

## Jánovo evanjelium



Potom boli židovské sviatky a Ježiš vystupoval do Jeruzalema. V Jeruzaleme pri Ovčej bráne je rybník, hebrejsky zvaný Betsata, a pri ňom päť stĺporadií. V nich ležalo množstvo chorých, slepých, chromých a ochrnutých (... ktorí čakali, až sa voda pohne. Anjel zostupoval totiž z času na čas do rybníka a rozvíril vodu. A ten, kto prvý vošiel do zvírenej vody, bol uzdravený, čo by ho bola trápila akákoľvek choroba.) Bol tam aj istý človek, chorý už tridsaťosem rokov. Keď ho tam videl Ježiš ležať a zvedel, že je už dlho chorý, povedal mu: „Chceš ozdraviť?“ Chorý mu odpovedal: „Pane, nemám človeka, čo by ma spustil do rybníka, keď sa zvíri voda. A kým sa ta sám dostanem, iný ma predíde.“ Ježiš mu vrazil: „Vstaň, vezmi si lôžko a choď! A ten človek hneď ozdravel, vzal si lôžko a chodil.



No v ten deň bola sobota, preto Židia hovorili uzdravenému: „Je sobota, nesmieš nosiť lôžko!“ Ale on im odvetil: „Ten, čo ma uzdravil, mi povedal: »Vezmi si lôžko a choď!«“ Pýtali sa ho: „A kto je ten človek, čo ti povedal: »Vezmi a choď?«“ Ale uzdravený nevedel, kto je to, lebo Ježiš sa vzdialil spomedzi zástupu, čo sa zišiel na tom mieste. Neskôr ho Ježiš našiel v chráme a povedal mu: „Hľa, ozdravel si, už nehreš, aby ťa nepostihlo niečo horšie.“ A ten človek šiel povedať Židom, že ho to Ježiš uzdravil.

A Židia Ježiša prenasledovali za to, že robil takéto veci v sobotu. Ježiš im povedal: „Môj Otec pracuje doteraz, aj ja pracujem.“ Preto sa Židia ešte väčšmi usilovali zabiť ho, lebo nielenže porušoval sobotu, ale aj Boha nazýval svojim Otcom a robil sa rovným Bohu.

(Jn 5, 1 – 18)



Milí mladí priatelia, žijeme na Slovensku, v krajine, ktorú Pán Boh požehnal mnohými prameňmi, z ktorých vyviera liečivá voda. Voda, ktorá uzdravuje rozličné choroby. Záleží len na tom, aby človek poznal mapu a vybral sa do tých správnych kúpeľov. Napr. u nás, na Sliachi, sa v kúpeľoch liečia srdcovo-cievne ochorenia. V mojom liste ale nechcem písať o našich kúpeľoch, hoci sú unikátne a bolo by o čom, ani o mnohých stretnutiach s pacientmi, ktorí prichádzajú aj do našej kaplnky sv. Hildegardy, aby sa osviežili vo svojom duchovnom živote. Chcem Vám niečo napísať o vodnej nádrži, ktorú spomína sv. Ján vo svojom evanjeliu v 5. kapitole, verše 1 až 18. Možno si niektorí spomeniete, že nás príbeh o Ježišovi v tejto kapitole zavedie do Jeruzalema. Konkrétnejšie – ku najznámejšej stavbe mesta – ku chrámu. Severne od neho, pri Ovčej bráne, bol „rybník“, po hebrejsky ho volali Betsata. Mal 5 stĺporadií a pod nimi ležalo množstvo všelijako chorých ľudí. Boli tam slepí, chromí, ochrnutí. A bol tam aj človek chorý už 38 rokov. Ak by ste si nevedeli spomenúť, nič si z toho nerobte, ale niečo urobte! Prečítajte si ten príbeh ☺.

Vždy, keď čítame príbehy z Biblie, sú to starostlivo napísané slová a vety, ktoré ukrývajú v sebe množstvo významov. Príbehy, ktoré sa zrodili v lone Cirkvi, boli starostlivo uchovávané a premeditované, aby zodpovedali pravdivej skutočnosti a preto sú veľmi vzácne. **Aj príbeh, o ktorom Vám chcem niečo napísať je taký a je o uzdravení. Ba presnejšie o odvahe nechať sa uzdraviť!** Teda nie o uzdravení všetkých chorých, ktorí tam vtedy ležali, ale toho naposledy spomenutého, človeka chorého 38 rokov. **Prečo je to práve o ňom? A čo to má spoločné s Vami, ktorí ste oproti nemu mladí, zdraví a plní chuti do života? Poďme na to!**

V biblickom význame 40 rokov bola jedna generácia, jeden ľudský život. Ak si predstavíte človeka, ktorý bol chorý 38 rokov, tak budete so mnou súhlasiť, že je to skoro celý život. Chýbajú už len 2 roky. Ježiš sa práve k tomuto chorému sklonil, lebo on môže reprezentovať každého z nás. Videl ho tam ležať a položil mu zvláštnu otázku: „Chceš vyzdraviť?“ To je riadne čudné, veď kto by nechcel. Každý by chcel. Hm, ale naozaj každý? Predstavujem si seba: som celý život chorý, mám pred sebou kúsok života, jeho záver, nebolo by mi fuk, ako to už dopadne, keďže som celý život stratil? Čo už zachrániť nejaké 2 roky bez choroby? A zdá sa, že podobne uvažuje aj náš chorý v Jeruzaleme. **Hovorí Ježišovi niečo, čo často počúvam z úst aj mladých, možno najmä vtedy, keď sa boja povedať nie. A to je odpoveď: NEVIEM. Čo všetko je za tou odpoveďou? Možno to, že neviem ako, alebo aj že sa niečo nedá, že nemám silu, alebo nemám chuť, a možno aj že nemám odvalu... Bola to odpoveď človeka, ktorý bol chorý na jednu veľmi nebezpečnú chorobu - na rezignáciu!**

Čo znamená toto slovo, odkiaľ ho máme? Myslím, že bolo odvodené od slovesa, ktoré poznáme v angličtine „to sign“ – zapísať sa na niečo, upísať sa niečomu, zaujímať sa o niečo. Opak je „to re-sign“ – vzdať sa úsilia o niečo, zatrpknúť, pasívne sa odovzdať životu. **A práve rezignovanosť je zvláštnou chorobou. Lebo si myslím, že s ňou zápasia všetci ľudia bez ohľadu na vek. Odkiaľ sa táto choroba vlastne rodí? Ako sa dá na ňu ochoriť? Myslím si, že sa rodí zo sklamaní. Lepšie povedané zo sklamaní, ktorých býva viac než len jedno. Keby som sa na chvíľu zamyslel, alebo keby si sa aj Ty zamyslel a pripomenuli by sme si svoje sklamanie... Cítiš sa zdravší alebo viac chorý???**



Ak sa na chvíľu vrátíme späť k Ježišovi a do príbehu v Jeruzaleme tak mi napadá, že okolo toho rybníka bolo 5 stĺporadií. Teraz budem dosť nebiblický, keď si dovoľím povedať úplne mimo klasický biblický výklad, že pre mňa 5 stĺporadií okolo rybníka symbolizuje 5 kontinentov. Päť oblastí, na ktorých žijeme ako ľudia na tejto zemeguli. Pripomína mi to pravdu, ako veľmi je rozšírená choroba rezignácie v nás ľuďoch práve ako dôsledok sklamaní sa, či rozličných

sklamaní. A nepoznám kúpele na Slovensku, ani vo svete, kde by vyvierala voda, ktorá by túto chorobu liečila. Aj preto je pre mňa dôležitý Ježiš a jeho pokyn chorému: „Vstaň! Zober si lôžko a choď!“ Na tieto slová chorý hneď ozdravel. Hneď – teda okamžite, nie za týždeň, ani za dva. Postavil sa na vlastné nohy a chodil a lôžko, ktoré doteraz nosilo jeho, mal on vo svojich rukách.

**Čo myslíš, nie je rezignácia niečo také ako neschopnosť stáť na vlastných nohách? A naopak schopnosť postaviť sa na vlastné nohy nie je uzdravením?**

Ja si myslím, že áno. Keď je človek pasívny voči životu, máločo pokazí, lebo máločo robí. Keď sa postaví na nohy a začne kráčať, často sa stáva, že naráža: do druhých ľudí, do ich názorov, do ich predstáv, do ich pravidiel. A tak to bolo aj s našim uzdraveným chorým. Aj on na čosi narazil. Narazil na skutočnosť, že v ten deň, keď sa postavil na nohy a niesol v ruke svoje lôžko, bola sobota. A to bolo trňom v oku pre tých, ktorí vnímali sobotu ako niečo dôležitejšie, než je človek. Ježiš nás jasne učí: sobota bola ustanovená pre človeka, nie naopak, teda nie človek pre sobotu. To vieme my, ale zdá sa, že vtedajší zodpovední za výklad Zákona to nevedeli. Alebo nechceli vedieť? Možno prílišné pozeranie do pravidiel im nenechalo čas na to, aby si všímali tých, ktorí v chorobách roky trávili svoj život pri spomínanom rybníku. A tak im uniklo to úžasné zistenie, že ten, ktorý 38 rokov nemohol chodiť, zrazu chodí. Jednoducho, prehliadli to. To, čo im udrelo do očí, bolo, že si nesie v rukách svoje lôžko. S úsmevom si predstavujem, ako im to uzdravený jemne pripomenul: „Ten, čo ma uzdravil, mi povedal: »Vezmi si lôžko a choď!«“ Na otázku „Kto je to ten, ktorý sa robí dôležitejším než je Zákon?“, im náš novochodiaci kamarát v Jeruzaleme nevedel odpovedať.

Ja sa odvažujem povedať, že **Ježiš je prameňom uzdravujúcej vody, ktorá lieči rezignáciu človeka. Dvíha ho z letargie, apatie a láskavým, no rozhodným spôsobom sa mu prihovára: „Vstaň, postav sa na vlastné nohy!“ Nečaká, že budeme chodiť k nemu na „procedúry“.** On sám vychádza medzi nás, na všetky kontinenty, do všetkých oblastí Slovenska, do všetkých partií, rodín, farností. Týmto mojím listom Ťa chcem vyzvať dovoliť mu stretnúť Ťa. Si za? Ideš? Máš čas? Máš odvahu? Chceš ozdraviť? Ak áno, tak Ti položím jednu nepríjemnú otázku: „Ktoré sú tvoje sklamania?“ Nie, nemusíš to hovoriť teraz a nahlas, ale skús si to pripraviť. Bude na to čas v adorácii, tam pred Ježišom vo Sviatosti Oltárnej mu to môžeme všetko vyklopiť! **V čom sa rezignácia prejavuje na Tebe? V čom nestojíš na vlastných nohách? Kde to chceš liečiť? Bojíš sa chodiť po vlastných nohách a narážať? Je Ti pohodlnejšie byť rezignovaným?** Prichádzaš síce o život, ale „nič nepokazíš“... Možno nezavadziaš – teda až na to, že zavadziaš tým ďalším rezignovaným...

**Veľmi sa prihováram za to, aby si mal odvahu nechať sa uzdraviť. Z akejkoľvek rezignácie.** Všetci to potrebujeme, ja sám nespočetne veľa krát! Áno, aj my kňazi. Nedávno som stretol kňaza, ktorý zažil sklamanie, lebo ho pozvali poslúžiť modlitbou človeku spôsobom, akým to nikdy predtým nerobil. A on nevedel čo má robiť, ale nerezignoval. Už na druhý deň uzdravený Ježišom s odvahou šiel a kúpil si knihy, aby si to naštudoval a aby mohol stáť na vlastných nohách.

Alebo zoberme si napr. najnovšieho blahorečeného dona Titusa Zemana: ako 10-ročný chalan sa stretol s Ježišom vo svojej chorobe. A keď mu Ježiš povedal: „Vstaň a choď,“ vydal sa na cestu životom, za svojím sľubom byť kňazom. A ustál to! Napriek ťažkostiam, prenasledovaniám, väzeniu a mučeniu.

U nás vo farnosti máme mladého muža, ktorý sa volá Michal. Rok narodenia 1991. Má svalovú atrofiu, leží na posteli celý čas, už 10 rokov je na dýchacom prístroji, ale nerezignoval na svoj život. Viete čo robí? Píše knihy!!! Vyšla mu už tretia. A to píše vďaka klávesnici na obrazovke a myši, ktorou vyťukáva písmenko po písmenku. A sníva, že bude jedným z najlepších spisovateľov na Slovensku.

Čo to znamená pre Teba mať odvahu nechať sa uzdraviť? Pápež František na vigílii SDM 2016 v Krakove povedal mladým, aj nám všetkým, že máme vstať z gaučov. Tie sú síce pohodlné na ležanie a komfortnú rezignáciu, ale nie sú miestom, na ktorom máme preležať svoj život. Na záver tohto môjho listu asi teda nechám prehovoriť pápeža samotného: **„Priatelia, Ježiš je Pánom rizika, je Pánom toho, čo vždy presahuje „poza“. Ježiš nie je Pánom komfortu, istoty a pohodlnosti. Na to, aby sme nasledovali Ježiša, je potrebné mať dávku odvahy, je potrebné rozhodnúť sa zameniť diván za pár topánok, ktoré ti pomôžu kráčať po cestách, o ktorých si nikdy ani nespíval a ani len nepomyslel, po cestách, ktoré môžu otvoriť nové obzory, schopné nakaziť radosťou, tou radosťou, ktorá sa rodí z lásky Boha. Drahí priatelia, všetci sme povolani experimentovať. Boh od teba niečo očakáva, Boh od teba niečo chce, Boh na teba čaká.“**

A tak každému z Vás, milí mladí priatelia, žehnám odvahu nechať sa uzdraviť Ježišom. Aby ste mohli znovu a znovu vstávať zo svojich rezignácií a vykročiť a chodiť na vlastných nohách po cestách k novým horizontom. Vstúpiť do Božieho diania, naplno žiť rok 2018, počas ktorého bude v Cirkvi synoda o Vás mladých, u nás na Slovensku P18, a potom ďalší rok 2019, kedy nás čakajú SDM v Paname a mnoho ďalších Božích prekvapení.

A keď niekedy Božím riadením budeme kráčať bok po boku, prosím, drgnite do mňa. Aby som sa ešte viac nakazil Vašou mladou túžbou po kráse a plnosti života.

Váš **Dominik Markoš**, farár na Sliací



## Aktivita 1: Na vlastných nohách

**Cieľ:** Podnietiť účastníkov k ZMENE vytvorením akčného plánu.

**Predpokladaná dĺžka trvania:** cca 60 min.

**Pomôcky:**

- Perá + vytlačené pracovné listy (obojstranná A4) pre každého účastníka (nájdeš ich na stránke v sekcii „Na stiahnutie“).

**Poznámky pre učiteľa/animátora:**

Veľkou výhodou je, ak si s účastníkmi prečítate list Dominika Markoša z tejto katechézy.

- 1) **Hore sa na nohy** – vybranému dobrovoľníkovi zviažte členky k sebe špagátom (lepiacou páskou). Pre ťažší variant mu môžete zviazať aj zápästia. Jeho úlohou bude bez pomoci okolia a vlastných rúk postaviť sa z ľahu na chrbte na nohy. Odporúčame mať so sebou nejakú podložku/karimatku, aby dobrovoľník nemal problém ľahnúť si na zem... Môžete z toho urobiť aj súťaž medzi dvomi dobrovoľníkmi ☺. Môžeš im zmerať čas... V druhom kole mu pri vstávaní budú môcť pomáhať iní dvaja účastníci. Opäť zmeraj čas...

*Otázky do diskusie:*

- Kedy sa človek postavil na nohy rýchlejšie?
- Ako si sa cítil, keď si musel vstávať bez pomoci? Aké to bolo s pomocou?

Popros iného dobrovoľníka, aby si ľahol na zem/podložku a hral bezvládneho človeka, ktorého „neposlúchajú“ žiadne svaly. Ďalší dvaja účastníci sa ho pokúsia postaviť na jeho vlastné nohy. Nech opatrne začnú ťahaním za ruky „bezzvládneho“ do sediacej polohy, potom nech si k nemu čupnú z oboch strán, dajú si jeho ruky okolo svojho krku a pokúsia sa ho postaviť... Pokiaľ však „bezzvládny“ dobrovoľník bude hrať svoju úlohu dôsledne, nebude možné nechať ho samostatne stáť... Podarí sa to až vtedy, keď „bezzvládny“ zapojí do hry svoje svaly...

*Otázky do diskusie:*

- Ako si sa cítil, keď ťa dvíhali na nohy? (pre „nevládneho“)
- Ako ste sa cítili pri dvíhaní „nevládneho“? (pre „dvíhačov“)
- Prečo „dvíhači“ nedokázali „bezzvládneho“ postaviť na nohy? Kedy sa im to začalo dariť?

- 2) **Nosidlá** – pokračuj takto, alebo podobne: **Dnes sa budeme rozprávať o státi na vlastných nohách, ako to zažil ochrnutý muž z evanjelia. Prečítajme si jeho príbeh.** (Jn 5, 1 – 18, je v pracovnom liste). **Bezzvládne ležal na nosidlách, nedokázal sa pohnúť, ani postaviť sa na nohy a tak v jeho živote ani nemohlo dôjsť k zmene – k uzdraveniu. Otec Dominik nás vo svojom liste prirovnáva k tomuto mužovi a kladie nám otázky, čo je tou našou chorobou, ktorá nás pripútava na nosidlá: „Ktoré sú tvoje sklamania? V čom sa rezignácia prejavuje na tebe? V čom nestojíš na vlastných nohách? Kde to chceš liečiť? Bojíš sa chodiť po vlastných nohách a narážať?“**

V čom sa cítiš paralyzovaný a chcel by si to zmeniť? Vykročiť vpred? Zanechať niečo? Možno je to nejaký zlovyk alebo hriech, či slabosť, možno strach a obavy robiť veci inak... Na to si musíš odpovedať sám.



Upriam pozornosť účastníkov na prvý obrázok nosidiel v pracovnom liste a daj im dostatok času na to, aby do nosidiel napísali oblasti, v ktorých sa cítia paralyzovaní (neschopní pohybu, zmeny, nápravy...), chorí, bezvládni, alebo jednoducho to, čo chcú zmeniť, z čoho chcú vstať. Dopraj im dostatok času – cca. 10 min.

Teraz ste popísali svoju aktuálnu situáciu – ležíte na nosidlách na zemi a nedokázate vstať. Snívate však o tom, ako by vyzeral život, keby ste ozdraveli = postavili sa na vlastné nohy a dokázali chodiť, kráčať, meniť svoj život aj okolie. Do druhého obrázka odtlačku nohy vpíšte, ako by to vyzeralo, keby ste boli zo svojej „choroby“ (rezignácie, slabosti, hriechu) uzdravení. Ako by vyzeral váš život? Čo by ste robili? Ako by ste sa cítili?

Opäť nechaj účastníkom cca 10. min na premýšľanie a písanie.

- 3) **Nesieme sa navzájom v modlitbe** – pokračuj: Teraz sa na chvíľku vráťme k našej prvej hre. V oboch situáciách sa človek dostal zo zeme, kde bezvládne ležal, na vlastné nohy. Keby sme z tohoto „experimentu“ mali vyvodit' záver, ako sa možno najrýchlejšie postaviť na vlastné nohy? Ako možno najrýchlejšie dosiahnuť zmenu? Čo jej napomáha a čo ju brzdí?

Ochrnutý muž z evanjelia odpovedal na Ježišovu otázku, či chce ozdraviť, veľmi zaujímavo: pošťožoval sa mu, že nemá nikoho, kto by ho zniesol do vody (Jn 5, 7). Okrem toho, že bol chorý, trápila ho aj samota a opustenosť. Nemal priateľov, ktorí by vedeli o jeho chorobe a v pravý čas ho zniesli do rybníka, kde by mohol byť uzdravený. Cítil, že bez cudzej pomoci sa v jeho živote nič nezmení.

V našom „experimente“ sme videli, že rýchlejšie sa na nohy postavíme vtedy, keď nám niekto pomôže. Boh nás stvoril tak, aby sme sa navzájom potrebovali. Čo je tou duchovnou silou, ktorou nám iní môžu pomôcť postaviť sa (alebo dostať sa do zvírenej vody)?

Nechaj priestor na odpovede účastníkov.

Modlitba... Keď sa za niekoho modlíme, akoby sme zdvihli jeho nosidlá a zniesli ho do uzdravujúcich vôd rybníka Betsata. Koľko ľudí treba na nosenie chorého na lôžku? Vo väčšine prípadov dvoch. Preto sa teraz rozdelíme do trojíc, v ktorej vždy jeden bude predstavovať chorého na nosidlách a zvyšní dvaja budú jeho priatelia – nosiči. Ako priatelia NOSÍME jeden druhého v srdci a môžeme sa navzájom PRINÁŠAŤ pred Ježiša, aby sa našich blízkych dotkol tak, ako to potrebujú. Určite ste už počuli vyjadrenia: „Budem ťa nosiť vo svojom srdci. Ponesiem ťa v modlitbe.“ Nimi ľudom sľubujeme modlitbu a podporu.

Poznáte iný príbeh z evanjelia, kde chorého niesli na nosidlách? Boli to štyria priatelia, ktorí cez strechu spustili ochrnutého pred Ježiša. Náš človek od rybníka, ktorý bol chorý 38 rokov, nemal takýchto priateľov.

Teraz máme príležitosť byť si navzájom priateľmi, ktorí jeden druhého prednesú pred Ježiša, aby sa ich dotkol, uzdravil a dal silu vstať.

Účastníci sa rozdelia do trojíc a v nich sa porozprávajú o svojich „chorobách“ – rezignácii, bolesti, sklamaníach, slabostiach, ktoré potrebujú Ježišov uzdravujúci dotyk. Ubezpeč ich, že nemusia zdieľať všetko. Sami rozhodujú o tom, do akej hĺbky a čo všetko povedia. Ak je im nepríjemné o niečom hovoriť, nemusia. Ak sú účastníci stretka zvyknutí modliť sa vlastnými slovami, nechaj ich modliť sa samostatne. Ak na takúto modlitbu nie sú zvyknutí, môžete použiť modlitbu v pracovnom liste. Účastníci sa v modlitbe vystriedajú.

- 4) **Na vlastných nohách** – pokračuj: Vráťme sa k príbehu o ochrnutom mužovi. Ako Ježiš reagoval na mužovu sťažnosť, že nemá nikoho, kto by ho zniesol do vody? Nevzal ho na ruky a nezniesol ho do rybníka, ale povedal mu: „Vstaň, vezmi si lôžko a chod!“ Ježiš vyzval muža, aby sa postavil na **VLASTNÉ** nohy. Čítame, že uzdravený muž chodil, to znamená, že robil **KROKY**. Máme priateľov, ktorí nás môžu niesť v modlitbách, máme stretko, ktoré nás povzbudzuje a dvíha, keď občas padneme, ale stáť musíme na **VLASTNÝCH** nohách. **KROKY** za nás neurobí nikto iný. Zmena do nášho života nepríde náhodou. Ani človek po operácii či úraze, nezačne chodiť len tak z ničoho nič, ale ide na rehabilitáciu, kde mu fyzioterapeut vypracuje presný plán cvičení, ktorý musí dodržiavať. Aj my, ak chceme zmenu, potrebujeme akčný plán, ktorý budeme cieľavedome dodržiavať.

Ako si ho vytvoriť? Predstavme si dospievajúceho chalana, ktorý si nevie rady s problémom pornografie. V izbe má počítač s neobmedzeným internetom, takže si ľahko môže vyhľadať čokoľvek. Trápi ho to, ale nemá silu to zmeniť, cíti sa v tom paralyzovaný. Prosí priateľov o modlitbu, ale problém z jeho života nemizne. Musí sa postaviť na vlastné nohy a urobiť nejaké **KROKY**. Keby si chlapec napísal na obrázok s nosidlami túto ťažkosť, aké konkrétne kroky by ste mu poradili, aby dosiahol zmenu v tejto oblasti?

Skupinu rozdeľ do štvorie. Ich úlohou bude navrhnúť konkrétne kroky, ktoré by mu mohli pomôcť zvíťaziť nad touto závislosťou. Na skupinovú prácu im daj 10 min. Na záver svoje **KROKY** odprezentujú. Ich nápady usmerni alebo doplň. Ponúkame naše tipy:

- Časovo obmedziť používanie počítača.
- Premiestniť počítač z jeho izby, kde je sám, napr. do obývačky.
- Nájsť si inú aktivitu, ktorej sa bude venovať, keď pocíti pokušenie (napr. začať hrať na hudobnom nástroji, spraviť 50 drepov, vybehnúť po schodoch na najvyššej poschodie paneláka a späť...).
- Využiť softvér na blokovanie nežiadúcich stránok.

- 5) **Kroky** – vyzvi účastníkov, aby do obrázku kráčajúcich nôh na pracovnom liste napísali svoje 3 konkrétne **KROKY**, aby sa zmena, po ktorej túžia, naozaj uskutočnila. Daj im čas asi 10 min. Potom sa môžu o svojich plánoch podeliť v trojiciach. Na záver sa spolu pomodlite. Účastníkom navrhnite, aby oslovili niekoho zo stretka, alebo svojho priateľa, aby im robil „mentora“. Pravidelne mu budú hovoriť o svojom postupe, ako stoja na vlastných nohách v ich probléme a on ich bude povzbudzovať a modliť sa za nich.



## Aktivita 2: Boh liečiteľ

**Cieľ:** aktivita je zameraná na uvedomenie si, že jedine Boh nás môže skutočne uzdraviť, aj prostredníctvom sviatosti zmierenia.

**Predpokladaná dĺžka trvania:** cca 60 min.

### Pomôcky:

- Sväté písmo a vytlačený text spytovania svedomia pre každého účastníka (*nájdeš ho napr. v modlitebných knižkách*);
- vytlačený a rozstrihaný zoznam chorôb, lekárov a odkazov od Boha (*nájdeš ho na stránke v sekcii „Na stiahnutie“*).

### Poznámky pre učiteľa/animátora:

- 1) **Jánovo evanjelium** – *prečítajte si spolu úryvok (Jn 5, 1 – 18) a potom spoločne hľadajte odpovede na tieto otázky:*

**... v nich ležalo množstvo chorých, slepých, chromých a ochrnutých.**

V stĺporadi pri rybníku ležalo veľmi veľa ľudí chorých na rôzne choroby. Aj my sa cítime chorí, chromí, či ochrnutí. Často však len bezvládne ležíme a čakáme, kým sa niečo zlepši, kým sa „voda pohne“. Boh však nechce, aby jeho najdrahšie stvorenia len tak bezvládne ležali. On ich chce uzdraviť, dať im nový život!

- Máme aj my v našom vnútri nejaké zranenia, ktoré nás „ochromujú“?
- Aké je naše najväčšie zranenie?
- Máme odvahu spraviť krok k Bohu, aby nás mohol uzdraviť, aby sme mohli byť šťastní?

**Bol tam aj istý človek, chorý už tridsaťosem rokov. Keď ho tam videl Ježiš ležať a vedel, že je už dlho chorý, povedal mu: „Chceš ozdraviť?“**

Ako je aj v písme napísané, Pán Boh má aj všetky vlasy na našej hlave spočítané... Chromý z evanjelia bol chorý prakticky celý život. Už 38 rokov veril, že anjel ho uzdraví. Akú vytrvalosť musel mať tento človek. Akú veľkú vieru mal, keď bol ochotný stále dúfať v uzdravenie, ktoré napokon prichádza cez Ježiša.

- Veríme aj napriek našim neustálym pádom, že Ježiš nás uzdraví?
- Sme ochotní veriť a čakať na toto uzdravenie „38“ rokov?
- Kde hľadáme naše uzdravenie? V svätej spovedi alebo inde?

**„Pane, nemám človeka, čo by ma spustil do rybníka, keď sa zvíří voda.**

**A kým sa ta sám dostanem, iný ma predíde.“**

Na brehu rybníka leží istý človek, má 38 rokov, čo predstavuje symbolicky celý život. Hovorí, že je tam sám a nemá nikoho, kto by mu pomohol.

- Hoci sme mladí, necítíme sa aj my niekedy sami? Ak áno, prečo?
- Cítíme v tých chvíľach, že je tu Pán Ježiš a ponúka nám pomoc?
- Sme pre druhých priateľmi ako Ježiš, ochotní byť na blízku a pomôcť?

**„... a kým sa ta sám dostanem, iný ma predíde.“ Ježiš mu vrazil: „Vstaň, vezmi si lôžko a choď!“**

Ježiš vie ale prekvapiť! Chorý mu ešte len začal o sebe rozprávať. Ešte sa nedostal ani k tomu, aby vyrozprával okoloidúcemu zvedcovi, prečo v stĺporadi vôbec leží, či trochu sa mu pošťažovať. No Ježiš reaguje inak, ako chorý predpokladal. Nepoľutuje ho a ešte mu aj skáče do reči: „Vstaň a choď!“

- Už nás niekedy Ježiš prekvapil? Kedy naposledy?
- Kedy sme naposledy my niekoho prekvapili – darom či skutkom?
- Nenechávame sa niekedy príliš „doprosovať“ druhými, aby sme niečo urobili, keď namiesto toho môžeme byť „proaktívni“ ako Ježiš?



**No v ten deň bola sobota, preto Židia hovorili uzdravenému: „Je sobota, nesmieš nosiť lôžko!“**

Pred očami Židov sa práve udial ďalší veľký zázrak, no oni si namiesto toho ako prvé všímajú, že tento človek porušuje ich zákony. Môže to byť veľmi podobné nám, keď niekto z nášho okolia spraví dobrú vec, ale my sa zo závidosti, alebo neprajníctva snažíme čo najviac poukázať na niečo, čo popri tom porušil, alebo spravil zle. Ježiš nám ako prvý ukazuje, že pokiaľ ide o konanie dobra, „staromódne“ zákony, ktoré nás v tom len zväzujú, musia ísť bokom.

- Máme aj my potrebu verejne upozorňovať druhých? Prečo to robíme?
- Ako sa cítime my, keď sa snažíme spraviť niečo dobré, ale iní nás kritizujú?
- Dokážeme odhadnúť hranicu, kedy si máme robiť po svojom a kedy dbať na názor druhých?
- Dokážeme odhadnúť hranicu, kedy si máme robiť po svojom a kedy už prestupujeme morálne hranice?

**„A kto je ten človek, čo ti povedal: »Vezmi a chod?«“ Ale uzdravený nevedel, kto je to, lebo Ježiš sa vzdialil spomedzi zástupu, čo sa zišiel na tom mieste.**

Tak ako sa ocitol chorý pred zvedavou otázkou Židov, aj nám sa stáva, že musíme vysvetľovať prečo veríme v Boha. Niekedy čelíme tejto otázke sami pred sebou, inokedy nám ju kladú druhí. Preto sa treba pravidelne snažiť približovať k Bohu, aby sme boli vždy v jeho blízkosti a tieto otázky dokázali zodpovedať.

- Pýtal sa nás už niekto na našu vieru, alebo na Boha? Ako sme odpovedali?
- Dokážeme pred ľuďmi hovoriť o viere, alebo si ju „nechávame pre seba“?
- Akým spôsobom môžu ľudia vďaka nám lepšie spoznať Boha?
- Poznáme nejaké osobnosti, ktoré svojím životom vydávajú svedectvo viery?

## **2) Nájdi správneho lekára – uveď nasledujúcu hru týmito, alebo podobnými slovami: Tak, ako chorý v Jánovom evanjeliu našiel toho správneho lekára, Ježiša, v nasledujúcej hre si skúsime našu schopnosť vyhľadať správneho lekára na určité choroby.**

### **Pravidlá hry (pre všetkých)**

- V tejto aktivite, hrá každý postavu chorého (každý má 3 rôzne ochorenia) a zároveň aj postavu lekára (môže liečiť jedno konkrétne ochorenie). Na začiatku hry, si každý vyberie z prvej misky 3 papieriky s názvom ochorenia a z druhej misky 1 papierik s menom lekára tak, aby papieriky nikto iný nevidel.
- Následne si každý hráč určí nemenné poradie, v akom si chce choroby liečiť.
- Všetci hráči sa pohybujú po miestnosti. Pri náhodnom stretnutí s ďalším hráčom si dvojica zahrá *kameň/papier/nožnice*. Ten, kto vyhrá, bude pacient a ten čo prehrá, je lekár. Hráč – pacient sa opýta hráča – lekára, či dokáže vyliečiť jeho chorobu (napr. či vie vyliečiť nohu). Ak lekár dokáže vyliečiť chorobu pacienta (napr. Dr. Koleno – odborník na choré nohy), pacient odovzdá lekárovi papierik s názvom tejto choroby a pokračuje v hľadaní správnych lekárov na svoje zvyšné choroby, podľa poradia, ktoré si určil na začiatku. Ak lekár nevie liečiť chorobu pacienta, obaja hráči pokračujú v hre s inými hráčmi. Pri každom ďalšom stretnutí si najskôr zahrajú *kameň/papier/nožnice*, víťaz sa stáva pacientom a porazený lekárom... atď.



- Hráč po vyliečení odovzdá papierik s názvom vyliečenej choroby spoluhráčovi – lekárovi. Cieľom hry je vyliečiť si čo najrýchlejšie všetky svoje choroby. Hráči, ktorí budú vyliečení zo všetkých troch chorôb sa usadia po krajoch miestnosti, aby bolo jasné, koľko hráčov ešte pokračuje v hre.

### **Doplnenie pravidiel hry (len pre učiteľa/animátora)**

- V hre sa nachádza aj jedna špeciálna postava – Boh, o ktorej ale nikto z hráčov nesmie vedieť. Boh má špeciálnu schopnosť – dokáže naraz uzdraviť všetky choroby ktoréhokoľvek hráča. Vyber na začiatku hry jedného schopného účastníka, ktorý bude hrať túto postavu, alebo ju hraj ty. Tento hráč má pripravené vlastné papieriky s textom:

***Si uzdravený zo všetkých chorôb. Tvoj Boh  
P.S. Nikomu nehovor, kto ťa uzdravil.***

- Hráč – Boh rozdáva svoje papieriky počas hry, kedykoľvek to uzná za vhodné, ale nesmie sa pri tom prezradiť!
- To, že si hráči uzdravení zo všetkých chorôb sadajú po okraji miestnosti, je potrebné aj preto, aby ostatní hráči videli, že niekto sa dokázal vyliečiť aj extrémne rýchlo a lámali si hlavu nad tým, ako je to možné ☺☺☺.

### **Lekári:**

*(potrebuješ toľko papierikov s menami lekárov, koľko je účastníkov, papieriky sa môžu opakovať...)*

- **Dr. Koleno** – odborník na problémy s nohami;
- **Dr. Lopatka** – odborník na problémy s rukami;
- **Dr. Zrenica** – odborník na problémy s očami;
- **Dr. Koriенок** – odborník na bolesť zubov;
- **Dr. Halúzka** – odborník na psychické poruchy.

### **Choroby:**

*(potrebuješ min. 3x toľko papierikov s názvom ochorenia, ako je počet účastníkov, papieriky sa môžu opakovať...)*

- krívajúca noha;
- dorezaná ruka;
- šedý zákal;
- zápal zubu múdrosti;
- halucinácie.

Pochopiteľne, pri vymýšľaní chorôb a lekárov sa fantázii žiadne medze nekladú ☺.

- 3) **Spytovanie svedomia** – po skončení hry – keď sa všetci vyliečia zo svojich chorôb – povedz účastníkom: V hre bola aj postava – Boh, ktorá vyliečila pár ľudí tak rýchlo, ako Ježiš vyliečil chromého pri rybníku Betsata. Tento človek bol chorý 38 rokov, a za celý tento čas sa nedokázal uzdraviť vlastnými silami... Až Ježiš to dokázal a stačilo mu na to iba šesť krátkych slov: „Vstaň, vezmi si lôžko a chod!“. Ježiš uzdravuje aj nás prostredníctvom sviatosti zmierenia. Žiadna naša snaha uzdraviť sa z hriechov ale nebude účinná, pokiaľ si svoje hriechy neuznáme, neoľutujeme ich a úprimne nevyznáme pred Bohom. Preto si teraz spravíme krátke spytovanie svedomia. Všetci sme „chorí“, ale je tu Boh, ktorý nás dokáže vyliečiť z každej našej choroby, ak ho o to úprimne poprosíme...

*Rozdaj účastníkom texty so spytovaním svedomia a nechaj dostatočne dlhý čas v tichu, aby si účastníci text pozorne prečítali.*

*Potom ich povzbud' k odvahe byť uzdravený a pristúpiť ku sviatosti zmierenia... Môžeš použiť aj slová svätého Dona Bosca.*

*Na záver sa pomodlite modlitbu dokonalej ľútosti:*

**Bože môj, zo srdca ľutujem všetky svoje hriechy, ktorými som Ťa urazil. Desím sa zo straty neba a bolesti zatratenia. No najviac zo všetkého ľutujem, že som zranil teba, Bože môj, najväčšie dobro, ktorý si zaslúžiš všetku moju lásku. Pevne sľubujem s pomocou tvojej milosti vyznávať svoje hriechy, robiť pokánie a zmeniť svoj život. Amen.**



### **Don Bosco o sviatosti zmierenia**

„Niet lepšieho základu pri výchove nad svätú spoveď a sväté prijímanie. Kto sa zriedkavo spovedá, má dušu znetvorenú. Veď keby sa niekto umýval len raz do roka, aká by bola škaredá jeho tvár? Aby sme mali úžitok zo svätej spovede, nestačí ani spovedať sa často, ale treba sa usilovať, aby sme sa nedopúšťali hriechov. Veľa kresťanov sa spovedá, ale zle. Spovedajte sa s náležitou prípravou. Spytujte si svedomie. Tri slučky, ktorými vás diabol drží vo svojom otroctve sú – nedostatočná úprimnosť pri svätej spovedi, nedostatočná ľútosť a slabé predsavzatie. Veľmi ľahko pri spovedi zamlčíme hriechy, a to pre tieto príčiny – hanba a strach. Mnohí sa obávajú, že stratia u spovedníka vážnosť, úctu. Spovedník však obdivuje vašu dôveru, miluje a váži si vás. Vyberte si podľa možnosti stáleho spovedníka, nemeňte ho bez príčiny a spovedajte sa každý mesiac. Modlite sa za svojho spovedníka a plňte jeho rady. Uchovávajte si ich v pamäti od jednej spovede ku druhej. Mnohí zmenia spovedníka, ale nerozhodnú sa zmeniť život. Ty taký nebuď. Nezabúdaj, že máš mať svedomie v takom stave, aby si mohol ísť každý deň na sväté prijímanie.“

Pre ODVÁŽNY ROK pripravili: Zuzka Venglíková ZKSM, saleziáni a Pavol Danko.

Jazyková úprava: Mgr. Stanislava Vavreková

Grafika: Erika Bojnická

Finalizácia, zalomenie textu a foto: PaedDr. Pavol Danko



## Úvod

Pri večeri, keď už diabol vnukol Judášovi, synovi Šimona Iškariotského, aby ho zradil, Ježiš vo vedomí, že mu Otec dal do rúk všetko a že od Boha vyšiel a k Bohu odchádza, vstal od stola, zobliekol si odev, vzal plátennú zásteru a prepásal sa. Potom nalial vody do umývadla a začal umývať učeníkom nohy a utierať zásterou, ktorou bol prepásaný. Tak prišiel k Šimonovi Petrovi. On mu povedal: „Pane, ty mi chceš umývať nohy?“ Ježiš mu odpovedal: „Teraz ešte nechápeš, čo robím, ale neskôr pochopíš.“ Peter mu povedal: „Nikdy mi nebudeš umývať nohy!“ Ježiš mu odpovedal: „Ak ťa neumyjem, nebudeš mať podiel so mnou.“ Šimon Peter mu vrazil: „Pane, tak potom nielen nohy, ale aj ruky a hlavu!“ (Jn 13, 2-9)

Ježišov prejav lásky pri umývaní nôh nás pozýva na bolestnú cestu. A podobne ako Peter a apoštoli, ani my ešte všetkému nerozumieme... Ježiš nám pripravil nielen srdcia, ale aj nohy, ktoré majú nasledovať jeho kroky. Spýtajme sa úprimne – každý sám seba – dokážeme stáť na vlastných nohách alebo len nevládne ležíme v apatii a rezignácii? Máme odvahu kráčať za Ježišom? Svätý Otec František nás povzbudzuje: „Priatelja, Ježiš je Pánom rizika, (...) a nie Pánom komfortu, istoty a pohodlnosti. Na to, aby sme nasledovali Ježiša, je potrebné mať dávku odvahy, je potrebné rozhodnúť sa zameniť gauč za pár topánok, ktoré nám pomôžu kráčať po cestách, o ktorých sme nikdy ani nesnívali a ani len na ne nepomysleli...“ (Z príhovoru pápeža Františka mladým počas sobotnej večernej vigílie na SDM 2016 v Krakove.)

## Prvý krok – Odsúdenie

Potom Pán vyvolil iných sedemdesiatich dvoch a po dvoch ich poslal pred sebou do každého mesta a na každé miesto kam sa sám chystal ísť. A povedal im: „Žatva je veľká, ale robotníkov málo. Preto proste Pána žatvy, aby poslal robotníkov na svoju žatvu! Choďte! Hľa, posielam vás ako baránkov medzi vlkov. A keď prídete do niektorého mesta a prijmú vás, jedzte, čo vám predložia, uzdravujte chorých, čo sú v ňom a povedzte im: „Priblížilo sa k vám Božie kráľovstvo.“ Keď prídete do niektorého mesta a neprijali by vás, vyjdite do jeho ulíc a povedzte: „Striasame na vás aj prach, čo sa nám vo vašom meste prilepil na nohy. Ale vedzte, že sa priblížilo Božie kráľovstvo!“ (porov. Lk 10, 1-3.9-11)

Krásny paradox... Pilát túži „striasť“ vinu a kry z rúk ich ponorením do vody a Ježiš káže striasť prach z nôh tam, kde ho neprijímajú. Čisté ruky verzus čisté nohy. Ježišove nohy však rozvírili prach ulíc Golgoty, lebo vykročil... Pilát si umyl ruky, ale ostal stáť... A my?

## **Druhý krok – Kríž**

Aký dobrý je Boh voči statočným, Boh voči tým, čo majú srdce čisté. **No mne sa temer nohy podlomili, takmer som sa zapotácal.** Lebo som žiarlil na chvastúňov, keď som videl, ako bezstarostne si žijú hriešnici. (Ž 73, 1-3)

Koľkokrát sme si povedali: „Kde je tá Božia spravodlivosť, keď my – „dobrí kresťania“ – trpíme, a tí druhí – „zlí hriešnici“ – si žijú bezstarostne?“ Ježiš objíma kríž, kladie si ho na svoje plecia, a nohy sa mu podlamujú aj kvôli nášmu nepochopeniu skutočného života s Bohom... Lebo žiarlime namiesto toho, aby sme žiarili. Lebo stále ostávame stáť so založenými rukami namiesto toho, aby sme objali svoj kríž a vykročili za Ježišom.

## **Tretí krok – Pád**

Nesúďte, aby ste neboli súdení. Lebo ako budete súdiť vy, tak budú súdiť aj vás, a akou mierou budete merať vy, takou sa nameria aj vám. Prečo vidíš smietku v oku svojho brata, a vo vlastnom oku brvno nezbadáš? Alebo ako môžeš povedať svojmu bratovi: „Dovoľ, vyberiem ti smietku z oka“ - a ty máš v oku brvno?! Pokrytec, vyhod' najprv brvno zo svojho oka! Potom budeš vidieť a budeš môcť vybrať smietku z oka svojho brata. **Nedávajte, čo je sväté, psom a nehádzte svoje perly pred svine, aby ich nohami nepošliapali,** neobrátili sa proti vám a neroztrhali vás. (Mt 7, 1-6)

Ježiš vlečie brvno na pleciach, kráča okolo nás, ktorým trčia brvná z očí a padá na zem... Ako perla, po ktorej sa šliape... Padá na zem za všetky naše predčasné súdy, posudzovania a odsúdenia... Aj keď sme stále paralyzovaní a nedokážeme sa odlepiť z miesta, skúsme sa aspoň skloniť, zodvihnúť tú vzácnu perlu zo zeme a pomôcť Ježišovi vstať...

## **Štvrtý krok – Svetlo**

Tvoje slovo je **svetlo pre moje nohy** a pochodeň na mojich chodníkoch. (Ž 119, 105)

Nepochopiteľná sila, ktorá držala Máriu pri stretnutí so svojím synom – je jej syn sám. Večné Slovo, ktoré v mladosti počúvala a ktoré „utkala“ vo svojom živote, sa stalo svetlom a pochodňou aj pre najtemnejšiu uličku jej životnej cesty. Kráča s ním až sem – na Golgotu. A pohne sa ešte ďalej – až pod kríž. Mária, nauč nás kráčať za svetlom tvojho syna, aby sme aj my mohli svietiť na cestu iným.

## **Piaty krok – Pomoc**

*Pútnická pieseň.* Svoj zrak upieram na vrchy: príde mi odtiaľ pomoc? Pomoc mi príde od Pána, ktorý stvoril nebo i zem. **Nedovolí, aby sa ti noha zachvela, nezdriemne ten, čo ňa stráži.** Nedrieme veru, ani nespí ten, čo stráži Izraela. Pán ňa stráži, Pán je tvoja záštita po tvojej pravici. Za dňa ňa slnko nezraní ani mesiac za noci. Pán ňa bude chrániť od všetkého zlého; Pán ti bude chrániť život. Pán bude chrániť tvoj odchod i príchod odteraz až naveky. (Ž 121)

Symbolický text z knihy žalmov s názvom „Pútnická pieseň“. Ježiš stretá na svojej krížovej ceste pútnika z Cyrény – Šimona a prijíma jeho pomoc, aby jeho chvejúce sa nohy dokázali kráčať ďalej... Kam upierame svoj zrak my? Odkiaľ očakávame pomoc? Veríme, že Boh nedrieme, ani nespí? Sme vďační všetkým tým pútnikom Šimonom, ktorých nám Pán posielal?

## Šiesty krok – Odvaha

Ktorýsi farizej pozval Ježiša, aby s ním jedol. On vošiel do farizejovho domu a sadol si k stolu. V meste bola istá žena, hriešnica. Keď sa dozvedela, že je hosťom vo farizejovom dome, priniesla alabastrovú nádobu s voňavým olejom, **s plačom pristúpila zozadu k jeho nohám, začala mu slzami máčať nohy** a utierala mu ich svojimi vlasmi, bozkávala mu ich a natierala voňavým olejom. (porov. Lk 7, 36-38)

Dve odvážne ženy, ktoré sa nebáli vystúpiť z davu a riskovať, že budú nepochopené, či vysmiate. Hriešnica túžila po odpustení... Ktovie, po čom túžila Veronika? Obe veľmi milovali, obe zachránila ich veľká viera. Hriešnica sa tvárou skláňa k Ježišovým nohám, Veroniku nesú jej nohy ku Kristovej tvári. Kde stojíme my? Máme odvahu predrať sa cez dav a utrieť Ježišovu tvár, či skloniť sa k jeho nohám?

## Siedmy krok – Ďalší pád

Zachráň ma, Bože, lebo voda mi vystúpila až po krk. **V bezodnom bahne viaznem a nemám pevnej pôdy pod nohami, dostal som sa do hlbín vôd a zalieva ma príval.** Ustatý som od volania, hrdlo mi zachríplo. Unavili sa mi oči, čo tak vyzerám svojho Boha. (Ž 69, 2-4)

Stráca pevnú pôdu pod nohami a padá... Lebo kráča bahnom zlých rozhodnutí na križovatkách našich životov... Lebo viazne v blate našich slepých uličiek... Lebo sa topí v kalužiach na všetkých našich obchádzkach, či skratkách bez Boha... Napriek tomu vstáva a ide ďalej...

## Ôsmy krok – Plač

**Preto vzpružte ochabnuté ruky a podlomené kolená! A vaše nohy nech kráčajú rovno,** aby sa to, čo je chromé, nevykĺbilo, ale skôr aby sa uzdravilo. Usilujte sa o pokoj so všetkými a o svätosť, bez ktorej nik neuvidí Pána. Dbajte na to, aby nik nepremeškal Božiu milosť; aby nevyrazil nejaký koreň horkosti a nevyvolal zmätok a nenakazil mnohých. (Hebr 12, 12-15)

„*Neplačte nado mnou ale sami nad sebou a nad svojimi synmi a dcérami!*“ Možno sme premeškali Božiu milosť, možno sa v rodinnej záhrade zakorenila horkosť hriechu... Ale nič nie je stratené! Vzpružme ochabnuté ruky a podlomené kolená a kráčajme rovno! My máme byť vzorom pre svojich blízkych. Usilujme sa o svätosť, bez ktorej nik neuvidí Pána. Ani naše deti...

## Deviaty krok – Posledný pád

Beda svetu pre pohoršenie! Pohoršenia síce musia prísť, ale beda človekovi, skrze ktorého pohoršenie prichádza! **Ak ťa zvädza na hriech tvoja ruka alebo noha, odtni ju a odhod' od seba:** je pre teba lepšie, keď vojdeš do života zmrzačený alebo krivý, ako keby ťa mali s obidvoma rukami a s obidvoma nohami hodiť do večného ohňa. (Mt 18, 7-8)

Ježiš už ledva kráča, potáca sa ako zmrzačený, nesúc na svojich nohách hriechy celého ľudstva. Poslednýkrát padá na zem a ostáva na nej ležať... Za všetky pohoršenia, ktoré prišli skrze nás, za všetky naše prešľapy, za naše vstupy do zakázaných zón a protismerov... Za to, že sme stáli, keď bolo treba ísť a náhlili sa, keď bolo lepšie ostať stáť, alebo sa vrátiť naspäť... Za to, že nemáme odvahu odťať si ruku, či nohu, ak nás zvädzajú na hriech...

## **Desiaty krok – Vyzliekanie**

Ale Štefan, plný Ducha Svätého, uprene sa zahľadel na nebo, uvidel Božiu slávu a Ježiša stáť po pravici Boha a povedal: „Vidím otvorené nebo a Syna človeka stáť po pravici Boha.“ Strašne vykriekli, zapchávali si uši a všetci sa naňho vrhli. Vyhnali ho za mesto a kameňovali. **Svedkovia si odložili šaty k nohám mladého muža, ktorý sa volal Šavol.** Štefana kameňovali a on sa modlil: „Pane Ježišu, prijmi môjho ducha.“ Potom si klakol a zvolal veľkým hlasom: „Pane, nezapočítaj im tento hriech.“ A len čo to povedal, zomrel. (porov. Sk 7, 55-60)

Odložiť si šaty k niekoho nohám môže byť prejavom súhlasu s jeho zmýšľaním a konaním. Hľadiac na obnaženého Spasiteľa obnažme na chvíľu svoje vnútro a odložme svoje pomyselné šaty k jeho nohám. Možno nás čaká to, čo prenasledovateľa Šavla – Ježišova otázka: „*Prečo ma prenasleduješ?*“, pád na zem a potom úplne nová cesta... A možno sú pri našich nohách stále odložené Ježišove šaty. Ako prejav jeho nekonečnej lásky, a to aj napriek tomu, že tie šaty sme z neho strhli my...

## **Jedenásty krok – Pribíjanie**

Bože môj, Bože môj, prečo si ma opustil? Vysmievajú sa mi všetci, čo ma vidia, vykrúcajú ústa a potriasajú hlavou. Rozlievam sa sťa voda a uvoľňujú sa vo mne všetky kĺby. Srdce mi mäkne ako vosk a topí sa mi v útrobach. Podnebie mi vysychá ako črepiny a jazyk sa mi lepí k hrtanu. Do prachu smrti ma odvádzaš. Obkľučuje ma svorka psov, obstupuje ma tlupa zlosynov. **Prebodli mi ruky a nohy, môžem si spočítať všetky svoje kosti.** (Ž 22, 2.8.15-18)

Ježišove nohy dokráčali do cieľa krížovej cesty. Nohy Boha, ku ktorým kládli slepých, chromých a nemých, nohy, ktoré sa vždy náhlili k najbiednejším a opusteným, sa už nemôžu ani pohnúť. Prebodli mu ich klinec. Boh odvtedy potrebuje naše nohy... A my? Nie sú naše nohy priklincované strachom, či nezaujmom ešte skôr, akoby sa mali pohnúť k blíznym?

## **Dvanásty krok – Smrť**

Istý človek mal dvoch synov. Mladší z nich povedal otcovi: „Otec, daj mi časť majetku, ktorá mi patrí.“ A on im rozdelil majetok. O niekoľko dní si mladší syn všetko zobral, odcestoval do ďalekého kraja a tam svoj majetok hýrivým životom premárnil. Keď všetko premrhal, nastal v tej krajine veľký hlad a on začal trieť núdzu. Išiel teda a uchytil sa u istého obyvateľa tej krajiny a on ho poslal na svoje hospodárstvo svine pásť. I túžil nasýtiť sa aspoň strukmi, čo žrali svine, ale nik mu ich nedával. Vstúpil teda do seba a povedal si: „Koľko nádenníkov u môjho otca má chleba nazvyš, a ja tu hyniem od hladu. Vstanem, pôjdem k otcovi a poviem mu: Otče, zhrešil som proti nebu i voči tebe. Už nie som hoden volať sa tvojím synom. Prijmi ma ako jedného zo svojich nádenníkov.“ I vstal a šiel k svojmu otcovi. Ešte bol ďaleko, keď ho zazrel jeho otec, a bolo mu ho ľúto. Pribehol k nemu, hodil sa mu okolo krku a vybozkával ho. Syn mu povedal: „Otče, zhrešil som proti nebu i voči tebe. Už nie som hoden volať sa tvojím synom.“ Ale otec povedal svojim sluhom: „Rýchlo prineste najlepšie šaty a oblečte ho! Dajte mu prsteň na ruku **a obuv na nohy!** Privedte vykŕmené teľa a zabite ho. Jedzme a veselo hodujme, lebo tento môj syn bol mŕtvy, a ožil, bol stratený, a našiel sa.“ (Lk 15, 11-24)

Boží syn zomrel, bol mŕtvy, aby sme my všetci ožili a neboli viac stratení. Pod krížom máme všetci pripravené čisté krásne šaty, kráľovské prstene a novú obuv na nohy, aby sme viac nemuseli chodiť bosí... On zachránil náš život od smrti, naše oči od slz a naše nohy pred pádom. A preto budeme pred tvárou Pána kráčať v krajine žijúcich... A nie v krajine mŕtvych!

## **Trinásty krok – Snímanie z kríža**

Keďže bol Prípravný deň, Židia požiadali Piláta, **aby ukrižovaným polámali nohy** a sňali ich, aby nezostali telá na kríži cez sobotu, lebo v tú sobotu bol veľký sviatok. Prišli teda vojaci a polámali kosti prvému aj druhému, čo boli s ním ukrižovaní. No keď prišli k Ježišovi a videli, že je už mŕtvy, kosti mu nepolámali, ale jeden z vojakov mu kopijou prebodol bok a hneď vyšla krv a voda. A ten, ktorý to videl, vydal o tom svedectvo a jeho svedectvo je pravdivé. On vie, že hovorí pravdu, aby ste aj vy uverili. Toto sa stalo, aby sa splnilo Písmo: „Kosť mu nebude zlomená.“ A na inom mieste Písmo hovorí: „Uvidia, koho prebodli.“ (Jn 19, 31-37)

Bizarné zlomeniny... Absurdná poistka, aby sa tie priklincované nohy predsa už len nikdy nepohli... Vojaci prišli až ku krížu. Ich nohy zastali na najdôležitejšej križovatke dejín. Jeden z nich sa však pohol ďalej tým najodvážnejším možným spôsobom – vydal svedectvo... Akou cestou sa z križovatky Kristovho kríža vyberieme my?

## **Posledný krok?**

Vtom sa im otvorili oči a spoznali ho. Ale on im zmizol. Tu si povedali: „Či nám nehorelo srdce, keď sa s nami cestou rozprával a vysvetľoval nám Písma?“ A ešte v tú hodinu vstali a vrátili sa do Jeruzalema. Tam našli zhromaždených Jedenástich a iných s nimi a tí im povedali: „Pán naozaj vstal z mŕtvych a zjavil sa Šimonovi.“ Aj oni porozprávali, čo sa im stalo cestou a ako ho spoznali pri lámaní chleba. Kým o tom hovorili, on sám zastal uprostred nich a povedal im: „Pokoj vám.“ Zmätení a naľakaní si mysleli, že vidia ducha. On im povedal: „Čo sa ľakáte a prečo vám srdcia zachvacujú také myšlienky? **Pozrite na moje ruky a nohy, že som to ja!** Dotknite sa ma a presvedčte sa! Veď duch nemá mäso a kosti - a vidíte; že ja mám.“ **Ako to povedal, ukázal im ruky a nohy.** (Lk 24, 31-40)

Skôr, než učenici uvideli ruky a nohy zmŕtvychvstalého Pána, prestrašení hľadeli na nevládne prebodnuté končatiny na kríži a v hrobe. No potom prišlo nové ráno a nečakané stretnutia... Pozývame Ježiša na naše cesty? Dovolíme mu kráčať s nami krížom-krážom, cestou-necistou? Horí nám srdce v jeho prítomnosti? Alebo je pre nás stále len Kristom ležiacim v hrobe? „**Pozrite na moje ruky a nohy, že som to ja!**“

## **Záver**

Ďakujeme ti, Pane, za všetky kroky tvojej križovej cesty. Padáme k tvojim nohám a prosíme ťa – uzdrav a posilni naše nohy, aby neostali paralyzované stáť na mieste, ale pohli sa za tebou... Aby sme mohli spolu s blahoslavenou sestrou Zdenkou Schelingovou nahlas vysloviť: „*S úsmevom kráčajme ku Golgote, tam nájdeme toho, ktorý všetku lož, zlobu, faloš, klam ľudí, poznal prv ako my. On nás už len necháva kráčať po ním vyšliapanej ceste. Akí nevďační by sme boli, keby sme sa všetkému neusmiali! Život bez utrpenia je život bez lásky a život bez lásky je smrť.*“

Pre ODVÁŽNY ROK pripravil: Pavol Danko.



## Adorácia



### Adorácia uzdravenia

**Pieseň** (počas nej kňaz alebo diakon vyloží Oltárnu sviatosť)  
**Oblečiem si chválu** (Heartbeat)

#### Úvod

**Kňaz alebo diakon:** Nech je zvelebený Ježiš v najsvätejšej Sviatosti Oltárnej.  
**E:** Od tohto času až na veky vekov.

**Kňaz alebo diakon:** Pane Ježišu, v tomto odvážnom roku prichádzame za tebou, pred tvoju tvár, lebo veríme, že nás máš rád. Kvôli nám si sa stal človekom podobným vo všetkom okrem hriechu. Ďakujeme ti za tvoju odvážnu lásku k nám. Lásku, ktorá sa ničoho nebojí, ani smrti, ani našich zlyhaní, ani našich rezignácií. Ty si Lásku, ktorá nás pozýva, aby sme volali na teba, kedykoľvek a kdekoľvek. A tak si to chceme pripomenúť na začiatku tohto času s tebou.

#### Z Písma (Iz 7, 10)

*Pán prehovoril k Achazovi: „Žiadaj znamenie od Pána, svojho Boha. Žiadaj ho, či v hĺbkach podsvetia, alebo hore na výsostiach.“*

**Kňaz alebo diakon:** Pane, kedysi dávno si sa prihovril kráľovi Achazovi. On zďaleka nebol tým najlepším kráľom. Rezignoval vo svojom živote na veľa vecí: na vieru v teba, na to, aby bol hlavou vo svojej rodine, na pravdivosť. Často nemal odvahu riešiť veci a radšej sa uzavrel do seba a trucoval. A takémuto kráľovi si sa prihovril s neveriteľnou ponukou: „Žiadaj znamenie...“ Žiadaj znamenie od svojho Boha.

#### Spoločne volajme – Chvála ti, Pane.

- Chceme ťa na začiatku chváliť za to, že si Boh, ktorý nikdy nerezignuje na človeka a zostávaš naším Bohom, chvála ti Pane. **E: Chvála ti, Pane.**
- Chválime ťa za to, že ťa nemôžeme sklamať, lebo ty nás poznáš lepšie ako my sami seba, chvála ti Pane. **E: Chvála ti, Pane.**
- Chválime ťa za to, že si Boh ktorého nikdy neobťažujeme, kedykoľvek a kdekoľvek na teba voláme, chvála ti Pane. **E: Chvála ti, Pane.**
- Chválime ťa Pane za to, že s nami vždy rátaš, a že akokoľvek môžeme byť maličkí, ty v nás a cez nás vieš konať veľké veci, chvála ti Pane. **E: Chvála ti, Pane.**

*(čas a priestor na vyjadrenie modlitby chvály Boha od ľudí, ktorí sú na adorácii)*

**Kňaz alebo diakon:** Pane, ty prijímaš naše chvály nie preto, že by niečo pridali k tomu, aký si veľký a svätý, ale preto, že nás to posilňuje vo viere a prispieva nám to k rastu lásky k tebe. Ďakujeme, že si tu s nami. Amen.

#### Pieseň

**Odvážna láska** (Heartbeat) / **Na krídlach lásky** (ESPÉ)

**Kňaz alebo diakon:** Láskový Ježišu, teraz chcem byť preniknutý tvojou láskou, ktorou miluješ až do krajnosti, veď preto si tu pre mňa v Eucharistii. Prenikni ma láskou, ktorá sa dáva v tejto chvíli. Táto láska mi dáva odvahu otvoriť kapitolu sklamaní môjho života. Chcem nimi prechádzať spolu s tebou, Ježišu. Lebo verím, že tvoja láska môže uzdraviť každé sklamanie a potom aj každú rezignáciu, ktorá z nich vyrastá. Ty mi vychádzaš v ústrety, bol si tu, aj v tomto priestore oveľa skôr, než som sem ja prišiel za tebou.

### Prinášam ti svoje sklamanie z rodiny:

- niečo, čo som zažil od svojho otca, (chvíľka ticha)
- sklamanie, ktoré som zažil od svojej mamy, (chvíľka ticha)
- sklamania od kohokoľvek z rodiny, brata, sestry, starých rodičov (chvíľka ticha).

### Prinášam ti sklamania zo školy a z práce:

- od učiteľov a vedúcich, (chvíľka ticha)
- od spolužiakov a kolegov, (chvíľka ticha)
- od vychovávateľov a nadriadených (chvíľka ticha).

### Prinášam ti aj sklamania z Cirkvi:

- od kňazov, (chvíľka ticha)
- od ľudí, ktorí v Cirkvi slúžia, (chvíľka ticha)
- od tých, čo nás učia viere (chvíľka ticha).

### A nakoniec ti prinášam sklamania zo seba:

- že sa nie vždy viem prijať taký, akého si ma stvoril, (chvíľka ticha)
- že mám svoje chyby a hriechy, ktoré sa často opakujú, (chvíľka ticha)
- že som pokazil v minulosti veci, ktoré sa nedajú vrátiť (chvíľka ticha).

**Kňaz alebo diakon:** Ježišu, verím, že tvoja láska je mocnejšia a dôležitejšia ako všetky moje sklamania. Verím, že je silnejšia ako nepochopenie, únava, posmech, zlyhanie, zrada, ako hriech, škandály a pohoršenia vo svete i v tvojej Cirkvi. Verím, že dokáže premôcť bolesť, strach, chorobu, chudobu, úzkosť, smútok, ba aj smrť. Snažil som sa s odvahou pred tebou pomenovať svoje sklamania, teraz ti chcem aspoň jedno alebo dve z nich dať. Prijmi ich odo mňa, počujem, že aj ku mne sa skláňaš a hovoríš: „Chceš ozdraviť?“ A ja ti Pane s vierou hovorím: „Chcem. Chcem sa postaviť na nohy a pevnejšie stáť vo svojej rodine, v škole, či v práci, vo svojej farnosti, či v spoločenstve, alebo aj v prijatí seba.“ Ďakujem, že môžem na tvoje slovo vstať a ísť, lebo ty mi hovoríš v Božej autorite: „Vstaň a choď.“

(chvíľka ticha)

### Pieseň

Aby ma rieka zmyla (Heartbeat)

**Kňaz alebo diakon:** Ďakujem Ježišu, že ma uzdravuješ. Že ma pozývaš kráčať po nových cestách, tam, kde som ešte nebol. Ďakujem, že aj tam si stále so mnou.

Teraz, v chvíľke ticha, ti chcem povedať, o čom snívam na cestách môjho života. Ty poznáš moje sny. Vieš, že sa mi niekedy zdajú nedosiahnuteľné. Že o nich hovorím len s tými, ktorí sú mi veľmi blízki. Ale ty si môj Boh, Boh blízky, a tak viem, že o nich môžem s tebou hovoriť.

*(chvíľa ticha)*

## **Spoločne volajme – Prosíme Ťa, Pane.**

- Chcem Ťa teraz Pane prosiť o pomoc, aby si mi dal silu kráčať v novosti života, nebáť sa toho čo príde, nevrátiť sa nikdy späť do resignovanosti, ani keď prídu ďalšie sklamania. **E: Prosíme Ťa, Pane.**
- Ježišu daj, aby som vždy veril a vierou videl, že ty kráčaš v živote so mnou. **E: Prosíme Ťa, Pane.**
- Daj, aby som vedel využiť všetky prostriedky, ktoré mi ponúkaš ako posilu na životnej ceste, modlitbu, sviatosť a spoločenstvo Cirkvi. **E: Prosíme Ťa, Pane.**
- Daj, aby som veril, že keď niečo pokazím, môžem bežať za tebou a vrhnúť sa do tvojho náručia, lebo ty si neúnavný v odpúšťaní. **E: Prosíme Ťa, Pane.**
- Daj, aby som sa vedel podeliť s radosťou z uzdravenia aspoň s jedným človekom, ktorého mi teraz dávaš do srdca. **E: Prosíme Ťa, Pane.**

*(čas a priestor na vyjadrenie modlitby prosby Boha od ľudí, ktorí sú na adorácii)*

**Kňaz alebo diakon:** Ďakujeme Ježišu, za tento čas s tebou, prosíme o tvoje požehnanie. Nech môžeme kráčať v našom živote v moci tvojho uzdravenia. Amen.

**Sláva Otcu i Synu  
i Duchu Svätému.**

**Ako bolo na počiatku, tak nech je i teraz i vždycky  
i na veky vekov. Amen**

## **Modlitba za Svätého Otca**

### **Pieseň**

**Ctíme túto sviatosť slávnú**

## **Modlitba pred požehnaním**

Pane Ježišu, Kriste, prítomný vo Sviatosťi Oltárnej, teraz ku mne vykročíš cez tvoje požehnanie. Daj, nech znovu pocítim tvoj dotyk, nech sa v tvojej moci postavím na vlastné nohy a nech spolu s tebou odvážne kráčam po tvojich cestách. Ty si dobrý Boh a žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen.

### **Pieseň**

**Bud' odvážny môj duch (ESPÉ)**

## Máriina cesta



### Spomeň si, svätá Panna Mária...



*Spomeň si, svätá Panna Mária, že nikdy nebolo počuť, žeby bol niekto opustený, kto sa utiekal pod tvoju ochranu, teba prosil o pomoc a žiadal o tvoje orodovanie. Povzbudený touto dôverou aj ja sa utiekam k tebe, Matka, Panna panien; k tebe prichádzam, pred tebou stojím ako úbohý a kajúci hriešnik. Matka večného Slova, neodmietni moje slová, ale ma milostivo vyslyš. Amen.*

Modlitba „**Spomeň si...**“, po latinsky „**Memorare**“, v tej podobe ako ju poznáme dnes, vznikla v 15. storočí, ale jej jednotlivé časti nachádzame už u **sv. Bernarda z Clairvaux** (12. storočie) a preto ho právom môžeme považovať za jej autora.



**Claude Bernard** (1588–1641, Francúzsko) – známy ako „chudobný kňaz“. Po tom, ako zmenil svoj spočiatku ľahotikársky a hýrivý život a stal sa kňazom, rozdal všetok majetok a neskôr i celé dedičstvo chudobným a núdnym. Otec Claude sa stal ľudovým misionárom a s veľkým nasadením sa venoval predovšetkým kázaniu väzňom a kriminálnikom odsúdeným na smrť. Pannu Máriu si uctieval pod titulom „**Consolatrix Afflictorum**“ – „**Útecha zarmútených**“

a vkladal svoju dôveru do jej príhovoru. S jej pomocou sa mnohí zločinci zmierili s Bohom. Ako prostriedok evanjelizácie šíril modlitbu *Memorare*. Naučil sa ju od svojho otca, významného právnika v meste Dijon. Raz dal vytlačiť viac ako 200 000 letákov s modlitbou *Memorare* v rôznych jazykoch, aby ich mohol všade a všetkým rozdávať. Jedným z dôvodov, prečo si otec Claude Bernard tak vážil túto modlitbu, bolo, že on sám bol vďaka nej zázračne uzdravený. V liste kráľovnej Anne Rakúskej, manželke francúzskeho kráľa Ľudovíta XIII., píše o tom, ako bol smrteľne chorý a v strachu pred smrťou sa úpenlivo modlil modlitbu *Memorare*, v dôsledku čoho sa hneď cítil lepšie. Spočiatku nedokázal veriť, že sa stal zázrak, lebo sa necítil hoden takej milosti. O nejaký čas neskôr ho navštívil brat Fiacre, bosý augustinián, aby mu vyrozprával, že sa mu zjavila Panna Mária, povedala mu o jeho chorobe, aj o tom, ako ho zázračne uzdravila. Preto k nemu prišiel, aby ho utvrdil o mimoriadnom zásahu Panny Márie. Claude Bernard odvtedy vždy tvrdil už len jedno, že všetky milosti, ktoré dostal z neba, získal vďaka modlitbe *Memorare*.



V pútnickom kostole v St. Peter am Perlach v Augsburgu (Nemecko) si ľud uctieva **Máriu ako Rozväzovačku uzlov alebo „Rozuzľovateľku“**. Je zaujímavé, že táto úcta, podobne ako v Šaštíne, pochádza z Máriino orodovania v problémovom manželstve. Stalo sa to v roku 1615, keď nemecký šľachtic Wolfgang Langenmantel a jeho manželka Sofia mali vážne manželské problémy. Keď sa Wolfgang z posledných síl usiloval vyhnúť rozvodu, dal si poradiť od

jezuitského kňaza Jakoba Rema, ktorý bol známy svojou úctou k Panne Márii. Páter Rem povzbudil Wolfganga, aby tieto manželské problémy predložil Márii.

Obaja muži sa počas 28 dní štyrikrát spoločne modlili a pri poslednom stretnutí dal Wolfgang pátrovi Removi svoju manželskú stuhu. (Ako bolo vtedy zvykom, nevesta a ženích boli počas svadobného obradu zviazaní stuhou. Bol to symbol ich novej jednoty ako manželského páru.) Kým sa modlili, otec Rem pozdvihol stuhu k obrazu Panny Márie Snežnej. Obetoval jej „manželský zväzok“ a prosil ju, aby „rozviazala všetky uzly“ vo vzťahu Langenmantelovcov. Keď kňaz stuhu vyrovnal, bola snehobiela. Wolfgang nabral odvahu a domov sa vrátil s novou nádejou pre manželstvo.

A hoci podrobnosti sa v dejinách stratili, je známe, že sa napokon so Sofiou zmieril. Príbeh o ich zachránenom manželstve sa odovzdával ďalej – najprv ich synovi a potom vnukovi, ktorý sa stal kňazom. Ten dal okolo roku 1700 namaľovať príbeh svojich starých rodičov. Umelec prišiel s obrazom, na ktorom Panna Mária rozvážuje uzly na manželskej stuhe Sofie a Wolfganga – boli to symboly problémov, ktoré ich priviedli na pokraj rozvodu. Jeden anjel podáva zauzlenú stuhu Panne Márie a druhý z jej rúk prijíma vyrovnanú stuhu.

Už celé stáročia jej prinášajú svoje veľké a malé „uzly“ všetci tí, čo hľadajú pomoc. Veľkým ctiteľom a šíriteľom úcty k Rozuzľovateľke uzlov je aj pápež František.



**Mladý šľachtic František Saleský (1567-1622)**, neskôr svätý biskup Ženevy a zakladateľ Rádu Navštívenia, počas štúdia na jezuitskom kolégiu v Paríži a aj ako študent práva viackrát denne vyhľadával známu Čiernu Madonu v Kostole Saint-Etienne des Grés. Keď sa 17-ročný František zoznámil s Kalvínovým učením o predestinácii (predurčení), dostal sa do ťažkej duchovnej krízy. Prekonať ju mu pomohla práve Panna Mária. Toto bludné Kalvíново učenie hlása, že

Boh vo svojej neobmedzenej vôli jednu časť ľudí – aj keď žijú zle, predurčil pre nebo a všetci ostatní – nehľadiac na ich skutky a snahu – sú určení na zatratenie. František Saleský začal veriť, že je Bohom predurčený na večné zatratenie, a nejaký vnútorný hlas mu stále našepkával: „*Ty si stratený, ty si zatratený!*“ František strašne trpel touto predstavou! Vo svojom zúfalstve nedokázal ani jesť, ani spať a ochorel. Našťastie sa tento utrápený študent utiekal k Panne Márii, a vždy keď mohol, ponáhlal sa do St. Etienne des Grés. Tu pokľakol pred oltárom Panny Márie a modlil sa: „*Ó, Pane, vždy ťa budem milovať – aspoň v tomto živote, keď mi už nemá byť dopriate milovať ťa vo večnosti.*“

Tu si všimol malú tabuľku na stene. Boli na nej slová modlitby k Panne Márii. Pomaly a so slzami v očiach začal čítať slová známeho *Memorare*. Potom poprosil František Pannu Máriu o uzdravenie tela i duše a zasvätil jej celý svoj život. Zároveň jej sľúbil, že sa denne bude modliť *Memorare* a svätý ruženec. Keď potom vstal, bol úplne zdravý a vnútorne pokojný, oslobodený od všetkých škrupúl a strachu. Nasledujúcich 38 rokov až do smrti verne dodržal svoj sľub každodennej modlitby a hovoril o tom ako o „služobných povinnostiach na dvore mojej Kráľovnej“.

V roku 1594, desať rokov po svojom vnútornom oslobodení, bol František Saleský vysvätený za kňaza a hneď sa prihlásil, že je ochotný pôsobiť v kalvínskej časti Ženevskej diecézy, v Chablais, medzi bludármi. Počas štyroch rokov sa jemu, ktorý sám tak veľmi trpel kvôli tomuto bludu, podarilo priviesť všetkých obyvateľov naspäť ku katolíckej viere.

V priebehu stáročí veriaci a prosiaci ľud pripomínal Panne Márii prostredníctvom modlitby *Memorare* veľkú moc jej orodovania a nikto nikdy neoľutoval, že sa k nej utiekal práve touto modlitbou.



**Alfonz Ratisbonne** (1814–1884), syn bohatého bankára z Alsaska sám o sebe povedal: „Žid len podľa mena, v Boha som neveril... No v mojom srdci bola prázdnota, a hoci som žil v nadbytku, šťastný som nebol... Živil som v sebe trpkú nenávisť voči katolíckym kňazom, voči Cirkvi a kláštorom, predovšetkým voči jezuitom; už len zmienka o nich vyvolala vo mne vždy hnev.“ Počas jednej cesty si v Ríme v roku 1842 Ratisbonne do denníka napísal: „Neprestával som zosmiešňovať a urážať katolicizmus.“ A preto len z čistej zdvorilosti si vzal od istého Teodora de Bussieres zázračnú medailu a zavesil si ju na krk. A nielen to. Teodor ho vyzval: „Sľúbte mi, že sa budete denne, ráno a večer modliť modlitbu sv. Bernarda: ‚Spomeň si, svätá Panna Mária. Mám však len tento jeden text, tak si ho doma, prosím, opíšete a prineste mi ten môj naspäť.‘“ Tým sa poistil, aby Alfonz s textom modlitby predsa len prišiel do styku a nevyhodil ho za roh do koša. Mladému židovskému bankárovi to prišlo veľmi bizarné, nuž neodporoval. „Uškodiť mi to určite neuškodí a kedykoľvek ju môžem zahodiť,“ povedal si. „Nech má radosť, gašpar jeden katolícky. Navyše to bude pikantná historka do môjho cestovného denníka.“

Keď sa Teodor Bussieres stretol s francúzskym vyslancom v Ríme Lafarronnaysom, porozprával mu o svojom stretnutí s Ratisbonnom. Vyslanec, hlboko veriaci kresťan, sa živo zaujímal o celý prípad. Nasledujúceho dňa, v pondelok 17. januára, bol Lafarronnays na svätej omši v kostole svätého Andreja (Sant' Andrea delle Fratte). Keď sa vrátil domov, manželke sa zdôveril, že sa pomodlil aspoň sto ráz modlitbu „Spomeň si, svätá Panna Mária...“ Nie je ťažké si domyslieť, na aký úmysel. Ešte ten istý deň vyslanec začal silno krváčať z pľúc. Večer o ôsmej zavolali k nemu priateľa Bussiera. No keď prišiel, Lafarronnays bol už mŕtvy. Pohreb mal byť v piatok 21. januára. Deň predtým, vo štvrtok, Bussieres sa vybral spolu s Ratisbonnom na prechádzku po meste. Cestou vošli do kostola svätého Andreja. Aj vďaka modlitbe hlboko veriaceho veľvyslanca a obete jeho života Panna Mária darovala Ratisbonnovi veľkú milosť: „Nebol som tam dlho, keď som bol zrazu celkom nevysvetliteľným spôsobom dojatý. Pozrel som sa hore; a tu mi pred oči zmizla celá budova, zostala len jedna jediná kaplnka, ktorá žiarila v úžasnom svetle... Uprostred tohto svetla, nad oltárom, sa zjavila Panna Mária, veľká a žiariaca, plná majestátu a vznešenosti. V takej podobe, ako je vyobrazená na medaile. Priťahovala ma k nej neodolateľná sila.“

Alfonz sa pokúsil pozrieť na ňu trikrát za sebou, no očami nedokázal vidieť vyššie než po jej ruky, z ktorých vychádzal žiarivý lúč milosti. „Rukou urobila znamenie, aby som si kľakol. Potom sa mi zdalo, že povedala: ‚Tak je to dobré.‘ Už viac nič nepovedala, ale ja som všetko pochopil – žalostný stav, v ktorom som sa nachádzal, spúšť, akú vo mne spôsobil hriech a krásu katolíckej viery.“ Panna Mária dala Ratisbonnovi v jednom jedinom okamihu spoznať a prijať celú náuku katolíckej viery. V tom istom momente vzal do ruky medailu Panny Márie, bozkával ju a – ešte stále celý bez seba – so slzami v očiach volal: „Ja som ju videl! ... Ó, aké veľké je moje šťastie! Aký dobrý je Pán! Aká plnosť milosti a blaženosti! Aký poľutovaniahodný je osud tých, ktorí ho nepoznajú!“ Objal svojho známeho a s úplne zmenenou tvárou prosil, aby ho zaviedol ku kňazovi na svätú spoveď. Chcel vedieť, kedy by mohol byť pokrstený, pretože bez sviatosti krstu už ďalej nechcel žiť. Pri krste prijal meno Mária.

Obrátenie mladého Žida bolo prvotriednou senzáciou. Tu nešlo o nejakého radového podomového predavača z geta, ale o zámožného francúzskeho bankára, veľkú nádej liberálov a slobodomurárov v ich proticirkevnom boji, človeka neznášajúceho všetko, čo na sebe malo znamenie Kristovho kríža. „Celú svoju slobodu odovzdávam Pánovi. Zasväcujem Mu svoj život, aby som slúžil Cirkvi... Pod ochranou Panny Márie,“ vyhlásil.

Alfonz Mária Ratisbonne odcestoval do Paríža k svojmu bratovi Teodorovi, ktorý bol rektorom sirotinca Milosrdných sestier v parížskom predmestí Saint-Germain. Z povďačnosti voči Panne Márii dal Alfonz postaviť v záhrade sirotinca kaplnku na počesť Nepoškvrneného Počatia. Ešte dodnes ta prichádzajú pútnici a modlia sa „*Spomeň si, svätá Panna Mária...*”

Sedem rokov po jeho obrátení, 24. septembra 1848, bol Alfonz Mária vysvätený za kňaza. Svoj život zasvätil spásu izraelského národa. Spolu s niekoľkými kňazmi založil Kongregáciu Našej Panej zo Sionu. Rozhodol sa postaviť kláštor priamo v srdci židovstva – vo svätom meste Jeruzaleme. Alfonz za značnú sumu zakúpil Praetorium, budovu v ktorej Pilát ukázal Židom zbičovaného Spasiteľa, následne odsúdeného na trest smrti ukrižovaním. Tento dom nazval „*Ecce Homo*“. V Jeruzaleme založil školu a internát pre deti všetkých vyznaní. Zomrel v roku 1884 a na náhrobok si nechal vytesať tento nápis: Narodil som sa ako hriešnik, ale chcem rozprávať o veľkom milosrdenstve najsvätejšej Márie voči mne.



**Páter Ján Baptist Reus SJ (1868-1947)**, nemecký jezuita, ktorý zomrel v povesti svätosti, takmer do vyčerpania pracoval ako misionár v Brazílii. Tento horlivý mariánsky ctiteľ v pohľade na uplynulých 50 rokov svojho kňazstva vyznáva takto:

„Je to naša milá Matka, ktorá mi dala všetko. Pripadám si ako jedna z mariánskych svätých, ktorej steny sú pokryté votívnymi tabuľkami s nápismi: Panna Mária pomohla... Za to, že som aj napriek svojej nehodnosti dostal česť byť kňazom, vďačím Matke... Keď teraz nosím odev Spoločnosti Ježišovej, tak za to vďačím tiež jej. Panna Mária pomohla. Pri každej dobrej myšlienke, pri každom dobrom rozhodnutí, pri každom skutku lásky bola ona a je to stále ona, ktorá všetko usmerňuje: Panna Mária pomohla. Zvonka či zvnútra, na tele i na duši – všade je napísané: Panna Mária pomohla. Do môjho srdca je vyryté: Panna Mária pomohla ..., a v mojich očiach možno čítať: Panna Mária pomohla... Tieto slová tu zostanú naveky – na jej česť a na česť a slávu Najsvätejšieho Ježišovho Srdca, ku ktorému ma Matka viedla: Panna Mária pomohla!“



Dobre sa pozrime na mapu sveta alebo aspoň na mapu Európy. Ak ju budeme vidieť očami viery, prideme na to, že krajiny, ktoré si zachovali mariánsku úctu, a v ktorých je živá mariánska modlitba, v tých krajinách je živá i viera. Upríme ešte „drobnejší“ pohľad – zadívajme sa očami viery do našich rodín, o ktorých platí to isté: v rodinách, v ktorých sa praktizovala mariánska modlitba (napr. sv. ruženec), sa zachovala i viera. Tieto miesta (krajiny) i rodiny potvrdzujú, že Mária si na svojich prosebníkov „spomína“ – pamätá. Známe sú i mimoriadne „spomenutia“ Panny Márie na ľudí, ktorí sa k nej neobracali o pomoc, ale je vysoko pravdepodobné, že im to vyprosili práve tí, ktorí sa modlili, aby si spomenula i na tých, „ktorí sa k nej neutiakajú...“. Ale ktovie, či vo večnosti sa nedozvieme, koľkí Máriino „spomenutie“ odmietli, čo im môže byť na večnú škodu. Ako by bolo dobré, keby sme v dnešnej dobe rozumeli týmto myšlienkam, ktoré sú podložené konkrétnymi svedectvami ľudí. Preto naozaj stojí zato neustále prosiť: „*Spomeň si Panna Mária...*“, s pridanou prosbou: *Bez hriechu počatá Panna Mária, oroduj za nás, ktorí sa k tebe utiekame... I za tých, ktorí sa k tebe neutiakajú!*

## Divadelná hra



### O2H nechať sa uzdraviť

**Hlavná myšlienka:** živou vodou je Ježiš, nič iné, na čo by sme upierali zrak... Len On skutočne uzdravuje. Odvaha nechať sa uzdraviť je odvaha hľadiť len na Neho, ako na jedinú istotu.

#### Postavy:

- **Strach – paralyzovaný muž**
- **Ježiš**
- **Obžerstvo**
- **Lenivosť**
- **Hnev**
- **Lakomstvo**
- **Smilstvo**
- **Závisť**
- **Pýcha**

#### Scéna

- javisko je prázdne, diagonálne predelené mólom, ktoré pripomína mólo na módnou prehliadku. Na mólo sa dá použiť pás linolea, alebo koberca, alebo pevne prilepený pás látky kontrastnej farby voči farbe javiska/podlahy.

#### Kostýmy a rekvizity

- sú popísané priamo v scenári pri výstupoch jednotlivých postáv.

#### Hudba a zvuky

- sú popísané priamo v scenári pri konkrétnych javiskových situáciách.

#### **Prvý obraz – Nádej v beznádeji**

*(Do prázdneho priestoru vniká reprodukovaný zvuk vody. Na internete sa dá nájsť veľa voľne dostupných „vodných“ zvukov... Do toho zaznieva nahratý hlas Strachu.)*

#### **Strach:**

Päť stĺporadií, sedem nemocí a voda, ktorej sa dotknúť nedá...

*(Reprodukovaný zvuk vody začne naberať na dynamike.)*

Majú v nej nádej a bez nej len beznádej. Spoliehajú sa na penu...

*(Reprodukovaný zvuk vody naberá na dynamike ešte viac.)*

Sú schopní pre ňu zabiť. Seba, aj teba!

*(Gradácia vyvrcholí dramatickou zmenou – zvuky vody sa zmenia na hudbu módnej prehliadky.)*



## **Druhý obraz – Prehliadka**

(Veľká módna prehliadka hriechov. Na mólo prichádzajú ľudia vo výrazných kostýmoch a každý charakter má svoje špecifické, štylizované pohyby. Postupne sa každý z nich dostáva do popredia a predstavuje sa. **Sedem postáv reprezentuje sedem hlavných hriechov.** Postava Strach – paralyzovaný muž, stojí v strede móla a celý čas sa nehýbe. Predstavuje strach, ktorý ochromuje každého, kto je ponorený v hriechu. Scéna je podfarbená výraznou hudbou pripomínajúcou svet „šoubiznisu“.)

## **Obžerstvo:**

(Žena s veľkou parochňou plnou ovocia. Žena slastne oberá ovocie z vlastnej parochne a veľmi si ho vychutnáva – je pôžitkárska, márnivá, plní sa sama sebou.)

Hmm, tejto kombinácii už chýba len... Ó áno, hrozno, to je nebo!

Teraz by som si mala trochu dopriať...

## **Lenivosť:**

(Žena s viacerými prepojenými stoličkami, ktoré za sebou neustále vlečie. Urobí pár krokov a potom sa na niektorú z nich zvalí. Jej telo ako keby vypína, lenivie, „rozkvasí sa“. Opäť vstáva a unavená si sadá, atď. Text začína ohováraním Obžerstva.)

Tá si dopraje až – až. O to viac musia robiť iní. Ach, som taká unavená... (Sadá si)

Prečo zase ja? (Vstáva) Nemám na to... Nech to urobia iní... (Zase si sadá)

Mne už je všetko jedno...

## **Hnev:**

(Muž, ktorý má na sebe plášť s rôznymi nástrojmi, ktoré spolu vydávajú nepríjemný hluk – plechovky, triangle, rapkáče, píšťaly, bubny, staré pískacie klaksóny, atď. Bude sa triasť a buchotať zakaždým, keď niekoho uvidí a ten hluk ho akoby rozčúli ešte viac, až nakoniec jeho hnev prerastie do nepríčetného kriku. Začne to tým, že prejde okolo Lenivosti.)

Nehoráznosť! Ako takýto človek vôbec môže...(Nepočujeme, čo povedal, lebo jeho trieskanie ho prehluší.) Už mám dosť všetkých vašich rečí, sú to len reči, reči, reči!!! Sprostí ľudia! Nechutní, odporní, sprostí! Sprostí, sprostí, sprostí!“

## **Závisť:**

(Muž v pestrofarebnom oblečení, od začiatku tejto scény je na móle. Občas kradne ľuďom drobnosti z ich oblečenia – načahuje sa za ovocím z parochne Obžerstva, opatrne si uchmatne niečo z oblečenia Hnevu, keď najviac zúri a podobne to robí pri každom, komu má čo zobrať. Po výstupe Hnevu je na Závisť chvíľu zameraná pozornosť. Vyzerá to tak, že sa pokúša spojiť rôzne ukradnuté veci dohromady. Po predchádzajúcom krikom a buchote Hnevu pôsobí krátky vstup tejto postavy absurdne, akoby z iného sveta... Presne taká tá postava je, navonok pripomína autistu, alebo blázna – javí sa tak preto, že sa stále porovnáva, stále je zameraná do vnútra seba a teda sa neprejavuje taká, ako naozaj je.)

## Lakomstvo:

*(Muž, ktorý za sebou vlečie kufor plný vecí. Predstavuje to, čo má a čo si starostlivo schováva. Je príliš skúpy na to, aby z toho niekomu dal. Je mu ľúto venovať svoj čas a energiu niekomu/niečomu, ak z toho nič nebude mať. Závisť ho začne sledovať.)*

Teraz nemám čas... Veď čo by som z toho mal?

Len zbytočné stresy. Ľuďom sa neoplatí veriť.

*(Kufor sa mu rozsype, tak sa rýchlo zohne a začne zbierať)*

No prosím, čo som komu urobil?! Len nech sa nič nestratí!

*(Situáciu využije závisť a párkrát sa pokúsi niečo vziať – Lakomstvo ho však zakaždým odoženie)*

Staraj sa o seba! Ak niečo chceš, odo mňa to nedostaneš!

Už som sa dosť narozdával...

*(Závisť sa predsa len podarí niečo si nenápadne ukradnúť, kým zatvára kufor.)*

Stratil som toľko času! *(Odchádza do úzadia.)*

## Smilstvo:

*(Žena, ktorá má na sebe obojstranný kabát. Z jednej strany je strieborný resp. lesklý/trblietavý a z druhej strany obyčajný. Smilstvo je po latinsky luxuria a Dante Aligieri tento hriech opisuje ako prílišnú a nesprávnu lásku k druhým. Preto, keď bude mať kabát strieborný, bude sa správať vyzývavo a pútať na seba pozornosť iných tým, že ich bude srdečne zdravieť, prehnane sa smiať a robiť veľké gestá. Keď si kabát otočí naruby, na obyčajnú stranu, skryje sa v dave, pretože smilstvo je zároveň niečo, čo ľudia veľmi taja a za čo sa hanbia.)*

Oooo ahojte, miláčikovia!

*(Lakomstvu)* Ty máš teda plný kufríček... Môžem doňho niečo pridať?

*(Hnevu)* A ty! Krásne písťalky, určite si ich každý deň čistíš, smiem si do jednej z nich fúknuť? Hrať na to neviem, ale možno by si ma to mohol naučiť.

*(Chichoce sa, hladká ľudí po tvári, objíma ich, točí sa a tancuje pomedzi nich.)*

*(Závisť)* A čože si to vyrábaš? Mal by si tomu dať krásny klobúčik, ako má táto vznešená dáma!

*(Zakopne a spadne. Zdvihne sa, zrazu strašne vážna a zahanbená, na všetkých sa mlčky otáča a rýchlo si prevracia kabát na obyčajnú stranu. Zatiaľ, čo sa stavia, hundre si.)*

Je to predsa ľudské, som žena, mám city. Mám si odopierať lásku?

*(Rýchlo sa schováva do davu)*

## Závisť:

*(Muž, ktorý si z vecí, čo nakradol vytvára bábkku (alebo masku). Začína sa s ňou hrať – predstiera, že je niekto iný, pretože chce byť ako niekto iný. Je to vlastne herec/bábkoherec, ktorý si skúša svoje vlastné predstavenie. Opakuje text ostatných ľudí a napodobňuje ich pri tom.)*

*(Napodobňuje Lenivosť)* Som taká unavená...

*(Robí si sám sebe režiséra)* Nie, nie, to je málo dramatické...

*(Zopakuje repliku)* Som taká unavená! ...

*(Rýchla zmena, napodobňuje Hnev)*

Nehoráznosť! Sprostí, sprostí, sprostí, nechutní, odporní!

*(Rýchla zmena, napodobňuje Lakomstvo)* Nemám na vás čas!

*(Rýchla zmena, napodobňuje Obžerstvo)* Potrebujem si predsa trochu dopriať...

## **Pýcha:**

*(Muž ako princípál v krásnom cirkusovom oblečení, s bielymi rukavičkami, preštylizovaný a charizmatický, s džbánom v ruke. Všetci sa za ním otáčajú a s úžasom ho sledujú. Pýcha predstavuje pokušenie zobrať si to, po čom túžime, akoby to patrilo len nám. Bez miernosti, bez výčítiek svedomia, čisto sebecky a bez lásky. Jeho výstup je veľmi sebavedomý, teatračný a zvodný.)*

Dámy a páni, voda. VODA! Viete, čo to je? Ha! Len si myslíte, že viete. Voda, zázračná voda, čistá, hotový pôžitok, musíte ju mať! Musíte ju mať hneď! Kto bude prvý?! Kto ak nie vy?! Zaslúžite si ju. Berte si, berte, nehanbite sa! Myslite chvíľu na seba. Myslite na svoje dobro. Oplatí sa obetovať pre ňu všetko! Tak pite, pite! Alebo lepšie – celí sa v nej vykúpte, nikoho ďalšieho k nej nepustite, najprv vy, potom oni, spravili by predsa to isté! Tak pite!!!

## **Tretí obraz – Honba**

*(Po teatračnom monológu Pýchy prichádza zmena hudby a atmosféry. Hudba sa zmení na oveľa viac rytmickú. Všetky hriechy sú ako opantané a začnú sa lačne načahovať za džbánom. Nasleduje pohybová scéna, v ktorej sa naháňajú a usilujú sa získať džbán len pre seba. Pýcha sa s nimi pohráva. V momente, keď niekto náhodou dostane džbán do rúk a priloží si ho k perám, si to vzápätí akoby rozmyslí a chce ho na seba celý vyliat. Nikomu sa to však nepodarí, lebo vždy príde niekto iný, kto si ho vytrhne, až nakoniec si ho vezme späť Pýcha. V strede tejto scény na móle stále stojí paralyzovaný muž – Strach. To je človek z evanjelia – muž, ktorý je roky chorý a žije v totálnej beznádeji, lebo mu nemá kto pomôcť. Cíti sa sám s vidinou rybníka, ktorý, keď sa zvlíni, má moc ho uzdraviť. Aspoň tomu verí... Všetku svoju nádej vkladá do tej vody, je na ňu neustále zameraný, ale aj tak pre neho zostáva nedosiahnuteľná. Pohyb džbánu sleduje len hlavou, ruky má bezvládne visiace pri tele. Zatiaľ, čo ostatní sa hýbu, pozornosť sa upriami na neho, hudba úplne stíchne.)*

## **Strach:**

Voda, ktorej sa dotknúť nedá... Už roky dúfam a čakám. Ale nepohnem sa, lebo to nedokážem. Chcel by som, ale nedá sa. Prečo? Veď sa pozrite na ostatných... Keď sa voda zvíří a ja mám zase šancu, zradí ma moje vlastné telo. Som úbohý. Všetkým na posmech a predsa... V čom som iný ako oni? Aj ja som zaseknutý v márnom zhone. A pritom jediné, po čom túžim, je byť uzdravený.

## **Štvrtý obraz – Pravá živá voda**

*(Začína hrať úplne iná, pokojná hudba, napr. sólo pre violončelo, ku ktorému sa primiešava zvuk vody. Po móle prichádza Ježiš. Pohyb hriechov sa spomalí a Ježiš prichádza k Strachu, ktorý akoby ho nevidel.)*

## **Ježiš:**

Kam sa to pozeráš?

## **Strach:**

Nevidíš? Voda sa zase víří tak, že až pení. Mal by som utekať.

## **Ježiš:**

Tak sa rozbehni.

## **Strach:**

Nemôžem. Som chromý.

*(Ježiš sa ho dotýka a Strach sa zachveje)*

**Ježiš:**

Máš pravdu. Tvoje suché kosti potrebujú dotyk živej vody. Lenže nehľadáš ju na správnom mieste. Nie je to vec ani miesto. Nie sú to ľudia, čas, ani naplnenie tvojich očakávaní. Som to ja.

*(Nasleduje tanec, v ktorom Strach tancuje s Ježišom. Ten ho oživuje svojim dotykom. Ježiš sa dotkne pravej ruky strachu a on dostane do nej akoby krč, napätie, ako keby začal bojovať so svojim telom. Ježiš sa dotýka jeho ramena na druhej ruke a napätie sa presúva do tejto časti tela. Postupne vidíme, ako každá časť tela, ktorej sa Ježiš dotkne, je najskôr plná krču a napätia, ale pomaličky sa začínajú jednotlivé časti hýbať. Strach bojuje so svojim telom a Ježiš odstupuje, no stále je pri ňom. Krčovitosť, napätie a dynamika tanca narastajú, až sa v istom momente jeho telo uvoľní a „vytryskne“ do fyzického nádychu. S výdychom prichádza postoj uvoľnenia, oslobodenia...)*

*(Ježiš prichádza za Pýchou, berie jej z rúk džbán. Pýcha sa nebráni, lebo Ježiš je mocnejší. Potom podáva džbán Strachu.)*

**Ježiš:**

Po tomto si túžil, no myslel si si, že to musíš získať sám. Teraz ti to dávam ako milosť, aby si videl, že nie si sám a vo mne máš všetko.

*(Strach ho berie do rúk, no nepozera sa naň, ale na Ježiša.)*

**Strach:**

Odpusť mi... Dotkol si sa ma a ja som zdravý. To je jediné, na čom záleží. Dal si mi oveľa viac než to, za čím som sa tak hnal. Prišiel si... Mojou istotou si už len ty sám.

*(Dvíha džbán a vylieva ho Ježišovi k nohám, ako znak toho, že sa zrieka všetkého, na čo upriamoval svoju pozornosť viac, ako na Ježiša. Zrieka sa svojej ľudskej istoty, svojho hriechu.)*

**Ježiš:**

Teraz už môžeš bežať. Kam sa však budeš pozerieť?

Ak na mňa, všetky ostatné istoty zhoria.

Ale buď odvážny, lebo teba zachráni Živá Voda.

*(Potom spolu odchádzajú bok po boku po móle a na konci zídu dole z javiska.)*

*(Hudba sa stišuje, ostáva už len zvuk vody a nahratý hlas strachu.)*

**Strach:**

Päť stĺporadií, sedem nemocí, krv a voda... A Ježiš, ktorý sa dotýka teba...

## Pieseň



### **Nový ŠTART**

**Text:** Tadeáš Gavala & Martin Mekel

**Hudba:** Tadeáš Gavala & F6

Tridsaťosem rokov sa trápim,  
bezmocne ležím a nevládzem vstať.  
Hriech do mňa zatína drápy.  
Má ma vôbec niekto rád?

Jedného dňa pri Ovčej bráne,  
ktosi sa pýta či chcem ozdraviť.  
Všíma si moju beznádej,  
vraví mi pár strohých viet.

### **Ref.:**

**Vstaň, vezmi lôžko a chod'.**

**Vstaň, vezmi lôžko a chod'.**

**Vstaň, vezmi lôžko a chod'.**

**A už viac nehreš.**

Ak sa cítim vinný a prázdny,  
ak mi chýba viera pre nový štart,  
ak zajtrašok je otázny,  
ak je všetko really hard.

Nebudem viac bezradne hútať,  
kto pomôže a či má zmysel žiť.  
Počujem, čo Kristus núka.  
Nechám sa Ním uzdraviť.

### **Bridge:**

Vstávam a odvážne kráčam,  
nechávam sa uzdraviť.  
Vstávam a odvážne kráčam,  
nechávam sa uzdraviť tebou, Ježiš.