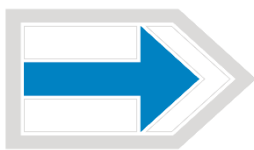
Raffael (1483 – 1520) – taliansky maliar a architekt florentskej školy z obdobia vrcholnej renesancie. Ako jedenásťročný sa stal sirotou a dostal sa do výchovy strýka – kňaza. Jeho talent sa však prejavil veľmi skoro. Získal si pozornosť pápežov, bol menovaný za hlavného architekta Baziliky svätého Petra a pre Sixtínsku kaplnku navrhol sériu desiatich gobelínov s výjavmi zo života svätých Petra a Pavla. Zomrel veľmi mladý, len 37-ročný. Napriek tomu zanechal po sebe nesmierne bohaté dielo. Jeho posledným obrazom bolo práve *Premenenie Pána*.

Obraz je z kompozičného hľadiska rozdelený na dve horizontálne časti, zachytávajúce dve podstaty Bohočloveka. Obe udalosti nájdeme v Matúšovom evanjeliu (Mt 17, 1 – 3. 14 – 18). V hornej časti je samotná scéna premenenia na vrchu Tábor. Centrom je oslávený a prežiarovaný Ježiš, vznášajúci sa v oblaku, v spoločnosti Mojžiša a Eliáša. Pod nimi sú v úžase pozorujúci apoštoli Peter, Jakub

a Ján. Naľavo od nich kľáčia dve postavy – diakoni a mučeníci z čias prenasledovania kresťanov – podľa niektorých sú to svätí Felicissimus a Agapitus, podľa iných sú to svätí Justus a Pastor. Ich liturgická spomienka bola na sviatok Premenenia Pána – 6. augusta. V dolnej časti obrazu sú zachytení učeníci, ktorí sa neúspešne snažia uzdraviť posadnutého chlapca. Zachránil ho až Ježiš, keď zišiel z vrchu. Niektoré ruky smerujú na scénu premenenia. Akoby tým poukazovali na Ježišov božský pôvod a zdroj moci a schopnosti vyháňať zlých duchov. Na obraze sa tak stretá ľudská slabosť s Kristovou vykupiteľskou mocou.

Raffael dokázal majstrovsky zachytiť fyzické aj psychické výrazy postáv. Expresívne držanie tela chlapca a jeho strnulý pohľad neprítomne vyvrátených očí jednoznačne svedčia o jeho chorobe. Aj tvár jeho otca je plná emócií. Na obraze nájdeme očakávajúce, prosiace, užasnuté aj pochybujúce či neveriace pohľady. Gestá rúk sú plné pohybu, akoby postavy nahlas rozprávali. V ľavej spodnej časti je zrejme zachytený apoštol Matúš, ktorý celú scénu zapisuje do svojho evanjelia.

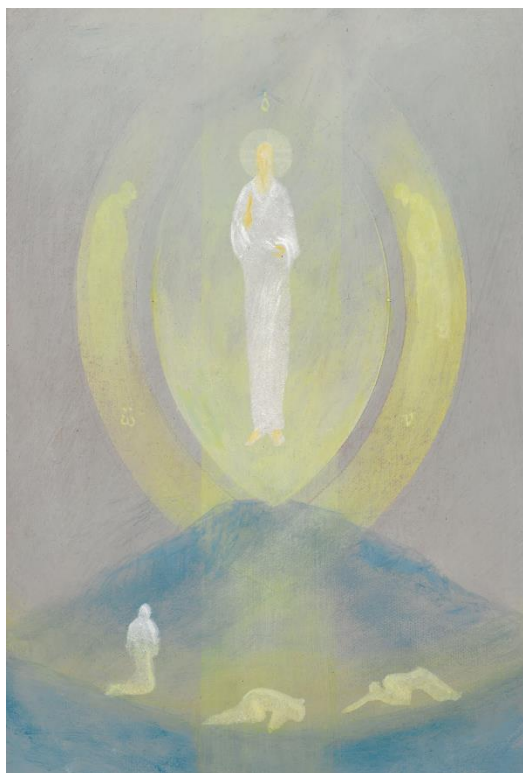
Renesanční umelci sa nebáli náročných kompozícií ani množstva detailných postáv. Dramatickosť scény dosahovali hrou s farbami a svetlom. Podľa niektorých odborníkov je *Premenenie Pána* vrcholným Raffaelovým dielom, ktorým predbehol svoju dobu.



Ikona Premenenie Pána

Jaroslav Halmo, 2022

30 cm × 21 cm / kombinovaná technika, plátno na dubovom dreve
Kláštor benediktínov, Sampor



Ľudská prirodzenosť človeka je v tomto výjave prítomná v zmätku apoštolov, ktorý môže pripomínať zmätok pri páde Babylonskej veže medzi ľuďmi, ktorým sa rúca ich predstava o vlastnom božstve. Sprítomňuje sa tu človek v nadšení i v stave základného nepochopenia premeny, ku ktorej nás pozýva náš Stvoriteľ. Trojica učeníkov v rôznych postojoch prežíva sprítomnenie inej trojice. Dvaja z nich sú ľudia podľa prirodzenosti Adama z raja. Uprostred nich je človek s božskou prirodzenosťou – Bohočlovek Kristus. Prítomnosť tejto trojice osôb ponúka nadšeným učeníkom presahujúcu skúsenosť Božej slávy v zjavení Najsvätejšej Trojice.

V ikone sú symbolicky prítomné až tri trojice, ktoré nám môžu pomôcť vnímať ponorenie sa do mystéria hriešneho človeka v panike, ktorý sa topí v oslepenom nadšení. Prežíva okamih svojej budúcnosti mimo času a priestoru. To nie je za odmenu, ale doslova proroctvo a predzvesť premeny v kríži Ježiša Krista.

Stredom výjavu sa zdola tiahne už náznak zvislého ramena kríža, ktorému ešte chýba priečne. Zatiaľ ho nahrádzajú starozákonní praotcovia a neskôr dopĺňajú dvaja odsúdenci pri ukrižovaní na Golgote. Oni predstavujú v rôznom stupni schopnosť človeka viesť s Bohom dialóg v celých ľudských dejinách. Nie však v intelektuálnej komunikácii, ale v počúvaní a nechápaní, ktoré vedie cez ich pokoru k schopnosti vyjadrovať životom vôľu Spasiteľa viac ako svoj názor.

Trojica postáv z úpätia vrchu hovorí o tom, že ani len netušia, čo sa to vlastne deje. Ich návrh o stavaní troch stánkov je ľudským bľabotáním o význame troch trojíc v celom deji ikony Premenenia. Sú nimi oni sami v pózach Petra, Jána a Jakuba (pozri Lk 9, 28), potom Ježiš uprostred Eliáša a Mojžiša (pozri Lk 9, 30) a napokon tri kruhy základných línií, v ktorých stoja praotcovia a samotní učeníci Krista. Kaligrafickým prvkom sú tri grécke litery: **ὁ** (ho, **Ten**) **ὧν** (ón, **ktorý je** – doslova **existujúci**).

Svätá zmätenosť potvrdzuje užitočnú ľudskú obmedzenosť nie v zahanbení, ale v pokorení, ktoré je základným prejavom dozrievajúcej viery každého, kto sa približuje k mystériám. Len takto nás premieňajú na nás samých – samých pred Bohom aj ľuďmi.

Ako sme si už zvykli v našom cykle 7 biblických meditácií s ikonami, aj pri tejto môžeme vnímať prítomnosť našich prvých rodičov ľudstva Adama a Evy. Rovnako prvé nadšenie: „*Tu človek zvolal: ‚Toto je konečne kosť z mojich kostí a telo z môjho tela!‘“* (Gn 2, 23) a tiež prvé bľabotanie: „*Počul som tvoj hlas v záhrade, zľakol som sa, pretože som nahý, a tak som sa skryl.*“ (Gn 3, 10) Postavy vykresľujú to, že aj oni sa v Božej sláve len potácajú. Chcú z Božej prítomnosti akoby niečo vyťažiť v slovách: „*Postavme tu tri stánky*“ (porov. Lk 9, 33), nie veľmi sa líšiac od ľudí v raji.



Premenenie sa však stalo niečím iným. Dozvedáme sa, aká je Božia sláva, a nie, že tu hneď treba niečo robiť. Božia sláva je nepredstaviteľná, neuchopiteľná. Presahuje naše ľudské zmysly a je v poriadku, ak pritom pociťujeme zmätok.

V ikone je prítomná hlavne farba ľudského tela. To, čo učeníci vidia a počujú, nie je duchovným zážitkom na ich povzbudenie, ale pozvaním človeka vstúpiť do slávy Boha – je iniciáciou slávy, ktorá naháňa strach pýche, no pokore dáva svetlo. Svetlo premenenia a svedectvo dvoch svedkov večnosti otvára ľudskosti tajomstvo božskosti. Zmätenosť je tu prejavom prirodzenosti. Rovnako ako Ježiš pred krížom, ktorého priečne rameno tvorí os medzi pohľadmi dvoch otcov viery. V scéne premenenia Pána môžeme aspoň sčasti vnímať aj prítomnosť scény z kríža v prítomnosti dvoch lotrov, ktorí majú rovnako skúsenosť s ponukou premeny a miesta v raji.

Pre VÝŠINY pripravil: Jozef Brodňanský, OSB; text autora krátený, úprava: Pavol Danko



Môj Tábor...

Sr. Lucia Česáková, OSsR, 2022
inšpirované ikonou Premenenie Pána

Občas sa stane, že
vystúpim na svoj Tábor
a nakuknem srdcom
do otvoreného neba...

Občas sa stane, že
sa ocitnem v jase
Božieho svetla
a začujem hlas Otca...

Občas sa stane, že
zázrak premenenia...
prestraší mi srdce
a nechá ma bez slov...

Keď všetko zázračné
sa napokon pominie,
hlas zamĺkne,
jas sa zatieni...

... ostaneš iba Ty,
verný Boh mojej duše!
Ostaneš iba Ty,
... všetci odchádzajú!

Rabbi, dobre, že som tu,
že si so mnou Ty!



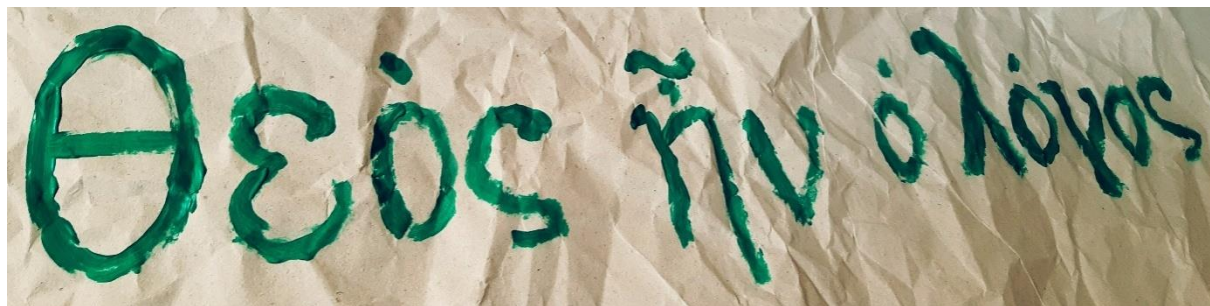


UČENÍCI NA VRCHU

Pomôcky: grécky text evanjelia, úryvok z Parabible, súradnice z Písma, zoznam mien s ich významom (*môžeš si ich stiahnuť cez QR kód na konci kapitoly*), Sväté písmo, tabuľa, papier + písacie potreby

Dĺžka: cca 90 minút – vhodné rozdeliť na viac stretnutí

V nasledujúcej sérii aktivít bližšie spoznáme učeníkov, ktorí boli s Ježišom na vrchu Tábor. Príbeh týchto rybárov je jedinečný, no dôležitým spoločným momentom ich životov bola premena, ktorou prešli po stretnutí s Ježišom.



JÁN

Opýtaj sa účastníkov, čo vedia o apoštolovi Jánovi.

Ján sa narodil pravdepodobne v Betsaide. Jeho otec Zebedej bol rybár a Ján mu so svojím bratom Jakubom pri rybolove určite rád pomáhal. Keď Ježiš oboch bratov povolal za apoštolov, ani chvíľu neváhali, hneď zanechali všetko a šli za ním. Ján bol najmladší spomedzi apoštolov. Podľa starodávnej kresťanskej tradície sa dožil vysokého veku a ako jediný z apoštolov nezomrel mučeníckou, ale prirodzenou smrťou. S bratom Jakubom dostali od Ježiša prezývku *Boανηγες*, teda „synovia hromu“ (Lk 9, 51 – 55). Ježiš ich pokarhal. Čo to bol vôbec za nápad – zničiť dedinu a zabiť jej obyvateľov len preto, že odmietli dať nocľah počestnému? Aj z tejto krátkej epizódy vidíme, že Ján nepatril práve k pokojným povahám. Bol prchký, vášnivý a unáhle horlivý. Mal svoje nedostatky, ale tieto svoje charakterové črty umelo nepotláčal. Dokázal ich integrovať a premeniť na dobro. Ján bol syn hromu, ale zároveň milovaný učeník... Možno práve vďaka svojej povahe bol jediný, kto zostal s Ježišom až do konca pod krížom, a Ježiš mu preto zveril svoju matku Máriu. Jána poznáme v prvom rade cez štvrté evanjelium, ktoré napísal okolo roku 70. Zapísal viacero udalostí, ktoré iné evanjeliá nespomínajú a ktoré Ján zažil počas svojho života s Ježišom. Vďaka jeho literárnemu nadaniu sa môžeme dennodenne živiť Božím slovom.

Spýtaj sa účastníkov, či vedia, v akom jazyku napísal Ján svoje evanjelium. Keď prídu na to, že je to gréčtina, rozdel' ich do skupín a rozďaj im kúsok evanjelia v gréckom jazyku.

Ἐν ἀρχῇ ἦν ὁ λόγος, καὶ ὁ λόγος ἦν πρὸς τὸν θεόν, καὶ θεὸς ἦν ὁ λόγος. οὗτος ἦν ἐν ἀρχῇ πρὸς τὸν θεόν. πάντα δι' αὐτοῦ ἐγένετο, καὶ χωρὶς αὐτοῦ ἐγένετο οὐδὲ ἓν. ὁ γέγονεν ἐν αὐτῷ ζωὴ ἦν, καὶ ἡ ζωὴ ἦν τὸ φῶς τῶν ἀνθρώπων· καὶ τὸ φῶς ἐν τῇ σκοτίᾳ φαίνει, καὶ ἡ σκοτία αὐτὸ οὐ κατέλαβεν.

(je to známy poetický začiatok Jánovho evanjelia: Jn 1, 1 –5)



Vyzvi ich, aby skúsili vydedukovať, čo je v danom úryvku napísané. Naveď ich, nech hľadajú rovnaké znaky a slová... Po chvíli im môžeš rozdať pomôcku v podobe konkrétnych slov, preložených do slovenčiny. Jednotlivé slová z pomôcky im môžeš dať postupne alebo naraz, alebo ich skupinky môžu získavať na základe správnych odpovedí z biblického kvízu... Fantázii sa medze nekladú. ☺

Pomôcka:

ἀρχή – archē – počiatok; λόγος – logos – slovo; θεός – theos – Boh;
φῶς – phōs – svetlo; ζῶη – zōē – život

Prečítajte si prerozprávanú verziu tohto úryvku z **Parabible** od **Alexandra Fleka**. Alexander Flek je český biblista a prekladateľ Písma, ktorý grécky originál Biblie pozná veľmi dobre. V roku 2018 vydal knihu s názvom Parabible. Zamýšľal sa v nej, ako by vyzeral Ježišov príbeh, keby sa odohral dnes. Flek neponúka náhradu pôvodného textu, iba ho nanovo prerozpráva.

Skúste sa teraz vžiť do roly evanjelistu a prerozprávať príbeh o Ježišom premenení na vrchu Tábor. Môžete ho prerozprávať vlastnými slovami, akoby ste ho videli vlastnými očami, akoby ste tam boli sami prítomní. Alebo si skúste predstaviť, ako by sa daná udalosť uskutočnila v dnešných časoch na Slovensku. Zobral by Ježiš učeníkov na Zobor, alebo na Gerlach? Čo by mu chceli postaviť súčasní apoštoli namiesto stánkov? Skúste sa zahĺbiť do pôvodného textu, pracovať s ním. Cieľom je prežiť evanjeliový úryvok nanovo. Rozdaj každému účastníkovi pero, papier a Písmo so súradnicami o premenení Pána:

(Mt 17, 1 – 13; Mk 9, 2 – 8; Lk 9, 28 – 36). Nechaj každého pracovať na svojej osobnej verzii evanjelia samostatne a potom sa o svojich textoch zdieľajte a rozprávajte. Druhou možnosťou je, že príbeh vymyslíte spoločne – prvý účastník začne príbeh jedným slovom/vetou, ďalší účastník ho doplní svojím slovom/vetou atď. – ako reťaz... Resp. všetci začnú písať svoj text, ale po každej vete si papiere vymenia tak, aby vždy dopisovali na papier niekoho iného – ak by sedeli v kruhu, vždy podajú papier rovnakému susedovi.

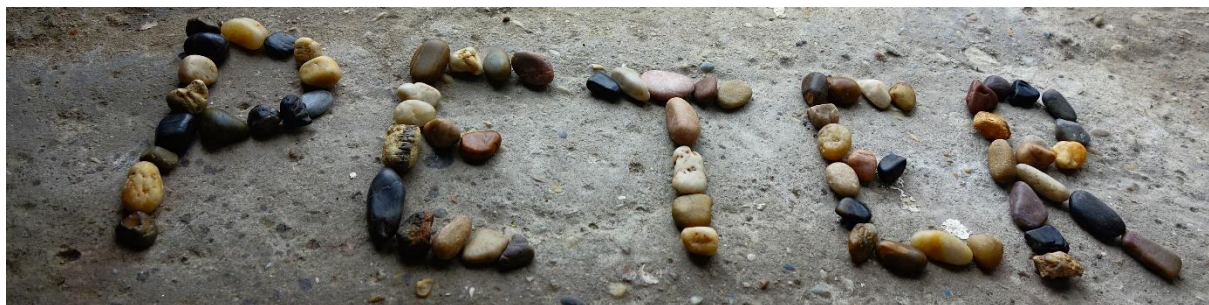


PETER

Opýtaj sa účastníkov, čo vedia o apoštolovi Petrovi.

Šimon Peter sa narodil v Betsaide pri Tiberiadskom jazere. Spolu s bratom Ondrejom a otcom Jánom (Jonášom) boli rybármi. Bol to práve brat Ondrej, kto Šimona priviedol k Ježišovi. V evanjeliách sa spomedzi apoštolov najviac spomína Peter a v zozname apoštolov sa vždy uvádza ako prvý. Spolu s Jánom a Jakubom patrili k Ježišovým dôverníkom. Ježiš mu zmenil meno zo Šimona na „Peter“ – čo znamená „Skala“ – a na tejto „Skale“ sa rozhodol postaviť svoju Cirkev. Stal sa tak prvým pápežom. Zomrel v Ríme mučeníckou smrťou asi v roku 64. Podľa tradície ho ukrižovali dolu hlavou na vatikánskom pahorku. Na tom mieste teraz stojí Bazilika sv. Petra. Jej svätyňa je presne nad miestom, kde sa podľa tradície nachádza Petrov hrob. Jeho relikvie sú uložené v hlavnom oltári baziliky.

Ježiš ho nepovolal ako dokonalého, ale ako hriešnika. Často sa prejavil jeho silný charakter a nechal sa unášať vášňami a túžbami. Ako hriešnik neveril ani sám sebe. Ježiš vedel, že má obrovský potenciál ako vodca a zároveň služobník, ktorý má konkrétne a špeciálne miesto v Božom diele. Ale iba ak sa nechá premeniť mocou Ducha Svätého...



Spoločne sa teraz pozrite na Petrove vlastnosti. Podľa opisov v evanjeliách sa dá celkom presne poskladať jeho život aj povaha. Rozdaj účastníkom súradnice z Písma:

(Jn 13, 36 – 38); (Mk 8, 31 – 33); (Mk 10, 28); (Lk 9, 33); (Mt 18, 21 – 22);
(Mt 26, 73 – 74); (Mt 26, 75); (Mk 8, 29); (Jn 21, 17 – 18).

Pracovať môžu samostatne alebo v menších skupinkách. Ich úlohou bude nájsť a prečítať si danú časť v Písme a na základe nej pomenovať konkrétnu Petrovu vlastnosť. Pomenovanie by malo byť krátke a výstižné (jednoslovné, príp. slovné spojenie), nie opisné. Vlastnosti potom môžete písať na tabuľu alebo veľký papier a spoločne sa o nich zdieľať. Spýtaj sa účastníkov, ktoré Petrove vlastnosti by chceli mať a prečo... Venujte sa aj jeho premene – ktorá vlastnosť sa najvýraznejšie zmenila vplyvom života s Ježišom...

Príklady:

- (Mk 8, 29) „A za koho ma pokladáte vy?“ Odpovedal mu Peter: „Ty si Mesiáš.“ – pozorovací talent; schopnosť vnímať Božieho Ducha...;
- (Mt 26, 75b) ... *horko sa rozplakal*. – schopnosť prejavovať ľútosť;

(Citáty s vlastnosťami nájdeš v prílohe na stiahnutie, účastníkom rozdaj len súradnice.)

Na záver prečítaj ešte jeden citát ty:

- (Jn 1, 42) Ježiš sa naňho zahľadel a povedal: „Ty si Šimon, syn Jánov, ale budeš sa volať Kéfas,“ čo v preklade znamená Peter.

Ako sme si už povedali, súčasťou Petrovej premeny bola aj zmena mena. Vieme, že význam mien bol pre Židov dôležitý. Ježiš vybral Petrovi iné meno. Aké meno by Ježiš vybral pre mňa? Prečo?

Vyzvi účastníkov, aby sa zamysleli, aké meno by im vybral Ježiš. Nech premýšľajú v tichosti, napíšu si meno na papier a uvedú k nemu aj dôvod. Môžu si pomôcť pripraveným zoznamom niektorých mien s ich významom. Popros ich, aby svoje mená zatiaľ nezverejňovali.

Potom vytvor dvojice. Pozvi ich k tomu, aby si „zmenili“ meno navzájom. Nezabudni účastníkom pripomenúť, že vyberajú meno najmä podľa vlastností daného človeka. Pokojne však môžu používať opisné tvary. Kreativita je vysoko vítaná! Pri každom účastníkovi môžete spoločne porovnať, či sa meno, ktoré si zvolil sám, aspoň trochu priblížilo k menu, ktoré dostal od ostatných.

Príklady:

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| ■ Pavol/Paula | „malý, skromný“ |
| ■ Radovan/Radovana | „radujúci sa“ |
| ■ Dominik/Dominika | „patriaci pánovi“ |
| ■ Bernard/Bernarda | „silný medveď“ |
| ■ Miroslav/Mirolava | „mier slávi“; „mierumilovný“ |
| ■ Marcel/Marcela | „malý bojovník/bojovníčka“ |

(Celý zoznam mien aj s ich významom si môžeš stiahnuť cez QR kód na konci kapitoly.)



JAKUB

Opýtaj sa účastníkov, čo vedia o apoštolovi Jakubovi.



Jakub bol bratom Jána – boli Zebedejovými synmi. Jakub patril medzi trojicu obľúbených Ježišových apoštolov. Bol s ním pri vzkriesení Jairovej dcéry, spolu s bratom Jánom a Petrom bol pri premenení Pána, ale aj v okamihoch bdenia v Getsemanskej záhrade. Nespomína sa tak často v evanjeliách ako Peter či Ján, ale aj on prešiel veľkou premenou. Po Ježišovom vystúpení do neba putoval rôznymi krajinami. Podľa Tradície pôsobil v Jeruzaleme, Samárii a Španielsku, kde sa nachádza jeho hrob, s ktorým je spojená svätajakubská púť do Santiaga de Compostela. Bol vôbec prvým apoštolom, ktorý zahynul mučeníckou smrťou. V udalosti na vrchu Tábor zažil aj Jakub Pánovu slávu. Evanjelista Marek opisuje túto udalosť na začiatku 9. kapitoly (Mk 9, 2 – 9). V tej nasledujúcej – desiatej (Mk 10, 35 – 45) – čítame o udalosti, ktorá mohla nastať aj v dôsledku

toho, čo Jakub a jeho brat Ján zažili pri premenení. Zebedejovi bratia totiž Ježišovi adresovali veľmi nezvyčajnú prosbu...

Prečítajte si text zo Svätého písma, ktorý hovorí o žiadosti Zebedejových synov (Mk 10, 35 – 45). Môžeš vyzvať štyroch dobrovoľníkov – rozprávač, Ježiš, Jakub a Ján – a text prečítať dramatizovaným spôsobom. Po prečítaní textu začni diskusiu.

- Jakub a Ján sa na Ježiša obrátili s netradičnou požiadavkou.
Ako na teba zapôsobila? Ako vnímaš jej oprávnenosť?
Ako sa podľa teba cítili ostatní apoštoli, keď to počuli?
Ako si vysvetľuješ Ježišovu reakciu a odpoveď na ich žiadosť?
- Zebedejovi synovia okúsili Ježišovu slávu na vrchu Tábor, a preto chceli byť s Ježišom v sláve po jeho pravici a ľavici v jeho večnom kráľovstve. Túžili po jeho blízkosti v pozemskom i nebeskom živote.
Aká silná je moja túžba byť blízko Ježiša? Mám túžbu stať sa svätým?
- Ježiš Jakubovi a Jánovi nedáva jasný a priamy prísľub. Všetkým apoštolom však ponúka návod, ako sa stať veľkými a prvými. Návod spočíva v premene ich postoja: majú sa stať služobníkmi.
Aká je moja momentálna služba pre druhých? Robím ju rád?
Aká by mohla byť moja služba v blízkej či vzdialenej budúcnosti?
- Ježiš dáva apoštolom za príklad seba samého. Nie preto, aby sa vychvaľoval, ale aby ich poučil. Dobré totiž vedel, že keď sa vráti k Otcovi, bude to práve spoločenstvo apoštolov, ktoré sa má stať protagonistom šírenia viery a služby druhým.
Aká je momentálne služba nášho spoločenstva pre druhých? Robíme ju radi? Čo by sme mohli urobiť pre druhých v blízkej či vzdialenej budúcnosti?



#pre(Z)MENY

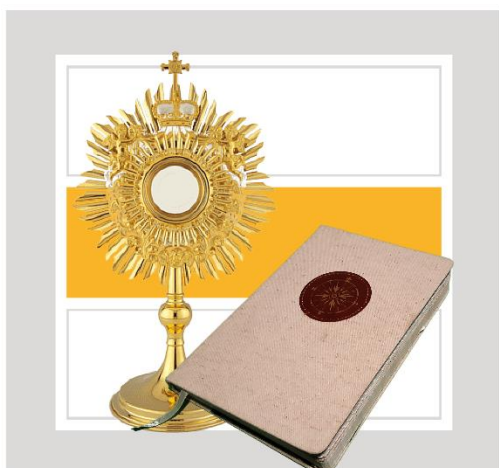
Po spoločnej diskusii sa možno vaše spoločenstvo zapáli pre nejakú službu pre druhých. Chceme vás povzbudiť a pozvať, aby ste vo svojej komunite urobili výnimočný skutok pre(Z)MENY. Uskutočnenie skutku pre(Z)MENY si vyžaduje viac času na organizáciu, ale výsledkom je nielen konkrétna pomoc vo vašom okolí, ale aj upevnenie spoločenstva a vzájomných vzťahov.

- Venujte spoločný čas vo vašom spoločenstve diskusii o možnostiach pomoci vo svojej obci/farnosti.
- Stretnite sa s dôležitými dospelými z vašej obce/farnosti (kňaz, starosta, riaditeľ inštitúcie), ktorí vám môžu poradiť, aký skutok pre(Z)MENY uskutočniť a spolupracovať s vami pri jeho realizácii. Nebojte sa vysloviť svoje nápady a do konečného rozhodnutia zapojte všetkých členov vášho spoločenstva.
- Zodpovedne sa na skutok pre(Z)MENY pripravte, do realizácie zapojte všetkých členov vášho spoločenstva na základe ich talentov a schopností a po realizácii pozvite všetkých zapojených na hodnotiace stretnutie, aby ste získali spätnú väzbu a oslávili spoločný úspech.

*Inšpirovať sa môžete deťmi a animátormi eRka, ktorí cez kampaň **Detský čin pomoci** už mnoho rokov prispievajú k pozitívnej zmene vo svojich miestnych komunitách:*
www.erko.sk/dobrociny/.

Pre VÝŠINY pripravilo: eRko – Hnutie kresťanských spoločenstiev detí; www.erko.sk





Cesta na vrch

Na túto modlitbu budú účastníci potrebovať svoj vlastný modlitbový denník. Niektorí ho možno už majú, niektorí si ho kedysi založili, ale nepoužívajú ho... Ostatných skús naviesť, aby si taký denník založili. Ideálny je pevnejší zošit alebo zápisník, do ktorého sa dá písať, kresliť, nalepiť fotka alebo obrázok – na spôsob žurnálu. Ideálne je, aby si im podobný denník ukázal a nadchol preto, aby niečo podobné mali. Nemusi slúžiť nutne iba na „modlitbové“ zápisy. Môžu si doň zapísať/nakresliť/nalepiť čokoľvek, čo ich inšpirovalo alebo posunulo viac „vyššie“ k nebu.



ÚVOD

Denne sa твоjím srdcom premieľ množstvo pocitov a tvojou hlavou veľa myšlienok. V tomto denníku je priestor, aby si si mohol zapisovať všetko, čo zažiješ s Bohom a priateľmi – slovami, kresbami alebo nalepením čohokoľvek, cez čo sa ťa Boh dotkne a prehovorí k tebe. Myšlienky tak už nebudú chaoticky poletovať, ale dostanú miesto. Pocity, ktoré prežívaš a nevieš vyjadriť, dostanú formu. Tvoja myseľ sa vyprázdni od nepotrebných myšlienok a vytvorí sa miesto na Božie slová, ku ktorým sa môžeš kedykoľvek vrátiť a hľadať v nich odpovede, skúmať svoju cestu a vidieť svoj rast.



BATOH

Vyzvi účastníkov, aby si do denníka nakreslili siluetu batoha a vpísali do nej všetko, čo by si so sebou vzali na vysokohorskú túru – obuv, náhradné oblečenie, stravu, pršíplášť, mapu, baterku... Veci nech píš do tej časti kresby batoha, kam by ju aj reálne zbalili – na dno, do bočného vrečka, úplne na vrch... Po chvíli sa môžete zdieľať o tom, kto si čo zabalil a kam danú vec v batohu umiestnil. Potom ich vyzvi, aby si nakreslili novú siluetu batoha. Tentoraz nepôjde o konkrétnu túru, ale o symbol putovania životom. Pokračuj takto alebo podobne:

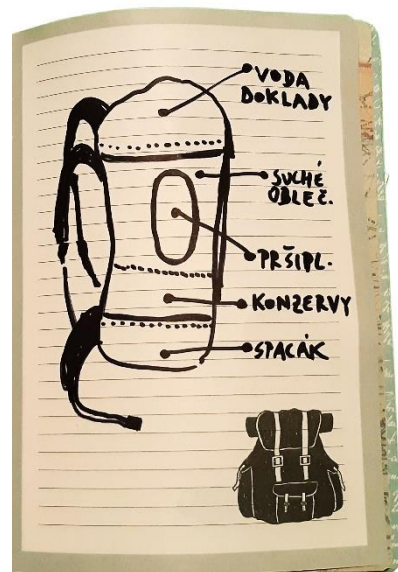
Predstav si, že k tebe príde Ježiš a povie ti, že o pol hodinu odchádzate na horu Tábor. Nevieš, kedy sa vrátite, a preto si radšej zbal' všetko, čo denne bežne potrebuješ a používaš. Bez akých hmotných vecí si nevieš predstaviť svoj život? Napíš všetko, čo ti chutí, čo máš rád, čo vytvára tvoje pohodlie, s čím najradšej tráviš voľný čas... Akých ľudí by si si symbolicky zbalil so sebou? A ktoré tvoje vlastnosti by nemali chýbať pri tvojom výstupe na horu? Bud', prosím, úprimný a napíš všetko, čo bežne nosíš v batohu svojho života.

Spoločne si potom čítajte úryvok z 84. žalmu. Vyzvi účastníkov, aby si počas ticha/hudby/piesne zapísali do denníka slová/verše, ktoré sa ich najviac dotkli. Môžu k nim aj niečo dokresliť alebo nechať miesto na nalepenie obrázku.



ŽALM PÚTNIKA(Ž 84, 6 – 13)

Blažený človek, ktorému ty pomáhaš,
keď sa chystá na svätú púť.
Až pôjdu vyprahnutým údolím,
premenia ho na prameň,
lebo ranný dážď ho odeje požehnaním.
Stúpajú a síl im stále pribúda,
až na Sione uvidia Boha najvyššieho.
Pane, Bože zástupov, čuj moju modlitbu,
vypočuj ma, Bože Jakubov.
Bože, náš ochranca,
pohliadni a pozri na tvár svojho pomazaného.
Jeden deň v твоjich nádvoiriach
je lepší než iných tisíce.
Radšej chcem stáť na prahu domu svojho Boha
ako prebývať v stanoch hriešnikov.
Lebo Pán, Boh, je slnko a štít,
milosť a slávu udeľuje Pán;
neodoprie dobro tým, čo kráčajú v nevinnosti.
Pane zástupov, blažený človek, čo sa spolieha na teba.



TICHO/HUDBA/PIESEŇ (účastníci si píšú do denníka)



PRIATELIA

„O šesť dní vzal Ježiš so sebou Petra, Jakuba a jeho brata Jána a vyviedol ich...“ (porov. Mt 17, 1)

Ježiš si spomedzi dvanástich apoštolov vyberá troch, aby s ním šli na vrch Tábor. Už niekoľkokrát zažili, že ich Ježiš volá mimo ostatných, aby s Ježišom niečo nové zažili a niečo nové sa naučili. Dáva im možnosť prehliť ich priateľstvo s ním skrze spoločné putovanie, zdieľanie aj ticho. Boh aj mne – na mojej životnej ceste – dáva priateľov, ktorí so mnou zdieľajú chvíle pekné i ťažké. Koho by som so sebou zobral na vrch ja?

Vyzvi účastníkov, aby si do denníka napísali mená najbližších priateľov – na počte nezáleží. Pod menami môžu nechať miesto na fotografie. Potom nech si do denníka nakreslia jednoduchú ľudskú postavičku. K jednotlivým častiam tela môžu dopísať meno priateľa a jeho dobrú vlastnosť. Ak im napr. niekto z priateľov vždy rád pomôže – **k ruke postavičky dopíšu jeho meno a text: „ochotne pomáha“**; ak ich niekto z priateľov rád vypočuje – **k uchu dopíšu jeho meno a text: „rád počúva“** a pod.

Potom účastníkov vyzvi, aby na prázdny list denníka napísali niektorému z priateľov list vďačnosti, v ktorom mu poďakujú za podporu, priateľstvo, dôveru a za to, že stoja pri nich. List nech potom vytrhnú a pošlú poštou v obálke alebo osobne odovzdajú priateľovi. Do denníka si môžu k vytrhnutému miestu poznačiť, že na tomto mieste bol napísaný a darovaný list vďačnosti spolu s menom adresáta. 😊

Spoločne si potom prečítajte úryvok z Knihy Sirachovcovej. Účastníkov vyzvi, aby si počas ticha/hudby/piesne zapísali do denníka slová/verše, ktoré sa ich najviac dotkli. Môžu k nim aj niečo dokresliť alebo nechať miesto na nalepenie obrázku.



O PRIATEĽSTVE (Sir 6, 5 – 17)

Milé slovo získava mnohých priateľov a krotí nepriateľov, láskavá reč dobrého človeka rozmnožuje (dobro). Môžeš mať mnoho takých, čo s tebou nažívajú v pokoji, ale za poradcu maj jediného z tisícich! Ak si chceš získať priateľa, získaj si ho pri skúške a nezdôveruj sa mu ľahko! Lebo niekto je priateľom za (vhodného) času, ale neostane ním, keď príde súženie. Iný priateľ sa zvrhne v nepriateľa a zasa iný je takým priateľom, čo odhaľuje nenávisť, zradu a pohanu. Niektorý priateľ je ti až účastníkom stola, a predsa nevytrvá pri tebe, keď príde núdza. Len priateľ, čo verne vytrvá pri tebe, nech ti je rovný a nech sa slobodne stýka s tvojimi domácimi; ak sa upokorí pred tebou a pred tvojou tvárou sa ukryje, budeš mať svorné a dobré priateľstvo. Od svojich nepriateľov sa oddel' a daj si pozor aj na priateľov! Verný priateľ je ako mocná pevnosť, kto takého nájde, nájde si poklad. Verného priateľa nemožno kúpiť a hodnota jeho vernosti sa nedá vyvážiť zlatom a striebrom. Verný priateľ je akoby liek nesmrteľného života a tí, ktorí sa boja Pána, nájdu ho. Kto sa bojí Boha, bude mať ozaj pravé priateľstvo, lebo kto aký je, takého bude mať aj priateľa.

TICHO/HUDBA/PIESEŇ (účastníci si píšú do denníka a modlia sa za svojich priateľov)



SAMOTA – ADORÁCIA

„... a vyviedol ich na vysoký vrch do samoty. Tam sa pred nimi premenil: tvár mu zažiarila sťa slnko a odev mu zbelel ako svetlo. Vtom sa im zjavil Mojžiš a Eliáš a rozprávali sa s ním.“ (Mt 17, 1 – 3)

Ak je to možné, túto časť modlitby uskutočnite pred eucharistickým Kristom. Pre vytvorenie atmosféry vrchu Tábor môžeš vedľa eucharistického Krista na oltári umiestniť sprava a zľava obrazy Mojžiša a Eliáša. Ak nemôžete mať túto časť pred Eucharistiou, priprav miestnosť tak, aby už pri vstupe „zaujala“ krásou. Aj Ježiš si vybral nádherné miesto svojho premenenia. ☺ Rovnako môžeš použiť obrazy prorokov a medzi ne umiestniť obraz Kristovej tváre. **Celý nasledujúci text čítaj dôrazne a pomaly.**

Pane, prichádzame s tebou na vrch, do samoty. Počas putovania sme spoznali viac teba i seba samých. Tu na vrchu už nepočuť ruch sveta, tu môžeme zostať len s tebou. „Nie je dobré byť človeku samému,“ povedal Boh už Adamovi. Na jednej strane nás samota desí a ničí, na druhej strane ju každý občas potrebujeme. Samota nás môže ľakať aj lákať...

Niekedy je ťažké vstúpiť do ticha samoty, a preto pred ňou utekáme k hluku, sociálnym sieťam, seriálom, hrám, zábave... Ale keď si nedoprajeme čas byť sami a nenačúvame svojmu srdcu – nedáme mu šancu usporiadať zmätok, ktorý v ňom často je. Nechať zaznieť svoje srdce môže byť veľmi ťažké, dokonca boľavé – a práve preto nás Ježiš pozýva do samoty s ním. V nej nám chce dať spoznať Otca, ale aj seba samých.

Odovzdaj Bohu chvíle samoty, ktoré boli pre teba zničujúce, ubíjajúce, a nechaj sa pozvať do samoty, ktorá ťa chce prežiť a naplniť krásou. Prijmi pozvanie do samoty s ním a načúvaj, zahľad' sa. V jeho prítomnosti môžeš stáť obnažený, taký, aký si – bez masky, so všetkými slabosťami a darmi. Môžeš stáť v tichu pred Otcom, ktorý ťa objíma nie preto, že si urobil niečo úžasné, ani preto, že si splnil všetky povinnosti a očakávania, ale jednoducho len preto, že si. Si hodný jeho lásky taký, aký si.



Ježiš vyviedol apoštolov do samoty, a predsa počujeme Petra: „Pane, dobre je nám tu...” Práve toto ťa pozýva Ježiš zakúsiť tu, v samote s ním. Traja Ježišovi priatelia – Peter, Jakub a Ján – zostali v úžase z jeho žiariacej tváre. Ten, ktorý s nimi putoval, učil ich, jedával s nimi a pred ich očami robil zázraky – ich učiteľ a priateľ –, nie je len prorok, ktorého poslal Boh. Je to SÁM BOH – Boh Abraháma, Izáka a Jakuba. Ten Boh Izraela, s ktorým sa rozprával Mojžiš z tváre do tváre, ten mocný Boh, za ktorého bojoval Eliáš na vrchu Karmel, stojí teraz v celej svojej sláve TU pre nimi. Vidia ho prežiarčeného slávou a zostávajú preľaknutí a v úžase.

A k tomu pozýva Ježiš aj teba, chce ti zjaviť svoju žiariacu tvár. Stojíš pred tým istým Kristom ako jeho priatelia na vrchu. Jeho tvár sa odráža v tvojej tvári. Chce ti dať zakúsiť svoje premenenie a prežiarenie svojou krásou a láskou.

Ježiš, chcem, aby tvoj pohľad spočinul na mne. Nech jas tvojho svetla osvieti moju myseľ i srdce. Chcem vystaviť tvojmu svetlu a tvojej láske každé miesto vo svojom živote, ktoré treba premeniť. Pane, dobre je nám tu. Ďakujem, že tu môžem byť s tebou!



Vyzvi účastníkov, aby sa vrátili ku kresbe zbaleného batoha, a pokračuj:

Boh, ktorý na teba hľadá s láskou, sa túži spolu s tebou pozrieť na tvoj batoh – nie s výčitkou, ale s túžbou, aby si spoznal, čo ťa od neho vzdďľuje, čo ti bráni počuť jeho hlas, vnímať jeho prítomnosť a čo ťa to uzatvára do seba a pred druhými. Pán, keď premieňa, neničí. Mnohé z vecí v tvojom denníku nie sú samy osebe zlé, len ich možno nesprávne používaš.

Vyzvi účastníkov, aby do denníka dokreslili kôš a vpísali doň všetko, čo ich vzdďľuje od Boha a blížnych. Potom ich pozvi do symbolického očistenia tváre a pohľadu očí aj srdca.

HUDBA/PIESEŇ

Počas nej pristúpi ku každému účastníkovi kňaz/diakon/animátor, na ruky mu naleje vodu, ktorou si účastník umyje tvár. Pomocníci držia nádobu, do ktorej steká použitá voda, príp. podajú papierové utierky. Postaraj sa, aby tento symbolický okamih prebehol v pokoji a hĺbke. Nezabudnite na prítomnosť eucharistického Krista. Potom pokračuj:

Učeníci zakúsili dobrotu a krásu na hore Tábor, a to celé ich premenilo. Všetko sa po premenení vráti do každodennosti, ale už to nebolo také isté ako predtým. Bola tam nová skúsenosť. Už ani ty nie si taký istý, ako keď si vystupoval na horu. Ježiš ťa pozýva, aby si ho nasledoval, ako učeník aby si si nenechal len pre seba to, čo si zažil na hore Tábor.

Modlitba na úmysel Svätého Otca a požehnanie Sviatosťou oltárnou ukončené slovami: A teraz vykroč do každodennosti!



Na záver účastníkov vyzvi, aby si do denníka napísali alebo nakreslili zážitky z výstupu na vrch Tábor. Môžu si naznačiť cestu smerom dole aj s konkrétnymi nápadmi ich premeny – čo túžia robiť inak, na koho sa chcú pozerieť inak, čo v ich okolí potrebuje premenu, v čom konkrétne chcú rásť a premieňať sa oni sami...

Popros ich, aby boli veľmi konkrétni – aj keby si mali zapísať len jednu výzvu, ktorú sa budú v najbližšej dobe snažiť aj uskutočniť. Do denníka potom môžu dopísať, dokresliť alebo nalepiť fotografie – ako sa im darí... Nezabudni ich v tom podporovať, aby vaše denníky nezapadli prachom zabudnutia. ☺

Pre VÝŠINY pripravili:

Školské sestry svätého Františka – sr. Veronika Mazúrová, sr. Mariela Pavlíková,
sr. Bibiána Straková, sr. Dorota Andrášová, sr. Katarína Němcová a Anastázia Závadská

