

POKOJ A DOBRO

KATOLÍCKY ČASOPIS
FARNOSTI MARKUŠOVCE

01
2024

MAREC

26. ROČNÍK

ZALOŽENÉ 1999



Foto: Lazor Peter

03 | Pôstne inšpirácie

13 | Z farskej kroniky

14 | Srdcom stále Oľšan

EDITORIÁL

MILÍ ČITATELIA!

Svätý Otec František vyhlásil tento rok za **Rok modlitby**, ako prípravu na jubilejný rok 2025. Rehoľa saleziánov oslavuje 100. výročie príchodu na Slovensko. Pri tejto príležitosti vyhlásili rok 2024 za **Rok vdáčnosti**.

Dňa 7. marca 2024 uplynie 750 rokov od smrti **Tomáša Akvinského – učiteľa Cirkvi**.

Aj tieto motívy môžeme zakomponovať do tohtoročného prežívania Pôstneho obdobia: **modlitbu, vdaku, vzdelávanie**.



Foto: https://www.medievalists.net/2014/05/study-st-thomas-aquinas-interview-therese-scarpelli-cory/thomas_aquinas_by_fra_bartolommeo/

Známa slovenská speváčka vo svojej piesni spieva: „**čím sa sýtim, tak sa cítim**“. Trafila do čierneho. Ako spoločnosť sme veľmi rozdelení, rozhádaní, rozhnvaní... Ak sa sýtíme zlými myšlienkami, slovami, obrazmi, nechávame na seba pôsobiť zlo. Bez poctivého uvažovania a hľadania Pravdy ľahkovážne naletíme na rozličné svojvoľné tvrdenia, ktoré sa šíria v médiách a tiež ústnym podaním. Keď ich potom uchováваме vo svojich myšlienkach, nakoniec si vytvoríme vlastnú predstavu o realite. Získame tak pokrivený obraz reality, ktorý na nás nanovo pôsobí zle. A kruh sa uzatvára.

V tohtoročnom Pôstnom období môžeme využiť ponuku začať meniť niektoré svoje návyky. V myšlienkach, slovách, skutkoch. Keď ako kresťania veríme, že dobré myšlienky prichádzajú z vnuknutia Ducha Svätého, treba sa nám pravidelnejšie modliť. Keď sa chceme zbaviť zlozvyku neustáleho sťažovania, ako sa máme zle – v rodine, v práci, v spoločnosti, mali by sme sa naučiť pravidelne ďakovať za to, čo máme. Ak chceme správne pochopiť svet, život a ľudí, je potrebné sa pravidelne vzdelávať.

Tu sa však môže vynoriť myšlienka – ako sa mám modliť, ako mám ďakovať, ako sa mám vzdelávať? Jednou zo skvelých pomôcok je aj čítanie životopisov inšpiratívnych osobností, ktoré naplnili svoj život vrchovato a zanechali nám hlboké dedičstvo poznania a myšlienok. Môžu nám byť vo viacerých oblastiach vzorom. Všetci takíto ľudia mali jedno spoločné – pokoru pred Životom, ktorý nás presahuje. Pokoru pred Bohom.

Vydajme sa teda na cestu pôstneho dobrodružstva s Pánom a nechajme na seba pôsobiť dobro a krásu.

Pax et bonum!

MONIKA HODNICKÁ | ŠÉFREDAKTORKA
monika.hodnicka@gmail.com

Svätý Otec upozorňuje na znovuobjavenie veľkej hodnoty a absolútnej nevyhnutnosti modlitby. Ako píše Ken Kniepmann, modlitba a pôst zvyšujú schopnosť nášho srdca prijať väčšiu „dávk“ Ducha Svätého. Duch Svätý sa modlí v nás a Boh môže konať v našich srdciach to, čo je potrebné.

Chceli by sme vám ponúknuť niekoľko pôstnych modlitbových tipov. Minulý rok sme vás informovali o existencii rôznych pôstnych výziev, ktoré v upravených podobách môžete skúsiť aj tento rok – Exodus 90, Fiat 40, Nasleduj ma, Ženská pôstna výzva, Velebím, Odvážne ži. Blížšie informácie o jednotlivých výzvach nájdete na internete. Velebím je k dispozícii i v knižnej podobe. K výzvam Nasleduj ma a Fiat 40 je možné zakúpiť si cez stránku sashe.sk materiály v papierovej podobe. Tieto výzvy sú väčšinou zamerané komplexne. Modlitebná výzva, ktorú zverejňujú na facebookovej stránke Saletini Rozkvet má názov 40 x 40. Obsahuje úmysel modlitby na každý deň Pôstu a súradnicu krátkeho úryvku zo Svätého písma. Pre úspešné splnenie dennej výzvy je potrebné si každý deň prečítať evanjelium na daný deň (nájdete na <https://lc.kbs.sk>), pomodliť sa desiatok ruženca na úmysel dňa a pridať akúkoľvek modlitbu na úmysel pápeža Františka. Vďaka takejto výzve môžete do svojich modlitieb zahrnúť úmysly, na ktoré by ste si možno nespomenuli.



INŠPIRÁCIA NA PÔSTNY ČAS

Minulý rok sme sa počas celého Pôstneho obdobia v našom farskom kostole pozerali na tri slová – modlitba, pôst a almužna. Majú nám pripomínať tri dôležité formy pokánia, ktoré Sväté písmo i cirkevní otcovia odporúčajú v Pôstnom období rozvíjať.

Keďže pápež František dňa 21. januára 2024 vyhlásil Rok modlitby, mali by sme už v Pôste upriamiť svoj zrak práve na ňu.

Na trhu je aktuálne množstvo publikácií, ktoré obsahujú denné zamyslenia na Pôst. Medzi takéto publikácie patrí kniha *Uzdravujúci pôst duše* od Kena Kniepmanna. Denné pôstne zamyslenia v knihe odhalujú psychologické a duchovné korene hriechu a sú jedinečným nástrojom vnútorného pôstu. Nájdete v nej vysvetlenia ako sa postiť od siedmich hlavných hriechov, i ako prekonávať hriechne zlozvyky a namiesto nich získať čnostné návyky. Ďalšou publikáciou je kniha *Bezstarostný pôst* od Garyho Zimaka, ktorá ponúka praktické rady všetkým, ktorých trápia starosti, obavy, úzkosti. Sú založené na Písme a učia, ako nájsť trvalý pokoj v Kristovi. Kniha *Prelomový pôst* od Richarda Rohra obsahuje denné pôstne rozjímania, ktoré nás cez Sväté písmo privádzajú k stretnutiu so Živým Bohom. Denné zamyslenia nájdete i v knihách: *Posolstvo Veľkej noci* od Františka Rábeka, *Cez kríž ku vzkrieseniu* od Františka Rábeka, *Pôstny navigátor* od Jacquesa-Bénigne Bossueta, *Posolstvo vytrvalosti na Pôstne obdobie* od Michaela Whita a Toma Cor-

corana, *Slovo má moc dotknúť sa každého srdca (Pôst a Veľká noc)* od Jozefa Šuppu SJ a *Obnova srdca* od Sr. Miriam James Heidland, Sold.

V kníhkupectvách a na e-shopoch sú dostupné i publikácie pre rodiny a deti, ktoré môžu pomôcť rodičom pri odovzdávaní viery a veľkonočných tajomstiev. Jednou z takýchto publikácií je kniha *Pôst a Veľká noc* v rodine od Marty Vašečkovej. Ponúka námety na obdobie od Popolcovej stredy až do nedele Zoslania Ducha Svätého, pričom jej jadrom je slávenie Veľkonočného trojdnia. Buď ako oni od Mirky Hoštákovej Blahovej približuje 40 príbehov svätcov pútavou formou. Obsahuje farebné ilustrácie a je vhodná nielen pre deti. Pre deti a mládež od 8 rokov je určená publikácia *O Veľkom pôste a Veľkej noci* pre deti (a nielen pre ne) alebo *Listy z púšte* autorky Dominiky Stadnickej-Strzembosz. Táto kniha sprevádza deti výnimočným spôsobom v pôstnom čase aj cez spoznávanie Božieho slova, prostredníctvom konkrétnych citátov. Autorka využíva rôzne životné situácie, aby ich prepojila s biblickými postavami

a zaklincovala humornou odpoveďou hlavného hrdinu, ktorý svojim listom reaguje na Boží list (Božie slovo). Každý deň si diéta prečíta zamyslenie prepojené s konkrétnym Božím slovom, pričom tieto zamyslenia motivujú ku konkrétnej zmene zmysľania či praktickému kroku, ktorý môže vykonať vo svojom dni. Pre deti do 9 rokov je formou maľovaniek, hlavolamov a doplnovačiek vytvorená publikácia *Od popolca k aleluji*. Rodičia môžu využiť i materiál *Farebný pôst* od Katríny Jantákovej, ktorý je vo formáte A3 zložený na A4 a vytlačený na papieri vhodnom na kreslenie farbičkami.

K hlbšiemu prežitiu Pôstu určite prispieva i účasť na duchovnej obnove alebo duchovných cvičeniach. Rôzne ponuky nájdete napríklad na stránke www.vyveska.sk alebo iných webových portáloch, prípadne plagátoch.

Verím, že uvedené námety budú pre vás inšpiráciou a pomôžu vám zatiahnuť v tomto Pôstnom období na hĺbku vďaka osobnej modlitbe.

PETRA KLUČÁROVÁ



NÁUČNÝ ČLÁNOK

SPÔSOB PRIJÍMANIA EUCHARISTIE VO SVÄTEJ OMŠI

Nové normy, ktoré umožnili prijímanie Eucharistie do rúk, väčšina veriacich prijala v pokoji a bez ťažkostí, avšak na niektorých miestach sa vyskytli aj problémy. Rozdávatelia aj prijímajúci sa stretli s odmietaním prijímania do rúk. Nielen vo vzťahu k sebe, ale aj k druhým. Niektorí kňazi i laici akoby chceli tomuto spôsobu prijímania Eucharistie zabrániť. Dokonca tvrdia, že ide o znesvätenie. Je preto potrebné zaujať k tomu stanovisko Cirkvi.

HISTORICKÝ ASPEKT

Možnosť prijímať Eucharistiu do rúk nie je v Cirkvi nová. Existovala v ranokresťanských časoch. Svedectvá o prijímaní do rúk nájdeme napríklad u sv. Jána Zlatoústeho, u sv. Augustína, sv. Bédú Ctihodného a mnohých ďalších. V priebehu druhého tisícročia sa od tohto spôsobu prijímania upustilo a zaužívalo sa prijímanie do úst. Návrat k možnosti prijímania do rúk je výsledkom dlhého zvažovania a snahy viesť ľudí k blízkejšiemu vzťahu k Pánovi. Tvrdiť, že daný spôsob je zlý či dokonca znesväcujúci, je veľkou opovázlivosťou voči minulosti aj voči našim bratom a sestram po celom svete, ktorí takto prijímajú. A povedzme to priamo: **je to neraz aj prejav pýchy, nezriadeného pocitu duchovnej nadradenosti voči ostatným.** Veď jednoduché zamyslenie každému ukazuje, že ruky človeka nie sú menej hodné Eucharistie než ústa. Boží Syn sa nám dal za pokrm a my ho jeme a pijeme! On sa nám stáva potravou so všetkými dôsledkami, ktoré z toho vyplývajú! Domyslite, ako ďaleko zašiel Pán v prejave lásky voči nám!

PRÍPRAVA PRED PRIJÍMANÍM

Isteže, jeden dôvod, ktorý v tejto súvislosti treba chápať, je naša úcta k Eucharistii. Totiž, keby sme túto úctu stratili, keby sme sväté prijímanie brali ako obyčajný kúsok chleba ako „oblátku“, vážne by sme sa previnili. Eucharistiu máme prijímať s duchovnou prípravou, v stave milosti posväcujúcej a s prejavom úcty a lásky. To platí tak pre prijímanie do úst, ako aj pre prijímanie do rúk.

DVA SPÔSOBY

Je tiež potrebné, aby sme jasne dali najavo, keď ideme v zástupe na sväté prijímanie, ako mienime prijímať. Ak do rúk, tak s rukami zdvihnutými do výšky hrude, s jednou položenou na druhej, vytvárajúc takto pre Pána akoby trón, dôstojné miesto, kam rozdávatel môže sväté prijímanie položiť. Nie na poslednú chvíľu, ale vopred jasným spôsobom, už keď prichádzame na rad. A následne potom druhou rukou **pred rozdávatelom vložíte si Eucharistiu do úst. Neslobodno odísť s Eucharistiou v rukách,** taktiež sa nemá brať Eucharistia priamo z ruky rozdávatela, ale on ju musí položiť na dlaň prijímajúceho.

VYZDVIHUJEM PÁNA ALEBO SEBA?

Ďalšou vecou, ku ktorej sa treba vyjadriť, je prijímanie na kolenách. Ono to totiž **môže vyzerať ako prejav úcty k Eucharistii, ale môže to byť aj prejav svojvôle, nejednoty, či dokonca neposlušnosti a pýchy.** Lebo každá vec v liturgii má svoje pravidlá. A kto chce prejavovať skutočnú úctu, ten pravidlá rešpektuje, lebo sú určené rovnako pre všetkých. Kto si robí po svojom, aby ukazoval, že je zbožnejší, v skutočnosti koná opak: vyzdvihuje seba a nie Pána.

JASNÉ STANOVISKO CIRKVI

Smernice Rímskeho misála hovoria jasne. Je úlohou Konferencie biskupov, aby určila, ako majú veriaci pri-

jímať Eucharistiu – či na kolenách, alebo postojacky. Ak Konferencia biskupov rozhodne o prijímaní postojacky, má stanoviť ešte určitý prejav úcty, ktorú veriaci vzdajú ešte predtým, ako k svätému prijímaniu pristúpia. Na Slovensku sa to praktizuje tak, že **všetci veriaci si klakajú spoločne pred svätým prijímaním na výzvu kňaza: „Hľa, Baránok Boží, ktorý sníma hriechy sveta.“** Keď teda máme biskupmi určené toto spoločné pokľaknutie, nie je na mieste, aby sme k nemu svojvoľne pridávali ešte ďalšie v okamihu svätého prijímania. Ak niekto chce prijímať pokľaciačky, aj tu je stanovené pravidlo z Rímskeho misála. Taký veriaci má prísť až na záver svätého prijímania. Nemá narušovať zhromaždenie prijímajúcich, ale má sa zaradiť na koniec.

VO VŠETKOM HĽADAŤ A PREJAVOVAŤ LÁSKU A ÚCTU

Láska neexistuje bez určitých pravidiel. Pravidlá, pri ktorých **bremeno rozhodovania spočíva na biskupoch**, nesmerujú k tomu, aby niekoho obmedzovali v zbožnosti, ale práve naopak, aby čo najväčšiu zbožnosť, oslobodenú od svojvôle, v rámci celého spoločenstva podporovali.

ŠTEFAN SALOKA | FARÁR



Foto: Peter Lazor

EFEKT REFLEKTORA

Máte pocit, že ľudia okolo vás sledujú každý váš krok a najmä každé zakopnutie? Psychológovia tento jav nazvali efekt reflektora, z anglického výrazu „spotlight effect“, a vyskytuje sa najmä u ľudí, ktorí častejšie prežívajú pocity úzkosti a strachu.

Predstavte si situáciu, v ktorej hovoríte pred skupinou ľudí, ale pomýlite sa, alebo vyslovíte niečo, čo ste nechceli a okamžite vás zaplaví vlna hanby. Do mysle sa rýchlo votrú myšlienky, že vás odteraz všetci pokladajú za hlúpeho človeka, všetci si tú chybu všimli a budú vás na jej základe posudzovať. Podobné pocity a myšlienky sa objavujú pri akomkoľvek trapase, alebo iba v nepríjemnej situácii, keď veci neplynú tak, ako ste si naplánovali. Tento efekt reflektora sociálna psychológia opisuje ako tendenciu preceňovať, ako veľmi si ostatní ľudia všimajú naše konanie, náš vzhlad a predovšetkým naše chyby, omyly a nedostatky, akoby sme boli neustále v centre pozornosti ako herci na javisku.

KORENE SPOTLIGHT EFEKTU

Efekt reflektora môžeme opísať ako vnútorný pocit trápnenosti a neustále znepokojenie nad tým, ako vyzeráme v očiach ostatných a čo si o nás myslia. Pramení teda z neprimeraného sociálneho sebauvedomovania a má veľa spoločného aj so sociálnou úzkosťou a v náročnejších prípadoch aj so sociálnou fóbiou. Takmer každý z nás tento efekt najintenzívnejšie zažíval v období puberty, kedy je prirodzené venovať viac pozornosti vonkajšiemu vzhladu, zosilnené porovnávanie sa s inými členmi našej sociálnej skupiny a snaha zapadnúť, teda byť prijatý ostatnými. V puberte a adolescencii majú ľudia pocit, že ich hodnotí úplne každý, koho stretnú, ale tento pocit často pretrváva aj celé roky po tom. Efekt reflektora potom do veľkej miery závisí aj od temperamentu človeka. Zatiaľ čo flegmatika názory okolia zaujímajú menej, u melancholickej povahy môže efekt reflektora vyvolávať dlhé hĺbanie nad tým, čo si o nich druhí myslia a čo mali v danej situácii urobiť radšej inak.

Za efekt reflektora je zodpovedná aj tzv. egocentrická zaujatosť, teda tendencia človeka vnímať a interpretovať okolitý svet iba zo svojej vlastnej perspektívy, pričom ignoruje alebo nedostatočne berie do úvahy pohľad, potreby a vnímanie iných ľudí. Je to prirodzené správanie nášho mozgu, ktorý sa neustále snaží udržať nás nažive, preto automaticky najväčšiu pozornosť ve-

nuje sám sebe. Negatívnym dôsledkom je to, že svoje názory, postoje a skúsenosti pokladáme za stredobod a zároveň meradlo na posudzovanie okolitého sveta. Je pre nás náročné uvedomiť si, že iným ľuďom pripisujeme svoje vlastné myšlienky, emócie a názory, aj keď oni ich v danej situácii vôbec nemusia mať. Egocentrická zaujatosť je však rovnako prirodzená pre všetkých okolo nás, preto je oslobodzujúce uvedomiť si, že nám venujú oveľa menej pozornosti, ako predpokladáme.

AKO ZMIERNIŤ EFEKT REFLEKTORA?

Jednoduché uvedomenie si, že naše myslenie môže efekt reflektora negatívne ovplyvniť, stačí na to, aby sme znížili jeho dopad a zmiernili svoju nervozitu. Aktívnejšou technikou je snaha vytvárať psychologický odstup od situácie, teda skúsiť sa pozrieť na vec z pohľadu inej osoby. Ak by sa pred vami niekto preriekol, pomýlil, alebo nešťastne spadol, pomysleli by ste si, aké je nemeľho, alebo by ste sa snažili pomôcť mu? Môžete tiež pocítiť súcit alebo pochopenie, omyly a trapasy sa nevyhýbajú nikomu z nás a je sympatickejšie si to priznať. Inou technikou je predstaviť si, že sa daná situácia stala niekomu z vašich blízkých. Naozaj je také dôležité, že majú na oblečení nejaký fľačik? Alebo by sme to pokladali za bezvýznamnú drobnosť?

Reálnejšiu predstavu o tom, čo si o nás druhí myslia, získame aj vďaka rozhovoru s niekým, komu dôverujeme a vie nám poskytnúť objektívnejší pohľad na situáciu, ako keď nad ňou premýšľame osamote. Pomôže nám rozpoznať situácie, v ktorých sme prehnaní prísne hodnotenie svojho správania či chýb. **V dobe neustáleho porovnávaní a posudzovania povzbudzovaného sociálnymi médiami pomôže zamerať sa na svoje povinnosti a zodpovedný prístup k životu bez neustáleho premýšľania nad tým, čo si o našom konaní a správaní budú myslieť ľudia okolo nás.**

ZUZANA KLUČÁROVÁ |
PSYCHOLOGIČKA

Z FILIÁLKY TEPLIČKA

KTO CHCE ÍŠŤ ZA MNOU, NECH ZAPRIE SÁM SEBA, VEZME SVOJ KRÍŽ A NASLEDUJE MA

Tento citát zo Svätého písma bol témou pôstnych duchovných cvičení, ktoré absolvovali ctitelia sv. Filomény od Bratislavy po Prešov (aj z Tepličky). Pôstne obdobie je vhodnou príležitosťou na stíšenie a hlbšie rozjímanie nad umučením nášho Pána.

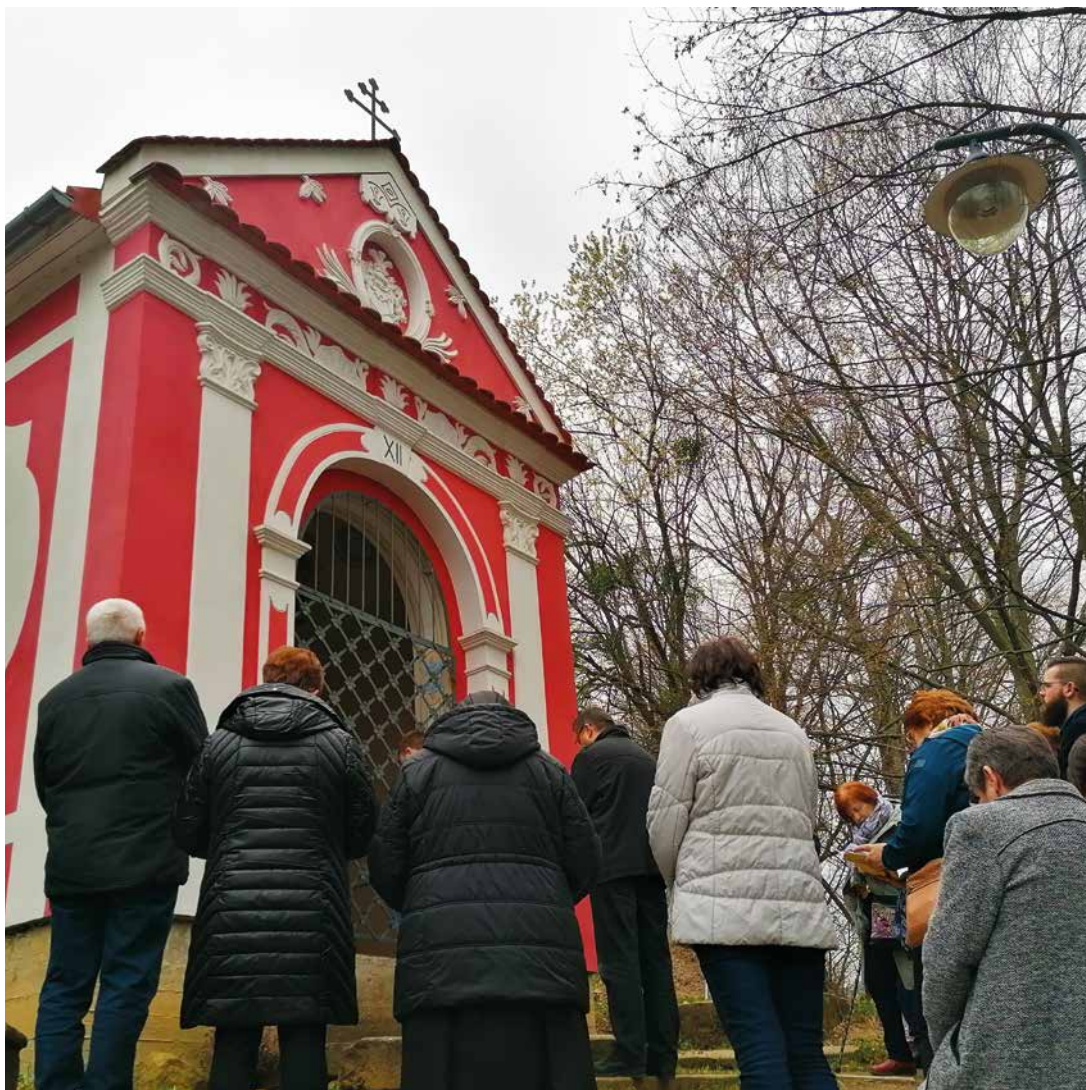


Foto: Jozef Sendrej



Foto: Jozef Sendrej

Jednou z foriem ako sa stíšiť v tomto uponáhlanom a hlučnom svete môžu byť aj duchovné cvičenia. Viedol ich doc. HEDr. Luboslav Hromják, Phd, v tichom prostredí pod prešovskou kalváriou v Exercičnom dome svätého Ignáca, zakladateľa Rádu jezuitov, Spoločnosti Ježišovej. Čo je zaujímavé, pohybovali sme sa v priestoroch, ktoré nečakane navštívil pápež František (jezuita) 14. septembra 2021 pri návšteve Prešova. Duchovné cvičenia začali dojmavou pobožnosťou krížovej cesty so sv. Filoménu na prešovskej kalvárii zo začiatku 18. storočia. Tvorí ju komplex štrnástich kaplniek krížovej cesty, kaplnka Svätých schodov a Kostol sv. Kríža. V minulosti bola považovaná za druhú najkrajšiu v Uhorsku (po banskoštiavnickej kalvárii).

MYŠLIENKY Z PREDNÁŠOK

Čo znamená byť Ježišovým učeníkom, kresťanom?

Keď Ježiš začínal verejný život, predstavy židovského národa o Mesiášovi boli rôzne. Čakali, že bude ich novým kráľom, vyslobodí ich od Rimanov, očakávali osobné výhody, či politické zmeny. Ježiš však šiel vlastnou cestou, v poníženosti, poslušnosti až na smrť. Byť Ježišovým učeníkom znamená byť mu podobný, učiť sa od neho, dôverovať mu. Veľa kresťanov dnes pomýlene uvažuje o živote a sú naviazaní na pozemský život citovými potrebami, majetkami, funkciami. Hmotne sa máme lepšie, ale duchovne a ľudský nie. Čím viac bude mať človek, tým ťažšie sa mu bude odchádzať z tohto sveta.

KRST AKO POČIATOK NÁŠHO NASLEDOVANIA

Niet väčšej udalosti v živote kresťana ako je krst. Prostredníctvom neho v nás prúdi Kristova krv. Vďaka krstu dostávame Božiu milosť, ktorá je pre spásu potrebná.

Pri krste sme sa stali Božími deťmi, vtedy za nás rozhodli rodičia, my si potrebujeme neustále obnovovať krstné sľuby pri svätých omšiach. Krstom sa začína naša cesta do neba. Archanjel Gabriel povedal Panne Márii, že je milostiplná. Ukazuje nám, ako kráčať za Ježišom. Počala z Ducha Svätého. Duch Svätý nás vedie, je ten, čo zavlažuje. Kde je dážď, tam je život.

AKO SA DOSTAŤ DO NEBA?

Všetci dostávame rovnaké milosti, ale nie všetci sme pripravení ich prijať, odovzdať sa, aby sme ich dostali čo najviac a aby boli účinné. Keď sa slávi svätá omša, otvára sa nám nebo. Pri modlitbe by sme mali ísť viac do hĺbky, pocítiť blaženosť v srdci, duši. Niektorí vyhľadávajú zázraky, charizmy. Ale aj diabol môže dať charizmy, aby nás odvedol od Boha, aby v človeku prebývala pýcha. Sv. Pavol hovorí: „Získať charizmy je milosť. Dary milosti sú rozličné, ale Duch je ten istý.“ Duchovný život nie je založený na charizmách, ale na láske. Viera pomínie, nádej pomínie, navždy ostane len láska. Kde je láska, tam zažívajú ľudia nebo na zemi, kde nie je, peklo na zemi.

PODĽA TOHO SPOZNAJÚ, ŽE STE MOJI UČENÍCI, KEĎ SA BUDETE MILOVAŤ

Kráľovnou všetkých čností je láska. Kto chce ísť za Bohom, musí uveriť v Božiu lásku, lebo nie je schopný milovať. Potrebujeme lásku v našom živote a musíme objaviť lásku v sebe. Kto nemiluje seba, nedokáže milovať ani blížneho. Sme Božie deti, Bohom milované, z lásky k nemu robíme skutky lásky. Ak budeme zakorenení v Božej láske, budeme mať srdce plné lásky. Dnes pozorujeme, že vyhasla radosť v srdciach mnohých ľudí. Smutný kresťan, žiaden kresťan. Kto sa nemodlí v kostole, ani doma sa nemodlí. Kto má radostné srdce, spieva. Spev je odbleskom radostného srdca. Usilujme sa aj modliť s radosťou.

V závere duchovných cvičení sa kresťanská novinárka pani Eliášová z Bratislavy poďakovala otcovi Luboslavovi za odprezentované témy, hlboké myšlienky i duchovné povzbudenie. Bol to čas pre dušu, pre nášho Pána. Nebolo potrebné nič riešiť, nikde sa ponáhľať, pracovať, zabezpečovať. Bol tam priestor na stíšenie, rozjímanie, prehĺbenie viery, čas na modlitbu a bližšie spoznanie Svätého písma.

Z FILIÁLKY LIESKOVANY

VIANOČNÝ KONCERT

Zoskupenie muzikantov a spevákov z Lieskovian a blízkeho okolia v čase Vianoc pripravilo nádherný koncert. Moderné, klasické a ľudové vianočné piesne vyskladané do benefičného koncertu obohatili sviatočné chvíle ľuďom v Jamníku, v Markušovciach a v Lieskovanoch. Návštevníci koncertu svojím dobrovoľným príspevkom pomohli Alexovi, Ninke a Ellke. Pán Boh odmeň muzikantov za nádherný program a návštevníkov za dobročinný príspevok.

MARCELA KAPUSTOVÁ |
FOTKY: ŠIMON SALANCI





Z FARSKEJ KRONIKY

Rubrika, v ktorej vám chceme prinášať zaujímavosti z našej farnosti, ktoré boli kedysi zapísané do našej farskej kroniky. Založil ju v roku 1940 vtedajší pán farár Ján Skrak. Do kroniky, nazývanej aj HISTORIA DOMUS, zapisoval zaujímavosti až do čias nástupu socializmu. Z obdobia totality tam nie je nič napísané. Obnova prišla až v deväťdesiatych rokoch nariadením pána biskupa Františka Tondru. V roku 1997 sa stal farárom v Markušovciach Mons. Ján Duda, ktorý nadviazal na historickú tradíciu v Markušovciach. Dúfame, že zápisky z našej histórie vám spríjemnia čítanie nášho časopisu.



Foto: hore vpravo - pani Anna Vartovniková, archív rod. Krížovskej
 • vľavo postupne zhora - Dorast. Čsl. Č. K. pracujúci v záhrade, Foto archív Daniel Šterbák
 • žiaci školy cca rok 1930, archív rod. Lazorovej, • Karolovec, Foto archív Daniel Šterbák



Dňa 15. 3. 1940 od najdôstojnejšieho Ordinariátu som dostal rozsúdenie vo veci spoluvlastníctva školskej budovy „Karolovec“, medzi markušovčanmi a lieskoviančanmi. Lieskoviančania požiadali totiž Biskupský úrad, aby rozsúdil o podiele spoluvlastníctva v škole na Karolovci. Prehlásili, že nech rozsudok bude akýkoľvek, oni s ním budú súhlasiť. Najdôstoj. Ordinariát zo dňa 12. 3. 1940 rozhodol, že podiel v spoluvlastníctve tejto školy sa má riadiť „od počtu duší troch katolíckych obcí – Markušovce, Čepanovce a Lieskovany – v čase kúpy tejto školskej budovy, keď Markušovce počítali 413 duší, Čepanovce 665 duší a Lieskovany 139 duší“.

Dňa 9. júna 1940 obnovili sme zanedbanú „Katolícku jednotu žien“. Zvolil sa nový výbor. Predsedníčkou sa stala pani Anna Vartovniková, učiteľka a manželka správcu školy, ktorý bol aj kantorom. Zvolili sa šesť dôverníčky. Medzi nimi podelila sa práca v úsekoch farnosti tak, že každej dôverníčke bol pridelený istý úsek obci pre apoštolát.

Dňa 21. 9. 1940 Ministerstvo školstva a Osvety v Bratislave na našu žiadosť zrušilo doterajší názov „Obecná ľudová škola“ a vzalo na vedomie zriadenie šesťtriednej „Rímskokatolíckej ľudovej školy“. Tak bola odčinená krivda z roku 1933, keď tunajšia Rímskokatolícka ľudová škola bola výnosom Ministerstva školstva a osvety v Prahe premenovaná na Obecnú ľudovú školu.

ŠTEFAN SALOKA | FARÁR

(Pôvodný zápis vďp. Jána Skraka
 bez gramatickej korektúry)

ROZHOVOR

SRDCOM STÁLE „OLŠAN“

Ľudia sa dobrovoľníkmi stávajú z rôznych dôvodov. Niekedy je to láska k rodnej obci, vrelý vzťah a úcta k predkom, prírode, kráse a v neposlednom rade využitie vlastných schopností, zručností. To všetko možno zahrnúť do dobrovoľníctva nenápadného človeka so zaujímavým príbehom, ktorý nedávno oslávil úctyhodných 80 rokov.

Pán Ladislav Šteiner, rodák z Olša.

Hoci sa do poslednej chvíle bránil, v roku 1984 bol z rodnej obce vystahovaný z dôvodu nadmerne znečisteného ovzdušia prachom, ortuťou, arzénom, kyslíčnikom síry a ďalšími škodlivinami. Vysídľovanie začalo koncom sedemdesiatych rokov uplynulého storočia. Patril medzi posledných občanov tejto obce, kde pôvodne bolo okolo 75 domov. Olšo často navštevuje. S nostalgiou spomína: „Žijem tu (v Markušovciach) už roky, ale ja sa tam inakšie cítim.“

Mnohí z nás, ktorí majú cestu z Markušoviec do Rudnians, si zaiste všimli, že **cintorín v oblasti Olša má nový kríž, je tam vykosené... Skrátka, niečo sa tam deje a opeknieva to.** Niektorí predtým možno ani nevedeli, že tam bol cintorín, keďže donedávna bola oblasť celá zarastená, neupravená. Tento pôvodný stav pána Šteintera pri častých prechádzkach v okolí Olša nenechal nečinného.

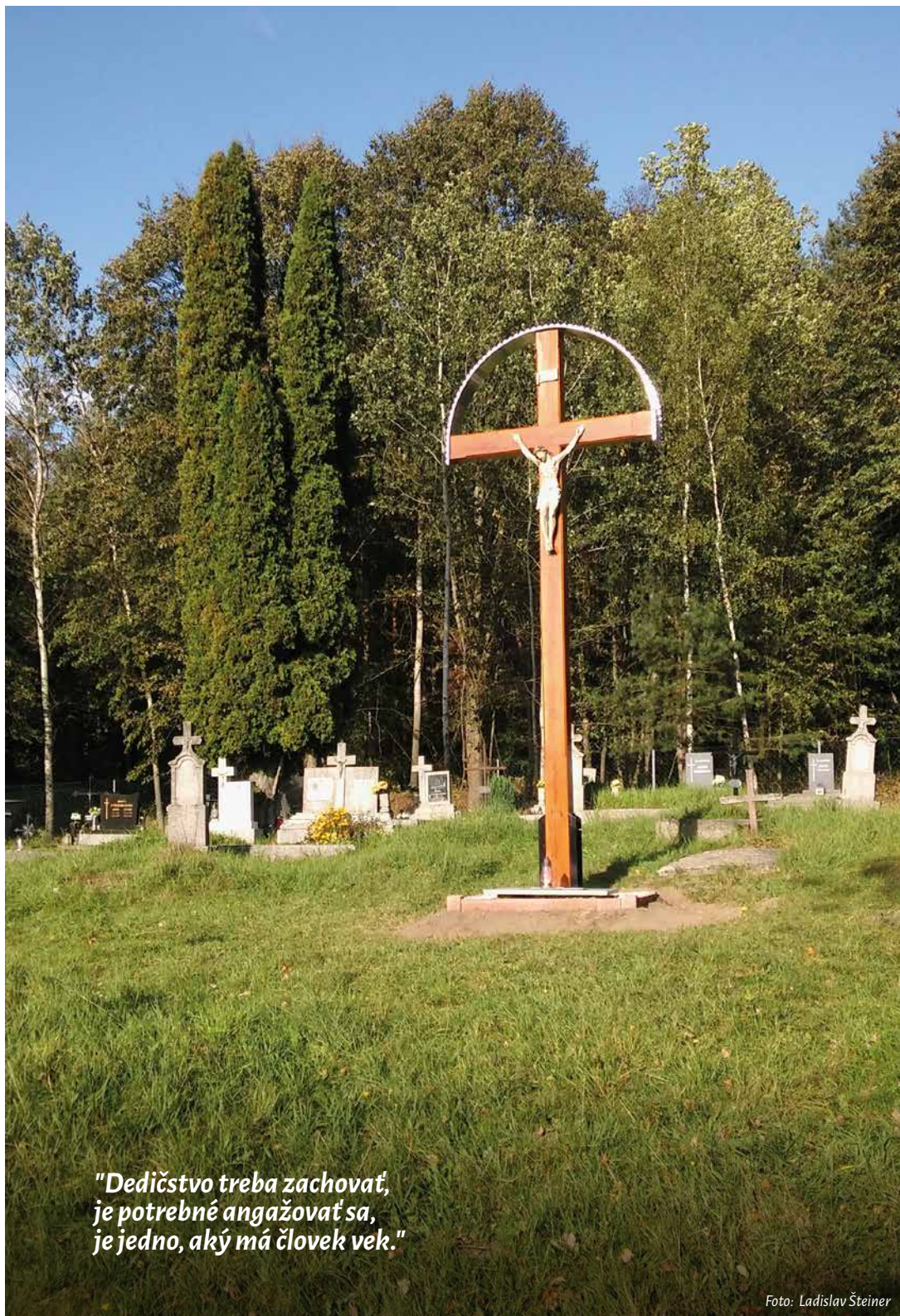
Keďže mal vrúcny vzťah k rodnej zemi, povedal si: „**Dedičstvo treba zachovať, je potrebné angažovať sa, je jedno, aký má človek vek.**“

V júni 2023 sa pustil do práce. Pôvodne, ako sa na potomka patrí, upravil hrob svojho deda. Uvedomoval si, že to nestačí, a tak pokračoval v opravách krížikov,



hrobov. Sú tu pochovaní bežní ľudia, každý z nich má za sebou vlastnú, menej či viac známu históriu. Jedným z nich je i pán učiteľ Vartovník, učiteľ, na ktorého starší Markušovčania nikdy nezabudnú, či sedemnásťročná dievčina Regecová, ktorú postihol neblahý osud. Pán Šteiner má osobitý vzťah k takýmto zosnulým, keďže si

Foto: archív pán Ladislav Šteiner



*"Dedičstvo treba zachovať,
je potrebné angažovať sa,
je jedno, aký má človek vek."*



sám prežil horkosť smrti vlastného deväťročného syna či smrteľné úrazy pri prácach v bani.

Postupne obnovil okolo 40 krížikov, pričom ich opracoval i namaloval písmená. Na pomoc oslovil aj

niekoľkých ľudí. Hoci nie všetci boli ochotní, našli sa takí, ktorí spoluprácu neodmietli – Emil Šteiner, Šimon Lovas, Jozef Cvengroš s manželkou, pán Kufner z Rudnians, a v nemalej miere pracovníci obce Markušovce na podnet pána starostu Petra Fullu. Postupne sa im podarilo renovovať i vstupnú bránu, oplotenie a dominantu cintorína – kríž (pôvodný už bol zhnitý), na ktorý bolo náročne pozháňať drevo. Nakoniec pán starosta z Poráča sprostredkoval smrekové drevo z banského „firungu“. Drevo do konečnej podoby vyformovali Frankovci. Korpus zaobstaral i za financoval rodák vdp. Peter Lovas, ktorý má tiež korene v Oľšú.

Spočiatku pán Ladislav materiál na obnovu zháňal svojpomocne, tiež recykloval staršie materiály. „Nikto mi neveril, že sa to tam zrobí, ale keď som sa toho chopil, ľudia videli, že to ide a začali mi s tým pomáhať. Obec nás i finančne podporila.“ Dá sa povedať, že tam chodil dennodenne, pomalými krokmi vznikla veľká zmena. Práce boli pozastavené začiatkom novembra, no pán Ladislav má veľkú túžbu v jarnom období pokračovať: „Niet týždňa, aby som tam nešiel. Zapálím sviečku, pomodlím sa, aby mi pomáhali.“ Cíti, že od začiatku to bolo Božie riadenie, že ho hnalo niečo nadprirodzené.

Ľudia sa tu začali pristavovať, tiež zapália sviečky. V súvislosti s novým zámkom na novej vstupnej bráne s úsmevom dodáva, že sa ho okoloidúci pýta: „*Ta to čo si zrobil tu, šak ani do cintorína nevejdzem?*“ Odpovedá: „*Na obed spia, ta zamknuté sú teraz, ne?*“ Dodáva, že nie



je zamknuté, cintorín je prístupný každému.

Na otázku, ako sa udržiava v mentálnej i fyzickej kondícii, odpovedá, že spomína na prácu v bani, starostlivosť o vnúčatá, denne sa prechádza po dedine a okolí, stále má túžbu sa niekde realizovať a využívať svoje schopnosti a skúsenosti.

Rád tiež spomína na spoluprácu s pánom Štefanom Šterbákom či bývalým p. kantorom Kamenickým pri prácach v kostole a jeho okolí počas pôsobenia vdp. Jána Dudu.

Časté negatívne správy z médií v nás vyvolávajú frustráciu, negatívne pocity. Vďaka Bohu, vždy sa nájdú ľudia, ktorí venujú svoj čas a energiu záslužným veciam a svojím podielom vylepšujú okolie, čím sa stáva svet príťažlivejším miestom a my si tak i vďaka tomu uvedomíme, že máme dôvod žiť, tešiť sa z pôvabu i krásy okolo nás.

ADRIANA LAZOROVÁ |
FOTO: LADISLAV ŠTEINER,
PETER LAZOR



PRE DETI

(M)UČENIE

14. februára 2024 sa začalo Pôstne obdobie. Je vám iste známe, že v tomto období prinášame obety, sebazapierania, pracujeme na tom, aby sme dokázali byť lepšími ľuďmi. Skúšame sa menej sťažovať, viac upratovať, pomáhať v domácnosti, zriekať sa sladkostí, pomáhať slabším, viac sa modliť, byť štedrými dar-

cami. Takže pôst, almužna a modlitba sú tri základné piliere Pôstu.

Svoje znalosti o Pôste môžete využiť v pôstnom kvíze. Po nájdení správnych odpovedí, vložte správne písmeno do tajničky, ktorá vám pripomenie, na čo by sme nemali počas Pôstneho obdobia zabúdať.

- Prvý deň Pôstu nazývame:
 - A** Veľký piatok
 - E** prvý piatok
 - U** Popolcová streda
- Deň, kedy bol Pán Ježiš ukrižovaný:
 - S** Veľký piatok
 - T** Veľkonočná nedeľa
 - R** Zjavenie Pána
- Na znak pokánia sa na Popolcovú stredu ľuďom dáva:
 - K** sväté prijímanie
 - L** pomazanie chorých
 - M** na čelo krížik popolom
- Tradičnou pôstnou modlitbou je:
 - H** Raduj sa, nebies Kráľovná
 - I** krížová cesta
 - J** Aleluja
- Počas krížovej cesty Pánu Ježišovi podala šatku:
 - E** Veronika
 - F** Panna Mária
 - G** Mária Magdaléna
- Kto odsúdil Pána Ježiša?
 - T** apoštoli
 - U** kráľ Herodes
 - V** Poncius Pilát
- Pán Ježiš sa pred umučeníím potil krvou:
 - A** v Getsemanskej záhrade
 - B** na Golgote
 - C** na púšti
- Pána Ježiša trikrát zaprel:
 - Č** Ján
 - Ď** Peter
 - Š** Zachej
- Prísny pôst dodržiavame:
 - R** na Vianoce
 - S** na Popolcovú stredu a Veľký piatok
 - T** vo Veľkonočnom období
- Zvolanie „Aleluja“ znamená
 - C** Buď šťastný
 - B** Hurá
 - A** Chváľte Pána

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ADRIANA LAZOROVÁ |



Foto: Peter Lazor

EMPATIA

je schopnosť cítiť a pochopiť emócie a perspektívu druhých ľudí. Ide o vnímanie a zrozumiteľné prežívanie pocitov, túžob a motívácií iných ľudí, ako keby boli naše vlastné. Empatia je dôležitým prvkom v medziľudských vzťahoch a môže pomôcť zlepšovať komunikáciu a porozumenie medzi ľuďmi.

S budovaním empatie by sme mali začať už počas vývinu dieťaťa. Rodičia v tomto čase zohrávajú kľúčovú úlohu, pretože malé deti ešte nevedia emócie regulovať a vysvetliť si ich. Dieťa okrem svojich emócií vníma aj emócie z okolia. Aj preto **je pre rodičov dôležité, naučiť sa svoje emócie vyjadrovať, aby dieťa pochopilo, že aj emócia, akou je hnev, je v niektorých situáciách úplne normálna.** Empatiu rozvíjame načúvaním druhým, tiež tým, že sa ich pýtame. Miera našej empatie ovplyvňuje aj emočnú inteligenciu. Pomáha v rozvíjaní vzťahov, tiež budovať väčšiu emocionálnu spojitosť a vzájomnú dôveru vo vzťahoch. Rovnako umožňuje lepšie riešiť konflikty a nachádzať kreatívne riešenia, pretože dokážeme vidieť vec z viacerých perspektív. Miera empatie dokáže ovplyvniť aj vzťah medzi súrodencami. Výskumy ukazujú, že pokiaľ súrodenci majú vysokú mieru empatie, v ich vzťahu je menší počet konfliktov a ich vzťah je srdečnejší.

Aby sme však rozumeli svojim deťom alebo okoliu, najprv potrebujeme rozvinúť empatiu k sebe samému, rozumieť a vnímať svoje vlastné pocity. Preto trénujte spolu s deťmi. Čím viac svojim pocitom a pocitom detí načúvate a o pocitoch s deťmi hovoríte, pomenovávate ich, tým viac sa snažia deti chápať pocity druhých. Sú empatickejšie.

Preukazujte deťom vnímavosť, láskavosť a pozitívne otvorené domáce prostredie. Hrajte sa s deťmi čo najviac tvárou v tvár – najlepšie už od narodenia.

Deti možno viesť prirodzene pri výchove k empatii viacerými aktivitami:

- Buďte vzorom. Spoznajte svoje dieťa, pýtajte sa ho otázky. Taktiež mu ukážte svoju empatiu. Ak vás vidí kričať po partnerovi, nedávate ten najlepší príklad. Avšak aj takúto situáciu môžete využiť. Môžete sa pred dieťaťom ospravedlniť partnerovi.
- Naučte sa niekoho pochváliť, či poďakovať. Využite čas, kedy ste celá rodina pokope, napríklad večeru

či obed. Každého to poteší a zlepší to náladu pri rodinnom stole.

- Rozšírte kruh. Zatiaľ čo empatia pre blízkych ľudí prichádza prirodzene, byť empatický voči ľuďom mimo nášho kruhu musí byť vedomé. Nájdite na detskom ihrisku dieťa, ktoré sa s nikým nehrá. Pri čítaní kníh alebo sledovaní televízie rozoberajte charakteristiky postáv. Zhovárajte sa o rôznych krajinách, kultúrach, náboženstvách. Môžete sa naučiť, ako povedať základné pozdravy v cudzích jazykoch, či narátať do desať.

- Naučte dieťa nebáť sa nepohodlia. Prekračujte komfortné zóny. Urobte si s dieťaťom súťaž, kto počas jedného týždňa pozdraví viac ľudí. Po čase nechajte svoje dieťa pozvať kamaráta aj na obed či večeru. Zapojte dieťa do dobrovoľníctva – či je to mentoring pre deti z detských domovov, zbieranie odpadkov či pomoc bezdomovcom. Veľmi často si práve pri takýchto aktivitách uvedomíte,

že mnohí ľudia okolo vás nemali také šťastie ako vy. Zameriate sa na ostatných a pokúsite sa ich pochopiť. Využite rodinné stretnutia, aj tie konfliktnejšie, aby ste zistili, čo si vaše dieťa myslí. Podporujte ho, nech si tvorí vlastné názory o ostatných a počúva ich, rozprávajte sa s deťmi o etických dilemách a problémoch.

- Naučte ich sebakontrolu. Je potrebné naučiť dieťa ovládať svoje negatívne pocity, a tak najprv pomenovať pocity a povedať, prečo sa tak cíti. Veľmi často sa odporúča počítanie do desať. Nadýchnite sa, narátajte do desať, a potom vydýchnite – platí to pre deti i dospelých. Cvičte so svojimi deťmi riešenie konfliktov. Snažte sa nájsť spoločné porozumenie a pochopiť jeden druhého. Rozprávajte sa o pocitoch, pretože vám to uľahčí ich pochopenie.

Empatiu rozvíjame načúvaním druhým, tiež tým, že sa ich pýtame.

CIRKEVNÁ HUDBA

NEÚNAVNÝ V ODPÚŠŤANÍ

Modliť k Bohu sa môžeme aj tak, že ho za niečo odprosujeme. V slovníku nájdeme pojem odprosiť vysvetlený nasledovne: **prosením požiadať o odpustenie, napríklad matku, otca za neposlušnosť; Boha za svoje poklesky.**

Ako píše kňaz Peter Olas, na túto formu modlitby sa často zabúda, ale má nesmiernu váhu. Pretože prostredníctvom odprosovania vyjadrujeme pred Bohom vlastnú slabosť, obmedzenosť, hriechosť a naše srdce sa naplňa pokorou. Boh ho tak môže nanovo naplniť svojou milosťou a vybudovať tie veci, ktoré sme my (osobné odprosovanie) alebo druhí (zástupné odprosovanie) pokazili. Veľmi silné a účinné je aj spoločné odprosovanie, napríklad keď rodina, spoločenstvo či farnosť odprosuje za spoločné

Veľmi silné a účinné je aj spoločné odprosovanie.

previnenia a prosí Boha o zmilovanie. Každé také vyjadrenie vlastnej biedy a prosba o milosť priťahuje na nás potoky Božích milostí a milosrdenstva. Našou najväčšou potrebou a Božím najväčším darom je jedna a tá istá vec: odpustenie hriechov, píše Pete Graig. Pritom, ak ho chceme prijať, stačí oň iba požiadať a posunúť ho ďalej. No ak oň chceme požiadať, musíme si najprv priznať, že ho potrebujeme.

V bežnom živote sa s odprosením, a teda prosbou o odpustenie, stretávame pri každej svätej spovedi, pri odpýtaní mladých pred uzavretím sobáša, prípadne pri odchode nášho blízkeho do večnosti. Prosiť o odpustenie, ako nás k tomu pozýva sám Ježiš, keď učí svojich apoštolov modlitbu Otče náš („a odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame svojim vinníkom“), by však malo

byť každodennou súčasťou našich životov, napríklad zmierením sa s blízkymi počas večernej modlitby v rodine („Slnko nech nezapadá nad vašim hnevom.“ Ef 4, 26), či prosbou o odpustenie každého, komu sme nejakým spôsobom ublížili.

Preto je táto dôležitá téma i súčasťou mnohých piesní, ktoré v JKS nájdeme. Od začiatku JKS sa téma odpustenia a prosby o odpustenie vyskytuje v piesňach spievaných v každom liturgickom období – v Advente JKS 26 „by hriechy odpustil nám, svojmu ľudu“;

na Vianoce JKS 36 „odpusť naše nám viny, Kriste ponížený“, JKS 62 „Ó, Baránok nevinný, odpusť naše nám viny“; v Cezročnom období JKS 242 „skrz ňu odpusť všetkým hriechy“, JKS 254 „Zmiluj sa, Bože, z výsosti, nad ľuďom tu zideným, odpusť mu všetky krehkosti“; v Pôste JKS 131 „Pre päť svätých rán, milosť udeľ nám a odpusť nám viny“, JKS 151 „Mizerere, daj milosti, odpusť mi nepravosti“; i vo Veľkonôčnom období JKS 206 „odpusť naše veľké zlosti, previnenia, nepravosti“. Dokonca tému odpustenia nachádzame i v piesni k Duchu Svätému JKS 216 „daj nám hriechov odpustenie, vo večnosti oslávenie“; v piesňach k Oltárnej sviatosti JKS 261 „Ach, bolí ma srdce, že som zhrešil a hriechmi svojimi ťa obrazil. Lutujem hriechy, nepravosti, ktoré som spáchal z vášnivosti! Ach, odpusť, Otče môj, zhladni na mňa okom milosrdným a poteš ma.“

JKS 280 „Odpusť zlosti, nepravosti — a prijmi nás všetkých do milosti“ a v piesňach k Panne Márii JKS 357 „vypros mi u Syna svojho odpustenie pre viny, aby jeho krvou boli zmyté moje zlé činy“. I žalmisti často prosia Boha o odpustenie a zmilovanie – napr. v Ž 6 „Pane, nekarhaj ma v svojom hneve, netrestaj ma v svojom rozhorčení. Zlutuj sa, Pane, nado mnou, lebo som nevládnym, uzdrav ma, Pane, lebo sa mi kosti chvejú.“ či v Ž 25 „Pozri na moju pokoru a na moje trápenie a odpusť mi všetky priestupky.“

Najviac sa však téma odprosenia objavuje práve v piesňach, ktoré spievame v Pôstnom období, pretože ono je svojou podstatou zamerané na lútosť nad našimi previneniami a odprosovanie. **Skúsme sa preto v nachádzajúcom Pôstnom období viac zamerať aj na texty piesní, ktoré spievame a svoje srdce oslobodiť odpustením vo svätej spovedi, či naším odpustením iným ľuďom.**

Pete Graig vo svojej knihe Ako sa modliť veľmi stručne vystihuje podstatu odprosovania: „Nezáleží na tom, čo ste povedali alebo urobili, čo ste zvažovali povedať alebo urobiť, kde ste boli, alebo s kým ste tam boli – v Bohu je viac milosti, ako vo vás hriechu.“ Pretože ako povedal pápež František: „On sa nikdy neunaví odpúšťať, ale my sa unavíme žiadať o odpustenie.“

PETRA KLUČÁROVÁ |
ORGANISTKA

Z FILIÁLKY LIESKOVANY

PASTORAČNÝ PROJEKT SPIŠSKÉHO BISKUPA

Otec biskup František začal v našej diecéze nový pastoračný projekt, ktorý je **inšpirovaný Ježišovou cestou do Emauz**. Do tejto aktivity sa zapojila aj naša farnosť. Na fotografiách je zachytený priebeh aktivít vo filiálke Lieskovany a je inšpirovaný druhou etapou projektu zameranou na dôležitosť Božieho slova v Svätom písme.

Deti sa aktívne zapojili a na výzvu pána kaplána vytvorili ilustrácie na danú tému. Pre mladých, dospelých a rodiny pán kaplán predstavil sprievodné materiály a aktivity tiež zamerané na tému Božie slovo, Sväté písmo v rodine.

Celú aktivitu a liturgiu podporil miestny spevákky zbor svojim spevom počas svätej omše..

MAGDALÉNA MROVČÁKOVÁ |
TEXT A FOTO





MIKULÁŠ ŠPRINC

MODLITBA VECÍ

Prosíme ťa v slzách pre samoty naše,
veci tiché, nemé, zakliate tu v bytie;
brezy holé, štíhle, pokorné a biele,
pre bedlenia nočné, neznáme nám ciele,
pre šakalov smutných, pre ich dlhé vytie;

prosia ťa i smreký v očiach suchých šišíek,
zástupy jak čierne zádumčivých mníšiek,
prosia ťa i vetry, od pólu čo vejú,
presýtené clivou piesňou Eskimákov,
skrvavené krvou poranených vtákov,
ktorým srdcia v hrobch nostalgiou tlejú.

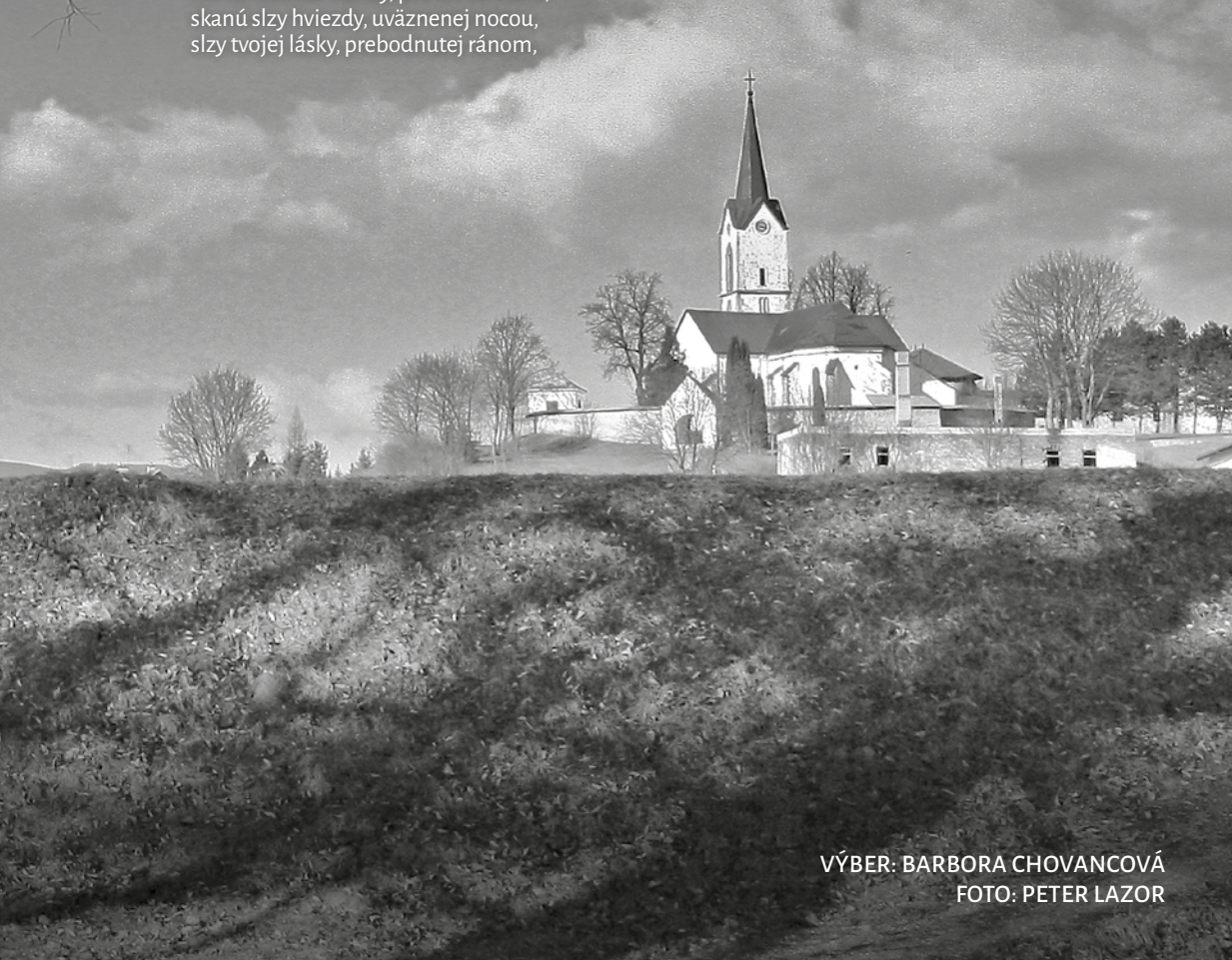
K tebe klince zdvihli kalich krvi plný,
lebo kvety majú skryté svoje vlny,
hlasy svojho bytia, nevýslovné, tiché,
ktoré vždy tak prosia, básnika vždy prosia,
keď ich smrť a popol neľútostne kosia...

Pre ich krehké stonky, pre ich oči snivé,
skanú slzy hviezdy, uväznenej nocou,
slzy tvojej lásky, prebodnutej ránom,

getsemansky smutnej, trúchliacej vždy s Pánom,
prosí ťa i slnko, rozsypané na zem,
v bengálovom ohni, v ktorom večer horí:
keď sa všetkých vecí rozozvučia chóry
a sny unavené navštevujú dvory,
opustené, čierne katafalky lásky,
v ktorých krása čaká Vzkriesenia deň slávny,
slabikujú ticho známe tebe hlásky:
O raji sen čistý, bolestný sen, dávny...

Pozbieraj tie bozky Všemocného Slova,
chvejúce sa na nás ako rajská rosa,
bozky, v ktorých ide Krása svetom bosá,
nechávajú všade šlapaj svojej krvi:
nostalgiu čudnú, ktorá bolí, drví...

Adamom raz buď nám, pomenuj nás znova;
to, čo v nás tak trpí, to, čím trpí kameň...
Výslov svojej veľké, láskyplné Amen!



FRANTIŠKÁNSKE OKIENKO



KAPUCÍNI NA SLOVENSKU

MODLITBA SV. FRANTIŠKA Z ASSISI

Františkánska modlitba je praktická, vychádza zo skúsenosti s Bohom a smeruje k stvoreniam. Prázdne ruky, ktoré sv. František zdvíha k Najvyššiemu, on napĺňa, aby prinášal Lásku a Pokoj bratom a všetkým ľuďom.

Pri emotívnom zážitku pred krížom v San Damiane (Modlitba pred Ukrižovaným) prosí o svetlo a na záver života, v Piesni brata Slnka, privádza k chvále a vďaka Bohu všetky živly a stvorenia. Serafínsky otec žehná bratom a učí ich modliť sa ako Ježiš tým, že im predkladá skúsenosť svojho života. Prechádza radostným spoznávaním svojho poslania, ale aj utrpením a **vo všetkom hľadá pôsobenie jediného Dobra**. To ho privádza k záverečnému zvolaniu, keď aj smrť nazve svojou sestrou.

Františkov proces obrátenia je veľmi pútavý a zložitý, a preto neopakovateľný. Jeho bratia ho nemajú imitovať, ale nasledovať, ako on sledoval šlapaje Krista. Mystická skúsenosť pred krížom v San Damiano, kde hľadá Pánovu vôľu však nie je úplne na prvom mieste. Pred smrťou zanecháva svojim bratom najdôležitejšiu spomienku na stretnutie s malomocnými. V modlitbe viac hovorí s Bohom, akoby o ňom rozprával, lebo vníma, že potrebuje interpretovať to, čo prežíva v Božom svetle.

Tak pochopil, že dar seba samého ľuďom, nemusí byť vôbec prijatý. A napriek tomu, preukázané milosrdenstvo mení radikálne vnútorný život, pretože mení srdce Františka.

Pomoc malomocným v prvom rade vťahuje do vnútra tajomstva Boha, ktorý sa obetoval na kríži, a nič nežiadal späť, dal všetko. Malomocní zostali malomocnými, ale **milosrdenstvo voči chudobným privádza k Božiemu milosrdenstvu**, a to čo bolo trpké, stáva sa sladkosťou duše i tela. Vo Františkovej skúsenosti malomocní boli rozhodujúcim stretnutím, ktoré dalo zmysel celému jeho životu. Spomína túto udalosť ako začiatok svojej duchovnej cesty. Takto chce František povzbudiť svojich bratov a všetkých ľudí, aby nezanechali tento spôsob hľadania Boha.

Svätý František začína ako pustovník a po celý život ho priťahoval život v samote a modlitbe, na neprístupných miestach, ale vždy schádzal dole, aby odovzdal načerpané. V samote hľadá Ježiša vo

svojom vnútri a potom v druhých, pričom **základom jeho modlitby sú evanjeliá**. Aj stigmy dostáva na vrchu La Verna, ako živé svedectvo a dar Boha, ktorý vidí jeho túžbu zjednotiť sa s ním. František, skoro slepý, na záver života žehná a chváli Stvoriteľa. Prišiel k vrcholu tým, že sa úplne ponížil do prachu zeme a dal sa k dispozícii Láске bez toho, aby čakal odmenu, alebo zmenu svojich blízkych.

BRAT ĽUBO |
KAPUCÍN PÔSOBIACI
V MARKUŠOVCIACH



Pustovňa Carceri pri Assisi,
foto: P. Lazor



Františkánsky kríž, Kríž z kostolíka San Damiano
Viac tu: <https://saletinirozkvet.webnode.sk/products/frantiskansky-kriz-kriz-z-kostolika-san-damiano/>

INFORMÁTOR MARKUŠOVCE

• S JEŽIŠOM DO EMAUZ

Na prahu Adventu nás spišský diecézny biskup otec František formou pastoračného projektu vyzval pripojiť sa k Ježišovi a učeníkom na pomyselnú cestu do Emauz. Tá má TRI ETAPY. **Prvou** je skrz modlitbu lepšie načúvať a prijímať ľudí okolo seba, ozdraviť vzájomné medziludské vzťahy. **Druhú** je zameraná na Božie slovo, pravidelné denné čítanie a meditovanie Svätého písma. Ústrednou myšlienkou **tretej** je Eucharistia. Cieľom projektu je žiť život so všetkým, čo prináša, po boku s Ježišom podľa jeho učenia.

• PREJDIME Z TEMNOTY DO SVETLA

V neďalekej minulosti sa počas Adventu konali len rorátne sväté omše, ktoré začínali včasná ešte za tmy a končili brieždením.

To symbolizuje blízky príchod Mesiáša, ktorý má byť svetlom nášho života. Túto tradíciu sme si vo farskom kostole pripomenuli svätou omšou dňa 7. decembra 2023 a 14. decembra 2023.

• VIERA BEZ SKUTKOV JE MŔTVA

Dňa 9. decembra 2023 sa už tradične v markušovskom hrade konal charitatívny Adventný večer, kde nechýbal kultúrny program, Mikuláš, spomienkové predmety a punč. Výťažok bol venovaný ľuďom z Markušoviec, ktorí sa ocitli v ťažkej životnej situácii.

• A SLOVO SA TELOM STALO

Okrem slávnostnej liturgie sviatku Božieho narodenia sa v populárnejších hodinách vo farskom kostole predstavila markušovská

mládež s vianočným pásmom, ktoré pripravili pod vedením Kataríny Grečkovej a Jarmily Bondirovej.

• STAŇ SA SVETLOM AJ TY

Aj počas uplynulých vianočných sviatkov koledníci Dobrej noviny pod vedením Júlie Grečkovej roznášali radosť do našich príbytkov. Pre potreby chudobou a nepokojmi sužovaného Južného Sudánu odoslali 1328,30 €.

• DÁVAJTE A DAJÚ VÁM

Dňa 6. januára 2024 sa vo farskom kostole konal koncert skupiny Orieešky z Lieskovian. Dobrovoľné príspevky boli venované rodičom Elky na náklady na jej liečbu a rehabilitácie.

MONIKA HAMRÁKOVÁ |



foto: Peter Lazor

TEPLIČKA

- V sobotu 2. decembra 2023 pán kaplán Vladimír Fedorek požeňnal pri večernej svätej omši pred 1. adventnou nedelou adventný veniec.
- Od piatka 15. decembra 2023 sa uskutočnila v deviatich domácnostiach duchovná príprava na Narodenie Pána – deväťdňová pobožnosť Hľadanie prístrešia pre Svätú rodinu.
- V piatok 22. decembra 2023 bol zažatý pri kostole vianočný stromček, pred ktorým sa prihovril okrem starostu obce p. Petra Lačného aj náš pán kaplán Vladimír Fedorek.
- Na Štedrý deň koledníci v 29. ročníku Dobrej noviny vyzbierali od štedrých ľudí v Tepličke 2 328,55 € pre chudobných v Južnom Sudáne. Naša vďaka patrí ochotným mladým aj štedrým darcom.
- 25. decembra 2023 sa na slávnosť Narodenia Pána konala v kostole Jasličková pobožnosť, ktorú pripravili aktívni mladí animátori s deťmi z Tepličky. V rámci Jasličkovej pobožnosti zaznel pútavý príbeh narodenia Pána, ktorý prezentovali pod vedením pána kaplána Vladimíra Fedoreka.
- Ďakujeme našim kňazom pánu farárovi Štefanovi Salokovi aj pánu kaplánovi Vladimírovi Fedorekovi (aj bývalému kaplánovi Romanovi Sanigovi) za vysluhovanie sviatosti počas vianočných sviatkov, ale aj počas celého minulého roka.
- Na prelome rokov požeňňoval pán kaplán Vladimír Fedorek s kostolníkom a miništrantami príbytky veriacich Tepličky aj Pod Tepličky.
- 28. januára 2024 v Nedelu Božieho slova celebrol pán kaplán Vladimír Fedorek svätú omšu v slávnostnom ráze v Tepličke.

JOZEF SENDREJ |



Foto: Jozef Sendrej

VDÁVA

Rímskokatolícka cirkev,
farnosť Markušovce

Zodpovedná redaktorka:
Mgr. Monika Hodnická

Redaktori:
Mgr. Adriana Lazorová
Peter Lazor
Mária Koňaková
Mgr. Jozef Sendrej
Mgr. Barbora Chovancová
Mgr. Zuzana
Klučárová, PhD.

Sadzba a grafická úprava:
Dana Košková

Technické spracovanie:
Tlačiareň Kežmarok

www.pokojadobro.sk

Jazyková úprava:
Mgr. Barbora Chovancová

Odborný konzultant:
Mgr. Štefan Saloka


Imprimatur:
prof. ThDr. František
Tondra, spišský
diecézny biskup

BÚ 16. 2. 1999,
č. prot. 113/99.
Registrované OÚ,
odbor školstva a kultúry
v Spišskej Novej Vsi,
reg. č. 2/99.

Náklad 700 kusov.

Adresa redakcie:
Rímskokatolícka cirkev,
farnosť Markušovce,
Michalská 52,
053 21 Markušovce

Kontakty:
www.pokojadobro.sk

 [www.facebook.com/
Pokojadobromarkusovce](https://www.facebook.com/Pokojadobromarkusovce)

Redakcia si vyhradzuje
právo upravovať
príspevky.

Nevyžiadané rukopisy
nevraciamy.

NEPREDAJNÉ.

Časopis vyšiel aj s podporou
obce Markušovce.

