




SVIET

Symbol:  VLNOVÁ DĚLKA SVETLA

zdroj svetla 

- prirodzené: slnko, hviezdy, blesk, oheň...
- umelé: žiarovka, žiarivka, výbojka...


svetlo - viditeľné svetlo - elektromagnetické žiarenie umožňujúce vnímanie zrakom; opakom je tma 

Večné svetlo - symbol neustálej Božej prítomnosti vo Svätostánku 



Svetlo má časticovú povahu (prúd fotónov), ale aj vlnovú (elektromagnetické žiarenie). Niektoré vlny mozog interpretuje ako farby - od červenej (s vlnovou dĺžkou 780 nm) po fialovú (s vlnovou dĺžkou 380 nm). To je tzv. viditeľná časť svetla.


Žiarenia s väčšími vlnovými dĺžkami ako 780 nm:

- infračervené - vnímame pokožkou ako teplo;
- mikrovlny - ohrev jedla;
- rádiové vlny - prenos TV a wi-fi signálu 

Žiarenia s menšími vlnovými dĺžkami ako 380 nm:

- UV - opalovanie
- röntgenové - snímky tela

svetlo v hovorovej reči

- "Uzrieť svetlo sveta ..." - narodiť sa
- "Uvidieť niečo v novom svetle ..." - objasniť nové súvislosti
- "Svetlo na konci tunela ..." - nádej na zlepšenie
- "A svetlo večné nech im svieti ..." - časť modlitby za zomrnutých 





SVÄTOŽIARY

CIELE: Pomocou symbolu svätožiary nanovo objaviť v sebe túžbu po svätosti.

POMÔCKY: notebook, veľká obrazovka alebo projektor na prezentáciu; maketa svätožiary – kovová alebo drevená kružnica, resp. zlatý kruh z kartónu alebo tenkej dosky a pod.

DĹŽKA: cca 45 min.

Na úvod tejto aktivity polož účastníkom niekoľko otázok:

- **Viete, čo je svätožiara?**
- **Viete, aký môže mať tvar?**
- **Viete, kde a kedy sa objavila a prečo sa používa?**

Zopár základných informácií o svätožiare:

- 🌀 Svätožiara je vizuálny symbol používaný v umení na označenie svätosti, Božej milosti, čistoty alebo výnimočnosti osoby.
- 🌀 Označujeme ju aj slovami gloriola, nimbus alebo aureola.
- 🌀 Svätožiara je najčastejšie svetelný kruh alebo žiara okolo hlavy. Môže mať aj tvar trojuholníka (symbol Najsvätejšej Trojice) alebo môže byť okolo celej postavy v tvare pripomínajúcom mandlu – tzv. mandorla.
- 🌀 Svätožiara sa neobjavila len v kresťanstve. Nájdeme ju aj v budhizme či hinduizme. Jej korene siahajú do starovekého Egypta a Grécka. V Rímskej ríši ju používali pri zobrazení cisárov ako znak ich výnimočnosti.
- 🌀 V stredovekom umení mali svätožiaru aj významné osoby. Čím významnejšia osoba, tým výraznejšia svätožiara.
- 🌀 V kresťanskom umení sa svätožiara v priebehu dejín menila – spočiatku ju mal len Kristus, neskôr aj svätí. Z plného kruhu sa postupne stával naklonený disk alebo len tenká čiara. V období vrcholnej renesancie skoro úplne vymizla, no vzápätí sa znova objavuje...
- 🌀 Svätožiara sa stala symbolom aj mimo duchovný či kresťanský kontext. Je súčasťou kostýmov a vo filmoch či komiksoch sa objavuje nad hlavami postáv ako vyjadrenie zdanlivej nevinnosti – „To som nebol ja...” 😊

V tejto chvíli dovoľ účastníkom použiť svoje mobilné telefóny a vyzvi ich, aby našli čo najzaujímavejšie zobrazenie svätožiary. Nemusí ísť pritom len o kresťanské umenie. Daj im na to niekoľko minút a oznám im, že svoj výsledok musia tiež zaujímavo odprezentovať. Ideálne by bolo, ak by ste mohli zdieľať svoje „objavy“ spoločne na väčšej obrazovke alebo projekcii. Na záver môžete vybrať TOP 3 svätožiary. Ako predprípravu na ďalšiu diskusiu si môžete pozrieť aj [krátky dokument o slávnom oltárnom obraze svätých od dominikánskeho maliara Fra Angelica](#).





Po prezentácii pokračuj v diskusii. Použi pri nej maketu svätožiari, ktorú necháš kolovať medzi účastníkmi s prosbou, aby si ju na chvíľku priložili nad/za hlavu. Je zrejmé, že táto aktivita vyvolá úsmev, smiech, možno u niekoho rozpaky či nevôľu. S citom a múdrosťou usmerňuj priebeh a nikoho do ničoho nenúť. Rešpektuj ich slobodu a „uchráň“ svätožiaru pred zosmiešnením. 😊

Skúsme trochu popustiť uzdu fantázii a predstavme si, že raz budeme vyhlásení za blahoslavených alebo svätých a bude potrebné vytvoriť našu podobizeň. Hoci sa dnes už svätožiara používa úplne inak a v menšej miere, skúsme si ju priložiť k hlave.

- Aký je to pocit, že by som ja bol raz svätý?
- Verím vôbec vo svätosť?
- Túžim po svätosti?
- Pripúšťam takú možnosť alebo je to úplné náboženské sci-fi?
- Svätí sú často patróni rôznych stavov či povolání a majú svoj atribút. Poznáte nejakého svätého – patróna? (napr. Carlo Acutis – patrón internetu)
- Koho alebo čoho patrónom by som bol ja? Aký by bol môj atribút?

Toto je unikátny priestor, aby sa vyjadrili ostatní, ako daného účastníka vnímajú oni. V čom vidia jeho potenciál, jeho silu a dary... Na každom sa vždy dá nájsť a vyzdvihnúť niečo pozitívne. Možno práve vďaka tejto aktivite zaznie v duši niektorých účastníkov silné povzbudenie a zažijú túžbu po svätosti... Potom pokračuj takto alebo podobne: **Svätosť však nie je len fakt, že je niekto za svätého vyhlásený, má svoj portrét a dátum liturgickej spomienky. O mnohých svätých tento svet ani nevie. Svätosť je dosiahnutie cieľa. Svätosť je pozvanie pre nás všetkých...**

Ponúkame vám myšlienky z príhovoru pápeža Františka, ktorý predniesol na Slávnosť všetkých svätých v prvom roku svojho pontifikátu (Vatikán; 1. 11. 2013).

Celé znenie na stránke TK KBS: www.tkkbs.sk/view.php?cisloclanku=20131101002

~~~~~ **Svätí nie sú nadľuďmi** ani sa nenarodili ako dokonalí. Sú ako my, ako každý z nás. Sú to ľudia, ktorí skôr než dosiahli nebeskú slávu, žili normálny život, s radosťami a bolesťami, námahami a nádejami.

~~~~~ **Čo však zmenilo ich život?** Keď spoznali Božiu lásku, nasledovali ho s celým srdcom bez kladení si podmienok či pokrytectva, svoj život vynaložili na službu druhým, znášali utrpenia a protivenstvá bez nenávisťi a na zlo odpovedali dobrom, šíriac radosť a pokoj...

~~~~ Svätí sú muži a ženy, ktorí majú **radosť v srdci** a odovzdávajú ju druhým. **Byť svätým nie je privilegiom niekoľkých...** V krste sme všetci dostali do dedičstva schopnosť stať sa svätými. Je to povolanie pre všetkých.

~~~~ **Všetci sme preto pozvaní kráčať cestou svätosti a táto cesta má svoje meno a má svoju tvár: je to Ježišova tvár.** On nás učí, ako sa stať svätými, Ježiš Kristus nám v evanjeliu ukazuje cestu: je to cesta blahoslavenstiev.

~~~~ Nebeské kráľovstvo je totiž pre všetkých, ktorí svoju istotu nevkladajú do vecí, ale do Božej lásky. Pre všetkých, ktorí majú **srdce jednoduché, pokorné, nemyslia si o sebe, že sú spravodliví, a nepohrdajú druhými**, všetci, ktorí dokážu trpieť spolu s trpiacimi a radowať sa s tými, čo sa radujú, nie sú násilníci, ale milosrdní a usilujú sa byť tvorcami zmierenia a pokoja.

~~~~ **Svätí majú pre nás odkaz: dôverujte Pánovi, pretože Pán nesklame!** Je to dobrý priateľ, ktorý je vždy po našom boku. Nikdy nesklame!

~~~~ Svätci nás svojím svedectvom povzbudzujú, aby sme sa **nebáli ísť proti prúdu, nebáli sa nepochopenia či výsmechu vtedy, keď rozprávame o Pánovi a o evanjeliu.** Ukazujú nám svojím životom, že ten, kto zostáva verný Bohu a jeho slovu, zakusuje útechu jeho lásky už na tejto zemi a potom „v stonásobnej miere“ vo večnosti.



K textom pápeža Františka je vhodné pridať aj ďalšie podotázky a účastníkov sa pýtať, ako svätosť vnímajú oni. Napriek tomu, že asi ostanú trochu zaskočení, skús im niektoré otázky položiť znova. Možno sa ich odpovede budú od tých predchádzajúcich trochu líšiť...

- Verím vo svätosť a vo svätých?
- Túžim po svätosti alebo mám pred ňou strach?
- Pripúšťam vôbec možnosť, že budem raz svätý?
- Kto je môj obľúbený svätý a prečo?
- Aké mám (alebo budem mať) birmovné meno?
- Inšpiroval ma k nemu nejaký svätý?
- Ak áno, akou svojou vlastnosťou?

**Na záver si prečítajte 3. kapitolu Prvého Jánovho listu alebo úryvok: (1 Jn 3, 1 – 3)**

Pozrite, akú veľkú lásku nám daroval Otec: voláme sa Božími deťmi a nimi aj sme.

Preto nás svet nepozná, že nepoznal jeho.

**Milovaní, teraz sme Božími deťmi, a ešte sa neukázalo, čím budeme.**

**Vieme však, že keď sa on zjaví, budeme mu podobní,**

**lebo ho budeme vidieť takého, aký je.**

Každý, kto má túto nádej v neho usiluje sa byť čistý, ako je on čistý.



## S(v)IEŤ

**CIELE:** Uvedomiť si, že cesta k svätosti je osobná, no kráčame k nej spoločne, že sa navzájom potrebujeme, dopĺňame, podporujeme aj inšpirujeme.

**POMÔCKY:** nápis NEBO, špagát, nožnice, kľbko nejakej hrubšej farebnej nite alebo vlny

**DĹŽKA:** cca 45 min.

Na túto aktivitu budeš potrebovať pevný bod, na ktorý si budú môcť účastníci priviazať jeden koniec svojich špagátov. Môže to byť pevne ukotvený hák v stene, kľučka na okne či dverách alebo radiátor. Ak budete aktivitu realizovať v exteriéri, pevným bodom môže byť napr. aj konár stromu... K tomuto bodu pripevni jednoduchú tabuľku s textom „NEBO“. Daj účastníkom k dispozícii dostatočne veľa špagátu a nožnice. Vyzvi ich, aby si každý odstrihol svoju dĺžku špagátu a jeden koniec pripevnil na pevný bod – teda do „NEBA“. Druhý koniec budú držať v ruke a rozmiestnia sa v priestore. Dĺžka špagátu má symbolizovať, ako ďaleko od neba sa momentálne nachádzajú. 😊 Túto informáciu im povedz pred strihaním špagátu... Aby si im bol dobrým príkladom, aj ty si odstrihni svoj špagát a niekam sa postav.

Keď budú účastníci (aj spolu s tebou) rozmiestnení v priestore, okomentuj to takto alebo podobne:

**Vytvorili sme umeleckú inštaláciu s duchovným presahom. 😊 Všetky špagáty sa zbiehajú v jednom bode s názvom „NEBO“. To je naša túžba, naše smerovanie, náš cieľ – svätosť. Momentálne sme na ceste... Každý inde – na svojej ceste, vo svojom vlastnom časopriestore a každý inak ďaleko od cieľa...**

**K svätosti kráčame každý sám. Ale ak sa dobre pozriete na naše špagáty – čím sú bližšie pri cieľi, tým sú bližšie aj k sebe navzájom. Každý z nás kráča k svätosti svojím vlastným krokom. No nie sme izolované ostrovy – ako ľudia na planétach Malého princa. Pri kráčaní k svätosti si vieme pomôcť a obohatiť sa.**

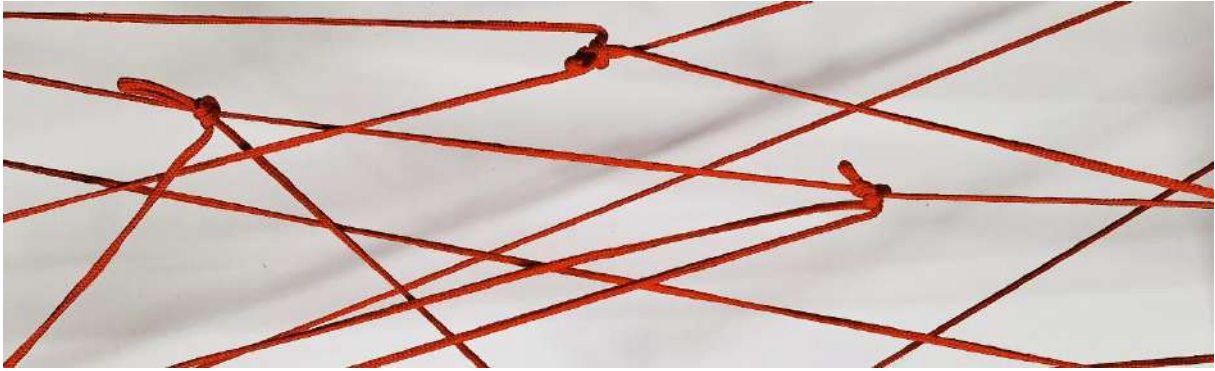
**V živote dýcha každý sám za seba, no zároveň si vieme veľmi pomáhať „so životom“, ako ho čo najlepšie žiť. Niektorí inšpirujú, niektorí povzbudzujú, niektorí korigujú, niektorí prepájajú, iní zase robia viac ako iní, lebo je vytrvalý. Spolu však môžeme viac ako jednotlivci.**

V tejto chvíli sa veľmi hodí úryvok z *Evanjelia podľa Marka*:

**(Mk 2, 1 – 5)**

O niekoľko dní znova vošiel do Kafarnauma. Ľudia sa dopočuli, že je v dome, a zišlo sa ich toľko, že už nebolo miesta ani pred dvermi. A on im hlásal slovo. Tu prišli k nemu s ochrnutým človekom; niesli ho štyria. A keď ho pre zástup nemohli priniesť až k nemu, odkryli strechu tam, kde bol, a otvorom spustili lôžko, na ktorom ležal ochrnutý.

Keď Ježiš videl ich vieru, povedal ochrnutému: „Synu, odpúšťajú sa ti hriechy.“



Potom pokračuj:

**V Písme sme počuli – „Keď Ježiš VIDEL ICH VIERU...” Ježiš ocenil ich snahu, ich vynaliezavosť, ich kreativitu. Vzájomne si totiž pomáhali... Ochrnutý im nebol ľahostajný a nenechali sa odradiť žiadnou prekážkou. Vďaka ich láske sa dostal ochrnutý bližšie k Ježišovi.**

Pripevni svoj koniec špagátu napr. o stoličku, aby si mal voľné ruky a vyber kľbko farebnej vlny. Môže to byť aj pôvodný špagát, ale pre krajší vizuálny výsledok odporúčame niečo hrubšie a výraznejšie. Naviaž koniec farebnej vlny na svoj špagát a premiestni sa k niektorému z účastníkov, pričom budeš odvíjať vlnu. Vyber si účastníka, s ktorým ťa viaže nejaká pekná spomienka a priviaž vlnu o jeho špagát. Povedz nahlas, čo ťa s ním spája, napr.: ***Včera si sa na mňa krásne usmial a ja som to práve v tej chvíli potreboval...***

Vyzvi účastníkov, aby urobili podobne. Začne ten, koho si si vybral ty... Požičaj mu stoličku, na ktorú si na chvíľu pripevní svoj špagát, aby sa mohol s kľbkom vlny presunúť k niekomu inému a priviazať mu ju na jeho špagát. Môžu si vybrať kohokoľvek kto im pomohol, povzbudil ich alebo aj v dobrom napomenul... Nech pomenujú, čím je pre neho tento človek príkladom, vzorom a inšpiráciou a čo ich v tej chvíli priblížilo k nebu. Postupne tak bude vznikať sieť prepájajúca špagáty smerujúce do „NEBA”. Každý môže prijať a odovzdať kľbko vlny aj viackrát, aby skutočne vznikla veľká a pevná sieť. Na záver môžeš položiť otázky na zdieľanie:

- **Ako si sa cítil, keď si bol „prepojený“?**
- **Bolo ľahké/ťažké nájsť prepojenie s inými?**
- **Pomohla ti táto aktivita uvedomiť si, že sa navzájom potrebujeme?**
- **Kto je svetlom na tvojej ceste?**
- **Kto v tvojom živote tvorí/tvoril s tebou pevné puto?**
- **A komu pomáhaš ty? Komu svietiš ty?**

Aktivitu môžeš ukončiť takto alebo podobne:

**Svätosť nie je sólo projekt. Je to príbeh, ktorý síce píše každý vlastným životom, ale krása toho príbehu vzniká až vtedy, keď sa naše nitky, riadky života, začnú prepájať. Uvedomenie si svojho daru i darov druhých nás drží pokope, aby sme vytrvali, aby sa nik nevzdialil ani nevytratil a zároveň nám pomáha byť silnejšími, pevnejšími a odolnejšími...**





## ZRKADLO SVETLA

**CIELE:** ponúknuť mladým ľuďom netradičné spovedné zrkadlo a nasmerovať ich na našu úlohu a poslanie svietiť vo svete.

**POMÔCKY:** vytlačený text spovedného zrkadla

Táto aktivita je posledná v celej duchovnej príprave BUĎ SVETLOM! a práve preto je úplne iná. Nedávame k nej žiadne postupy ani odporúčania, lebo jej bohatstvo a svetlo je ukryté priamo v texte a je teda celkom na tebe, ako a kde ju použiješ.

**Zrkadlo svetla** je špeciálne spovedné zrkadlo, ktoré má v každej otázke ukryté svetlo...  
Prajeme ti, aby ste s mladými, ktorých ti Boh zveril, svietili čoraz viac!

(Mt 5, 16)

„Nech tak svieti vaše svetlo pred ľuďmi,  
aby videli vaše dobré skutky  
a oslavovali vášho Otca v nebi.“

Rozprávky sa poväčšine začínajú slovami „Kde bolo, tam bolo ...“ a hovoria o minulosti. Ježišovo svetlo však pozýva nie k minulosti, ale k budúcnosti, ktorá sa už začína rozjasňovať v prítomnosti. Je to svetlo, ktoré neosvetľuje len to, čo bolo, ale ukazuje cestu, ktorá ešte len vzniká. Nie je to spomienka na dávny príbeh, ale živá výzva vykročiť dopredu – aj keď cesta nie je vždy jasná. Kristovo svetlo neodhaľuje iba to, kde sme zabúdili, ale najmä to, kam môžeme ísť. A my môžeme v Kristovom svetle kráčať v ústrety Božiemu plánu pre nás – k svätosti. Prijmi toto pozvanie.

### Úvodná modlitba:

Pane Ježišu, ty si Svetlo sveta. Ukáž mi, kde som prinášal svetlo a kde som šíril tmu. Daj mi pravdivé srdce a odvahu žiť bližšie pri tebe.

### Svetlo vo vzťahu k Bohu

- Prinášal som do svojho života Božie svetlo modlitbou a časom s Bohom?
- Nezatváral som svoje srdce pred svetlom Božieho slova?
- Bolo vo mne počas svätej omše živé svetlo viery alebo iba zvyk?
- Dovolil som Bohu, aby jeho svetlo vstúpilo aj do mojich slabostí a hriechov?
- Neskrýval som svetlo svojej viery pred druhými zo strachu alebo z hanby?
- Nepoužíval som Božie meno bez úcty a neuháľal tým svetlo úcty k Bohu?
- Hľadal som svetlo pravdy u Boha alebo v poverách, horoskopoch a ezoterike?
- Bol som ochotný niesť Kristovo svetlo aj vtedy, keď to nebolo pohodlné?



## Svetlo vo vzťahu k sebe samému

- Staral som sa o svetlo svojho vnútorného života alebo som sa vnútorne zanedbával?
- Neuhášal som svetlo nádeje v sebe negativitou alebo zúfalstvom?
- Prinášalo moje správanie svetlo pokoja alebo chaos do svojho života?
- Nepohlcovalo moje svetlo príliš veľa času na mobile, sociálnych sieťach alebo hrách?
- Rozvíjal som svetlo talentov, ktoré mi Boh dal?
- Bol som úprimný vo svetle pravdy o sebe alebo som žil v pretvárke?
- Vedel som prijať Božie svetlo aj do svojich zranení a slabostí?
- Neskrýval som svoje pravé svetlo za masku, pózu alebo falošný obraz len preto, aby som bol lepší?

## Svetlo v rodine

- Prinášal som do svojej rodiny svetlo pokoja a lásky?
- Nezhasínal som svetlo domova hádkami, urážkami alebo tvrdosťou?
- Svietilo vo mne svetlo úcty voči rodičom a blízkym?
- Bol som svetlom pomoci a ochoty doma?
- Nezatienil som svetlo vzťahov egoizmom alebo ľahostajnosťou?
- Prinášal som do rodiny svetlo povzbudenie alebo skôr kritiku a napätie?
- Modlil som sa za svetlo múdrosti a požehnania pre svoju rodinu?

## Svetlo vo vzťahoch a priateľstvách

- Bol som pre svojich priateľov svetlom dobra a prijatia?
- Neuhášal som svetlo druhých posmechom, klebetami alebo ponižovaním?
- Prinášal som svetlo pravdy a úprimnosti do vzťahov?
- Nezatienil som svetlo vzťahov manipuláciou alebo využívaním druhých?
- Vedel som byť svetlom povzbudenie pre osamelých alebo slabších?
- Nepokazil som niekomu svetlo radosti svojou závišťou alebo žiarlivosťou?
- Bol môj humor svetlom radosti alebo tmou výsmechu?
- Ukazovalo moje správanie vo vzťahoch svetlo Kristovej lásky?



## Svetlo čistoty a lásky

- Chránil som svetlo čistoty vo svojom srdci a v pohľade?
- Nezatemňovala moje vnútro pornografia alebo nečisté myšlienky?
- Pozeral som sa na druhých vo svetle úcty a dôstojnosti?
- Nezneužíval som svetlo lásky iba pre vlastné potešenie?
- Prinášal som do vzťahov svetlo vernosti a zodpovednosti?
- Neuhasil som v niekom svetlo nevinnosti alebo dôvery?
- Dovolil som Kristovmu svetlu uzdravovať moje hriešne túžby a vzťahy?

## Svetlo v škole, práci a povinnostiach

- Prinášal som svetlo poctivosti do školy, práce a povinností?
- Nezatemňoval som svetlo pravdy podvádzaním alebo klamstvom?
- Bol som svetlom zodpovednosti a spoľahlivosti?
- Neuhášal som svetlo svojich schopností lenivosťou?
- Vedel som byť svetlom povzbudenia medzi spolužiakmi alebo kolegami?
- Neprinášal som do prostredia svetlo iba vtedy, keď sa mi to hodilo?
- Používal som svoje schopnosti na šírenie svetla dobra?

## Svetlo v online priestore

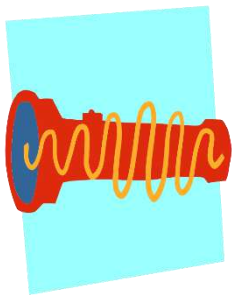
- Prinášal som na sociálne siete svetlo dobra, pravdy a pokoja?
- Nešíril som namiesto svetla hnev, vulgarizmus alebo nenávisť?
- Nezatenilo moje svetlo neustále hľadanie pozornosti a uznania?
- Bol som svetlom autenticity aj v online priestore?
- Neuhášal som svetlo druhých výsmechom alebo hejtom?
- Pomáhal obsah, ktorý som zdieľal, prinášať svetlo alebo skôr tmu?
- Dovolil som internetu, aby mi kradol svetlo živých vzťahov a reality?

## Svetlo pre svet okolo mňa

- Bol môj život svetlom, ktoré ukazuje na Krista?
- Videli druhí vo mne svetlo nádeje, dobra a pokoja?
- Nezhasínal som svetlo druhých svojou ľahostajnosťou?
- Prinášal som svetlo tam, kde boli smútok, samota alebo bolesť?
- Nešíril som namiesto svetla cynizmus, negativotu alebo beznádej?
- Povzbudzoval som druhých, aby objavili svetlo Božej lásky?
- Bol som ochotný byť svetlom aj tam, kde bolo nepohodlie alebo nepochopenie?
- Nezakopal som svetlo, ktoré mi Boh zveril?

## Záverečná modlitba:

Pane Ježišu, ty si Svetlo sveta. Odpusť mi chvíle, keď som neprinášal svetlo, ale tmu. Zapál vo mne znova svetlo viery, nádeje a lásky, aby môj život viedol druhých bližšie k tebe. Amen.



## ADORÁCIA DETÍ SVETLA

**POMÔCKY:** čierne papiere (formát A6) pre každého účastníka; písacie potreby; vytlačené papiere s modlitbou pre každého účastníka – nájdeš ich v prílohe na stiahnutie; dve nádoby na papiere pred oltárom

Krásnym záverom adorácie by bolo, ak by si každý účastník mohol odniesť sviecu s venovaním alebo s biblickým citátom:

**Kedysi ste boli tmou, ale teraz ste svetlom v Pánovi. Žite ako deti svetla! (Ef 5, 8)**

### PIESEŇ *(Např. Do tmy na svet)*

*(Počas nej kňaz alebo diakon vyloží Sviatosť oltáru.)*

### KOMENTÁR

Prorok Izaiáš píše: „Ľud kráčajúci vo tmách uzrie veľké svetlo.“ (Iz 9, 1)

Pane, sme tu s týmto tvojím príslubom a chceme ďalej načúvať tvojim slovám...

*(chvíľa ticha)*

Ľud kráčajúci vo tmách uzrie veľké svetlo. Tento Boží príslub sa doslovne uskutočnil v živote Šavla, prenasledovateľa mladej Cirkvi...

### Čítanie zo Skutkov apoštolov (Sk 9, 1 – 3)

Šavol ešte stále dychtil po hrozbách a zabíjaní Pánových učeníkov. Išiel teda k veľkňazovi a vyžiadal si od neho listy pre synagógy v Damasku, aby mohol stúpencov tejto Cesty, mužov i ženy, ak tam dajakých nájde, v putách priviesť do Jeruzalema. Ako šiel a blížil sa k Damasku, zrazu ho zalialo svetlo z neba.

### KOMENTÁR

Šavol mal svoje smerovanie, svoju víziu, jasné poslanie.

Keď sa blížil k cieľu, zalialo ho svetlo – tvoje svetlo... *(chvíľa ticha)*

Šavla zalialo svetlo. Jemné a mocné zároveň.

Jemné – lebo sa fyzicky nedotklo, neudrelo, neublížilo...

Mocné – lebo zasiahlo, zastavilo, zrazilo k zemi a zmenilo...

Šavol bol dovtedy presvedčený o svojej pravde, smerujúci k jej uskutočneniu. Rozhodný, akčný a neodkloniteľný od svojho zámeru. Tvoje svetlo ho postavilo do pravdy.

### Čítanie z Evanjelia podľa Jána (Jn 1, 9)

Pravé svetlo, ktoré osvecuje každého človeka prišlo na svet.

### KOMENTÁR

Ježišu, ty si to pravé svetlo, ktoré osvecuje každého človeka. Osvecuješ nás, môžeš nás vyviešť z našich temnôt. Potrebujeme ťa. Potrebujeme tvoj zásah, tvoje svetlo. Svetlo, ktoré nás zaleje, zrazí k zemi, ale neublíži. Svetlo, ktoré nás postaví do pravdy. Svetlo, ktoré nás zastaví na cestách smerujúcich nesprávne – nás, idúcich rozhodne, neodkloniteľne a nezastaviteľne. Ktoré sú tie naše nesprávne cesty a smerovania? Každý z nás vie...

## KOMENTÁR – AKTIVITA

V tejto chvíli napíšme na čierny papier – symbolizujúci tmu, to, čo nás ťaží a s čím si nevieme rady... Chybné rozhodnutia, nesprávne cesty, zlé motivácie. Čo je na papieri, ostane medzi Bohom a tebou, nik iný to nebude čítať. Na tom čiernom papieri to navyše skoro vôbec nie je vidieť... Stačí, ak napíšeme jedno slovo, písmeno, symbol – čokoľvek, čomu rozumieme iba my a Boh.

*(chvíľa ticha, prípadne v pozadí inštrumentálna hudba...)*

## KOMENTÁR

Ježišu, svetlo je symbolom tvojej milosti. Je jemná a mocná zároveň. Ty nelámeš človeka nasilu, ale nežne ho premáhaš, usvedčaš a získavaš na stranu pravdy. Chceme sa poddať tejto sile tvojej milosti.

**PIESEŇ** *(Např. Milosťou žijem)*

## KOMENTÁR

Pane Ježišu, v tejto chvíli nechávame na seba dopadať svetlo tvojej milosti, tvojho pohľadu. Vystavujeme sa tomuto svetlu ako slnku. Ako nás slnko vie opáliť bez toho, aby sme si to hneď aj všimli, tak dopadá svetlo tvojej prítomnosti teraz na nás. Ako slnko mení našu pokožku, ktorá pod jeho vplyvom pomaly tmavne, tak teraz ty môžeš meniť naše srdcia, vnútro, životy...

A my to chceme, otvárame sa tejto tvojej milosti, poddávame sa ti...

Veríme, že nás v tejto chvíli premieňaš a náš život sa stáva iným...

**PIESEŇ** *(Např. Taký, aký som)*

Čítanie zo Skutkov apoštolov (Sk 9, 5 – 9)

Šavol sa opýtal: „Kto si, Pane?“ A ten: „Ja som Ježiš, ktorého ty prenasleduješ.

Ale vstaň, choď do mesta a povedia ti, čo máš robiť.“

Muži, čo ho sprevádzali, stáli ako ohromení, lebo hlas počuli, ale nikoho nevideli.

Šavol vstal zo zeme, otvoril oči, ale nič nevidel.

Vzali ho teda za ruku a zaviedli do Damasku.

Tri dni nevidel a nejedol, ani nepil.

## KOMENTÁR

Šavol vstal, otvoril oči, ale nič nevidel... Zasiahnutí milosťou sa meníme. Vieme, že realita, ktorá bola doteraz, už nemôže byť taká istá. Ale ešte nemáme jasno, aká má byť tá nová. Nevidíme, prežívame možno zmätok, určitú temnotu. Táto slepota – subjektívna temnota – je v skutočnosti nadmiera svetla, ktorá oslepuje. Sám Šavol po svojom obrátení – už ako Pavol – povzbudzuje veriacich v Ríme slovami:

Čítanie z Listu Rimanom (Rim 13, 12)

Noc pokročila, deň sa priblížil.

Zhoďme teda skutky tmy  
a oblečme sa do výbroje svetla.

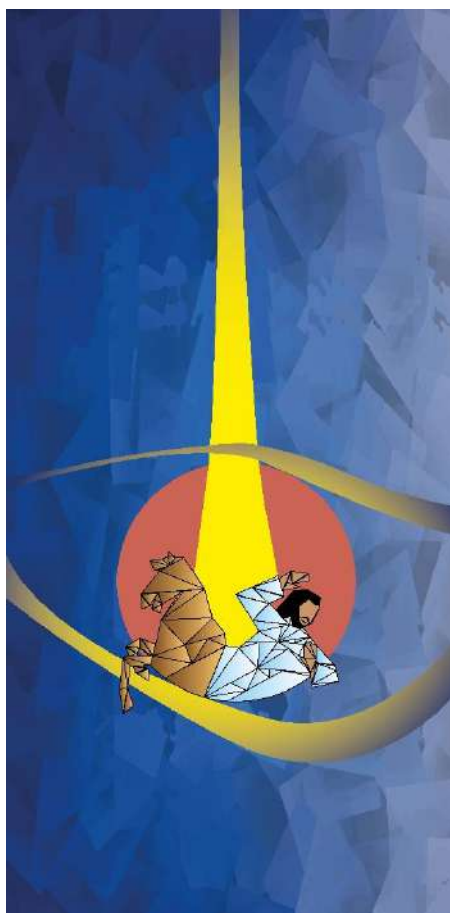


## KOMENTÁR

Pavol vedel, že život pred obrátením bol nocou, plnou skutkov tmy. Po dotyku milosti nás povzbudzuje vstať, zhodiť tieto skutky a obliecť si „výzbroj svetla“ – nový život, život premenený Božou milosťou. Aj ty sám, Ježišu, nás povzbudzuješ v evanjeliu k skutkom svetla, ktoré budú svietiť a svedčiť:

Čítanie z Evanjelia podľa Matúša (Mt 5, 16)

Nech tak svieti vaše svetlo pred ľuďmi,  
aby videli vaše dobré skutky  
a oslavovali vášho Otca, ktorý je na nebesiach.



## PROSBY

K: Ježišu, počítáš s našou ochotou byť odrazom tvojho svetla, dať tomuto svetu viac svetla, tepla a nádeje. Prosíme ťa modlitbou svätej Matky Terezy:

K: Príď a buď mojím svetlom.

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

K: Ježišu, ty poznáš každý záhyb mojej duše. Pred tebou nie je nič skryté. Poznáš ma lepšie, než sa poznám ja sám. Preto ťa prosím:

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

K: Ježišu, na ceste životom stretávam mnohých ľudí: tých, ktorí ťa túžia nájsť, aj tých, ktorí ťa ešte nepoznajú. Vstúp do môjho života, aby som mohol prinášať viac súcitu, nehy a blízkosti tomuto svetu. Preto volám:

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

K: Ježišu, dávaš mi oči, ktoré vidia potreby iných. Niekedy však neviem správne reagovať a nasadiť svoje malé sily do služby tým, ktorí ma potrebujú. Preto ťa prosím:

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

K: Ježišu, učíš ma spoznávať ťa v tvojom slove, vo sviatostiach aj v každodenných udalostiach. Neraz je môj pohľad zastretý a potrebuje tvoje svetlo. Preto ťa prosím:

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

K: Ježišu, dávaš mi žiť vo vzťahoch, priateľstvách, nadväzovať nové kontakty a stretávať mnohých ľudí. Vstúp so svojím svetlom do všetkých mojich vzťahov, aby si v nich mal ústredné miesto. Preto ťa prosím:

Ľ: Príď a buď mojím svetlom.

## KOMENTÁR – POKRAČOVANIE AKTIVITY

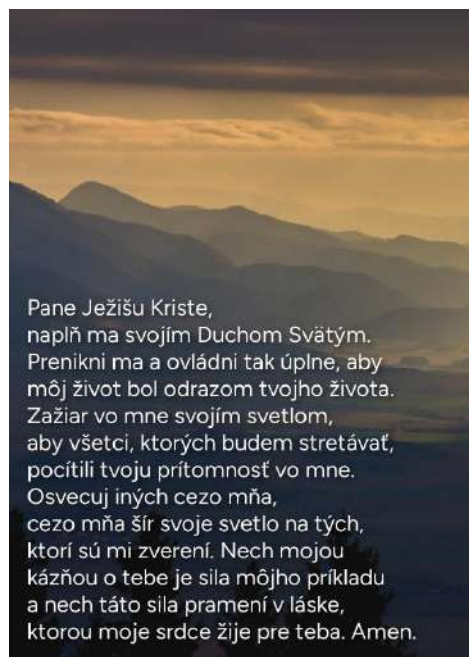
V tejto chvíli prinesme naše tmy pred oltár a odovzdajme ich do Svetla. Čierny papierik vhodíme do pripravenej nádoby a namiesto neho si zoberieme biely papierik. Je na ňom modlitba, ktorú sa každý na svojom mieste môže v tichosti modliť. Zároveň je pre každého pripravená ako symbolický dar svieca, ktorú si odpálime pri oltári a bude nám svietiť pri modlitbe....

## MODLITBA

Pane Ježišu Kriste, naplň ma svojím Duchom Svätým. Prenikni ma a ovládni tak úplne, aby môj život bol odrazom tvojho života. Zažiar vo mne svojím svetlom, aby všetci, ktorých budem stretávať, pocítili tvoju prítomnosť vo mne. Osvecuj iných cezo mňa, cezo mňa šír svoje svetlo na tých, ktorí sú mi zverení. Nech mojou kázňou o tebe je sila môjho príkladu a nech táto sila pramení v láske, ktorou moje srdce žije pre teba. Amen.

## PIESEŇ POČAS AKTIVITY *(napr. Vezmi moje srdce)*

## MODLITBA A ZÁVEREČNÉ POŽEHNANIE



**Autori:** sr. Beáta Skubeňová, SCSC, a sr. Terézia Benedikta Majerčáková, SCSC – milosrdné sestry Svätého kríža; Tomáš Gerboc a študenti z KU v Ružomberku; Pavol Danko

**Jazyková úprava:** Zuzana Vandáková

**Grafický dizajn:** Vlado Palša

**Fotografie:** Pavol Danko, Michal Orlický

str. 3 – oltárny obraz Všetkých svätých; Fra Angelico (1423); NG Londýn

str. 4 – streetart Super pápež; Mauro Palotta „Maupal“ (2014); Rím

str. 12 – grafika Šavol padá z koňa; Jakub Košša (2022); NSM T22