

2021.03.21. 5. Pôstna nedeľa

Milí priatelia, ponúkam vám zamyslenia na 5. pôstny týždeň. Budú mať 4. časti. Vyberte si, prosím, ktoré z nich sa vám môžu zísť, aby ste mohli načerpať z prameňa Božej dobroty a súcitu ku vám na každý deň. Na úvod je Božie Slovo z daného dňa, myšlienky na zamyslenie sú od mladých, žalmy sú zo saleziánskej stránky: www.zalmy.saleziani.sk, ktorú pomaly zveľadujeme, aby vám slúžila a na konci sú modlitby vzácných ľudí.

1. Z Božieho Slova:

Kristus v dňoch svojho pozemského života so silným výkrikom a so slzami prednášal prosby a modlitby tomu, ktorý ho mohol zachrániť od smrti; a bol vyslyšaný pre svoju bohabojnosť.

A hoci bol Synom, z toho, čo vytrpel, naučil sa poslušnosti; a keď dosiahol dokonalosť, stal sa pôvodcom večnej spásy pre všetkých, ktorí ho poslúchajú. (Hebr 5, 7 - 9)

2. Na zamyslenie:

„Rob veci s Láskou. Daj Lásku do každej jednej veci, ktorú dnes vykonáš. A keď sa ti nedarí, daj tej Lásky dvojnásobok a uvidíš, že sa ti vráti mnohonásobne. Až príliš veľa vecí robíme neradi. Zmeň svoj postoj v každej malej činnosti a ROB VECI S LÁSKOU. Zastav sa Nájdi si počas dňa pár minút čas, viac nemusíš. Len si ľahni na posteľ a zavri si oči. Dýchaj, cíť vzduch ktorý vdychuješ a vnímaj vzduch, ktorý vydychuješ. Upokoj si myseľ, nemysli na starosti ale vnor sa do snov, ktoré ti prídu na um. Tvoj čas vzácny. Nájdi si chvíľu času počas dňa na seba a svoju dušu a uvidíš, že sa tvoj deň zmení k lepšiemu.“

3. Na počúvanie: <https://www.youtube.com/watch?v=-jrtQ5wNB5M>

4. Modlitba vzácného človeka:

„Pane Ježišu, ty si sa stal človekom. Keď všetko tak rýchlo plynie a ubieha, buď mojou skalou, o ktorú sa môžem pevne oprieť. Keď sa všetko trasie a svet sa stáva neistým miestom, buď pevnou pôdou pod mojimi nohami. Keď sa ocitám uprostred hádok a aj blízki sa odo mňa vzdalujú, buď mojim pokojom, prebývaj v mojom srdci. Keď neverím ani sám sebe a nikomu, kto mi hovorí niečo dobré, buď slovom Otca, ktorému môžem dôverovať. Keď všetci odchádzajú a chýba mi odvaha byť verný, buď mojim priateľom, ktorý so mnou zostane až do konca. Amen“ (Georg Lengerke)

2021.03.22. Pondelok po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

Ježiš sa vzpriamril a opýtal sa jej: „Žena, kde sú? Nik ťa neodsúdil?“

Ona odpovedala: „Nik, Pane.“

A Ježiš jej povedal: „Ani ja ťa neodsudzujem. Chod' a už nehreš!“ (Jn 8,1 - 11)

2. Na zamyslenie:

„Viem, že každý máme toho teraz už dosť, preto by možno bolo dobré sa vrátiť o kúsok späť a tešiť sa, čo všetko sme pred pandémiou zažili. Ja som sa včera prehrabávala vecami, ktoré mám uložené v krabici. Sú to spomienkové predmety, denníky, listy, skrátka všetko milé, čo poteší aj v 70tke 😊. Našla som tam aj lístok, na ktorom bol dátum 13.7.2014 a tento text: „Môžeš sa zmeniť alebo zostať rovnaký. Táto vec nemá pravidlá. Môžeš z toho vyťažiť všetko alebo nič. Dúfam, že zažiješ situácie, ktoré ťa zaskočia. Dúfam, že zažiješ city, ktoré si predtým nezažil. Dúfam, že sa viac spoznáš a pochopíš, aká si dôležitá. Dúfam, že žiješ život, na ktorý si hrdý a ak zistíš, že nie, tak dúfam, že nájdeš dostatok síl ísť odznova.“ Prajem vám, aby ste kedykoľvek nabrali silu ísť ďalej a najmä, žili život, na ktorý ste hrdý. Ak nie, pokojne to môžete zmeniť.“

3. Na počúvanie: <http://zalmy.saleziani.sk/zalm-23/>

4. Modlitba vzácneho človeka:

„Pane, môj Bože, ďakujem ti, že si završil tento deň. Ďakujem ti, že dávaš odpočinok môjmu telu i duši. Tvoja žehnajúca ruka ma chránila a opatrovala. Odpusť mi všetku moju dnešnú malovernosť a nespravodlivosť a pomôž mi, aby som odpustil všetkým, ktorí mi ublížili. Stráž môj spánok a chráň ma pred pokušeniami temnoty. Zverujem ti mojich blízkych, zverujem ti tento dom, zverujem ti svoje telo i svoju dušu. Bože, nech je pochválené tvoje sväté meno. Amen.“ (Dietrich Bonhoeffer)

2021.03.23. Utorok po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

Prišli k Mojžišovi a povedali: „Zhrešili sme, lebo sme reptali proti Pánovi a proti tebe. Pros Pána, aby nás oslobodil od hadov.“

Mojžiš sa modlil za ľud a Pán mu povedal: „Urob ohnivého hada a postav ho ako znamenie; ak sa pohryzený pozrie naň, ostane nažive.“

Mojžiš teda urobil medené hada a postavil ho ako znamenie. A keď naň pohryzení pozreli, ozdraveli. (Num 24,1 - 9)

2. Na zamyslenie:

„Dlho som premýšľala, čo Vám dnes napísať. Ťažko mi je písať niečo motivujúce, keď sama sa v týchto dňoch cítim dosť demotivovaná. "Tlačiť na pílu" nie je pre mňa veľmi cesta... No nechcem ani šíriť negatívne emócie. V tomto mojom kruhu premýšľania mi prišlo niečo na um... Okrem toho, že vo mne samotnej sú nahromadené rôzne emócie a skúsenosti z posledného obdobia, ktoré ma oberajú o chuť k čomukoľvek, tak aj mnohí priatelia, kolegovia, rodina... každý s kým som sa v posledných dňoch stretla (často virtuálne), zdieľal so mnou podobné pocity.. už máme toho asi všetci dosť. Nesieme svoje kríže a už máme občas chuť to vzdať. Radi by sme boli, keby nám niekto ten náš kríž sňal z pliec... a opäť túžim zacitovať z jednej piesne, ktorú iste viacerí poznáte, lebo práve spomienka na túto pieseň, jej slová, dnes moju dušu povzniesli a povzbudili ma niešť aj naďalej svoj kríž v týchto dňoch a chcem sa s tým s Vami podeliť: "Kdesi dávno raz, podobný príbeh sa dial, jeden muž s krížom k hore kráčal. Tiež bol slabý a sám, za ním zástup ho hnal, cestu bolesti krvou zmáčal. Nemal to ľahšie - to nie, celé niesol stvorenie, kvôli Tebe vzal na ramená kríž. Kvôli Tebe chcel ho niešť, bola to Láska a nie lešť. A preto dnes tu netrpíš sám, je s Tebou Pán". Nikdy nie sme na nič sami... Požehnané dni Vám prajem priatelia, nech zažijete radostné chvíle aj na Vašich osobných krížových cestách... ❤️“

3. Na počúvanie: <http://zalmy.saleziani.sk/zalm-102/>

4. Modlitba vzácneho človeka:

„Pane, daruj mi bdelé srdce, aby ma od teba neodviedla nijaká nerozvážna myšlienka. Daj mi ušľachtilé srdce, aby ho neponížil nijaký temný cit. Daj mi, Pane, pevné srdce, ktoré nikdy nezlomia ťažkosti či pohromy. Daj mi srdce nezávislé, slobodné a odvážne, ktoré si nijaká vášeň nepodmaní. Daruj mi, Pane, rozum, ktorý ťa poznáva, horlivosť, ktorá ťa hľadá, múdrosť, ktorá ťa objavuje, život podľa tvojej vôle, vytrvalosť, ktorá sa k tebe vinie s dôverou, a dôveru, ktorá ma napokon urobí úplne tvojím. Amen.“ (Sv. Tomáš Akvinský)

2021.03.24. Streda po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

V ktorýsi deň išiel Sunamitkin syn za svojim otcom k žencom. Tu povedal svojmu otcovi: „Moja hlava, moja hlava!“

Ten rozkázal sluhovi: „Vezmi ho a zaved' k jeho matke.“

On ho vzal a zaviedol k matke. Tá ho až do poludnia držala na kolenách, no potom zomrel. Vyšla hore, položila ho na posteľ Božieho muža, zavrela dvere a odišla.

Keď Elizeus prišiel domov, videl, že na jeho posteli leží mŕtvy chlapec. Vošiel dnu, zavrel za sebou a chlapcom dvere a modlil sa k Pánovi. Vystúpil a ľahol si na chlapca: ústa si priložil k jeho ústam, oči oproti jeho očiam a ruky na jeho ruky. Keď sa tak na neho rozprestrel, chlapcovo telo sa rozohrialo. Potom vstal, prešiel raz po dome sem i tam, znova vystúpil, ľahol si naň a chlapec sedem ráz kýchol a otvoril oči.

Elizeus zavolał Gieziho a povedal mu: „Zavolať Sunamitku!“

Keď ju zavolał, prišla k nemu a on jej povedal: „Vezmi si syna!“

Vtedy pristúpila, padla mu k nohám a poklonila sa až po zem. Vzala si syna a vyšla von. (2 Kr 4, 18b-21. 32-37)

2. Na zamyslenie:

„Ahojte. Prišiel čas kedy sa dobre odložené slová dajú vhodne použiť. Predtým si ešte pár slov dovoľím napísať. Počas tohto pôstu si prechádzame rôznymi trápeniami ale aj radosťami, prehrami aj výhrami ale aj výzvami. A nielen počas pôstu ale aj každý jeden deň. Pôst je však obdobím kedy si to pripomíname skrz to ako ježiš bol na púšti 40 dni a 40 nocí. A to nie je málo. Sme tam? Sme ochotní vstupovať do nepohodlia na úkor vlastneho pohodlia? Veď máme (takmer) všetko. Sme uprostred toho ruchu každého dňa aspoň na chvíľku v tichu pre ten jemný hlas? Ten ktorý napíňa pokojom? Je ako vánok ktorý oživuje a pozdvihuje. Odovzdávajme sa nanovo v každom dni, vo vďačnosti a s dôverou, v nádeji. Lebo ona je silou budúcnosti prejavujúcej sa v prítomnosti.“

3. Na počúvanie: <http://zalmysaleziani.sk/zalm-17/>

4. Modlitba vzácneho človeka:

„Môj Bože, iba ty jediný vieš všetko. Verím, že vieš, čo je pre mňa najlepšie. Verím, že miluješ viac, ako ja milujem sám seba, že vo svojej prozreteľnosti vieš všetko a chrániš ma vo svojej všemohúcnosti. Z celého srdca ti ďakujem, že si ma vytrhol z moci mojich vlastných rúk a prikázal si mi dôverovať ochrane tvojej dlane. Nemôžem si želať nič iné, ako sa stať tvojim bremenom, a nie svojim vlastným. Ó, Bože, z tvojej milosti ťa môžem nasledovať, kamkoľvek pôjdeš. Na tvojich cestách ťa nebudem predbiehať. Čakám na teba a na tvoje vedenie. Pod tvojim vedením chcem konať jednoducho a bez strachu. Sľubujem ti, že nechcem byť netrpezlivý, keď ma niekedy ponecháš v temnote a zmätku: ani sa nechcem sťažovať alebo hnevať, keď upadnem do nešťastia alebo podľahnem strachu. Amen.“ (Sv. John Henry Newman)

2021.03.25. Štvrtok po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

Boh poslal anjela Gabriela do galilejského mesta, ktoré sa volá Nazaret, k panne zasnúbenej mužovi z rodu Dávidovho, menom Jozefovi. A meno panny bolo Mária.

Anjel prišiel k nej a povedal: „Zdravas‘, milosti plná, Pán s tebou.“

Ona sa nad jeho slovami zarazila a rozmýšľala, čo znamená takýto pozdrav.

Anjel jej povedal: „Neboj sa, Mária, našla si milosť u Boha. Počneš a porodiš syna a dáš mu meno Ježiš. On bude veľký a bude sa volať Synom Najvyššieho. Pán, Boh, mu dá trón jeho otca Dávida, naveky bude kralovať nad Jakubovým rodom a jeho kráľovstvu nebude konca.“

Mária povedala anjelovi: „Ako sa to stane, veď ja muža nepoznám?“

Anjel jej odpovedal: „Duch Svätý zostúpi na teba a moc Najvyššieho ťa zatieni. A preto aj dieťa bude sa volať svätým, bude to Boží Syn. Aj Alžbeta, tvoja príbuzná, počala syna v starobe. Už je v šiestom mesiaci. A hovorili o nej, že je neplodná! Lebo Bohu nič nie je nemožné.“

Mária povedala: „Hľa, služobnica Pána, nech sa mi stane podľa tvojho slova.“

Anjel potom od nej odišiel. (Lk 1,26 - 38)

2. Na zamyslenie:

„Elegancia, nie je vonkajšia vlastnosť, ale časť duše, ktorou sa dotýkame druhých. Nie je v šatách, ktoré si dievča oblieka, ale v spôsobe, ako ich nosí. Nie je v štýle, akým si maľuje oči, ale v hĺbke pohľadu, ktorý prezrádza krásu duše. Výstrednosť priťahuje nenávisť a závisť. Elegancia vzbudzuje úctu a lásku. Výstrednosť sa chváli originalitou, elegancia hovorí slovami jednoduchosti, ktoré sa dokážu dotknúť každej duše. Výstrednosť ženu rozbíja, provokuje druhých, aby mohli vstúpiť do jej srdca, aby si ukradli, čo chcú. Elegancia buduje a chráni, pretože vie, že čistá láska je nedotknuteľná. Výstrednosť vychádza z pocitu zbytočnosti, ktorý sa chce lásky nasilu zmocniť. Elegancia z pocitu vďačnosti, že môj život je darovaný a preto je otvorený pre lásku.“

3. Na počúvanie: <http://zalmysaleziani.sk/zalm-40/>

4. Modlitba vzácného človeka:

„Chválim ťa, Pane, lebo tvoje milosrdenstvo ma zachraňuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoje poníženie ma povyšuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoja láskavosť ma povzbudzuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoja múdrosť ma vedie. Chválim ťa, Pane, lebo tvoja moc ma ochraňuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoja milosť ma posväcuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoje vnútorné svetlo ma osvecuje. Chválim ťa, Pane, lebo tvoja dobrota ma posilňuje. Amen.“ (Sv. Mechilda z Magdeburgu)

2021.03.26. Piatok po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

Aj tí, čo žili so mnou v priateľstve, striehnu na môj pád: ‚Hádam sa dá oklamať, zmocníme sa ho a vypomstíme sa na ňom.‘

Ale Pán je so mnou sťa mocný bojovník; preto tí, čo ma prenasledujú, padnú a nič nezmôžu, budú zahanbení, lebo nič nedosiahnu: bude to hanba večná, nezabudnuteľná.

Pane zástupov, čo skúšaš spravodlivého, ty skúmaš myseľ i srdce, nech vidím tvoju pomstu nad nimi, lebo tebe som zveril svoj spor.

Spievajte Pánovi, oslavujte Pána, veď vyslobodil život úbohého z ruky zločincov.“ (Jer 20,10 -13)

2. Na zamyslenie:

Ahojte, asi ako každý kto písal tieto zamyslenia, aj ja som rozmýšľal, akú múdrosť by som Vám mal práve ja zdeliť. A dospel som k jednej myšlienke, ktorá mi sem tam vŕta v hlave. Veľa krát sa stretávame s takými radami do života aby sme robili to, čo nás baví a čo nás naplňa. To je pravda, ale asi nie každý z nás môže každý deň vykonávať tú najvysnívanejšiu prácu, povolanie, činnosť, školu (každý si môžeme doplniť to svoje). Stretávame sa aj s otravnejšími vecami, ktoré musíme vykonávať. Ale nie je umenie robiť to, čo ma baví, ale mať rád to, čo robím. V každej veci, ktorú robíme môžeme nájsť niečo pekné, pozitívne, niečo čím nás chce Boh osloviť, niečo nové naučiť. A tak možno tá tvoja situácia, o ktorej si teraz myslíš, že si sa v nej ocitol náhodou a absolútne ťa nebaví, máš k nej odpor a totálne na ňu frfleš, môže nabrať úplne iný rozmer keď jej dáš šancu a pozrieš sa na ňu z iného uhla pohľadu. A tak nám prajem, aby sme dokázali milovať to, čo robíme. Pretože určite nie je náhoda, že práve TO, čo robíš, robíš práve TY.

3. Na počúvanie: <http://zalmy.saleziani.sk/zalm-18/>

4. Modlitba vzácneho človeka:

„Vezmi si, Pane, a prijmi celú moju slobodu, moju pamäť, môj rozum a moju vôľu, všetko, čo mám a čo vlastním. Od teba som to prijal a tebe to vraciam, nalož s tým úplne podľa svojej vôle. Daj mi len svoju milosť a lásku, o to prosím a viac nežiadam. Amen.“ (Sv. Ignác z Loyoly)

2021.03.27. Sobota po 5. pôstnej nedeli

1. Z Božieho Slova:

Toto hovorí Pán, Boh: „Hľa, ja vezmem synov Izraela spomedzi národov, medzi ktoré išli, zhromažďím ich zovšadiaľ a privediem ich do vlastnej krajiny a urobím z nich jeden národ v krajine, na vrchoch Izraela. Všetkým bude vládnuť jeden kráľ a už nebudú viac dva národy, ani sa nebudú deliť na dve kráľovstvá.

Už sa nebudú poškrňovať svojimi modlami, svojimi ohavnosťami a všelijakými svojimi neprávosťami. Vyslobodím ich zo všetkých neverností, ktorými sa prehrešili, očistím ich a budú mojím ľuďom a ja budem ich Bohom.

Môj služobník Dávid bude ich kráľom a všetci budú mať jedného pastiera. Budú kráčať podľa mojich ustanovení, budú zachovávať a uskutočňovať moje nariadenia. Budú bývať v krajine, ktorú som dal svojmu služobníkovi Jakubovi a v ktorej bývali vaši otcovia. Budú v nej bývať oni, ich deti a deti ich detí navždy a môj služobník Dávid bude ich kráľom naveky.

Uzavriem s nimi zmluvu pokoja. Bude to večná zmluva s nimi, že ich usadím a rozmnožím a uprostred nich navždy umiestim svoju svätyňu. Budem bývať s nimi, budem ich Bohom a oni budú mojím ľuďom. A národy poznajú, že ja som Pán, ktorý posväcuje Izraela; veď uprostred nich bude navždy moja svätyňa. (Ez 37, 21 - 28)

2. Na zamyslenie:

„Dlho som rozmýšľala, čo by som mala napísať, ako by som to mala napísať aby to bolo dostatočne dobré a hodné hlbokého zamyslenia. Avšak hlava a myseľ si občas musí aj oddýchnuť a hlavne teraz, keď sme sa všetci akosi viac uzavreli do seba a začali rozmýšľať nad našimi životmi. Mnoho z nás upadlo do depresí, nevieme ako bude, čo bude, kde budeme. A tak, ja len tak jednoducho. Vypni. Nemysli nad tým čo bude, nemysli na to všetko zlé čo denno-denne vnímaš všade navôkol. Užívaj si moment ktorý žiješ teraz, poďakuj za každú jednu maličkosť, za každú jednu samozrejmosť. Teš sa zo slnka, teš sa z vetra, z hmly, z dažďa, z tmy, z kamarátov, z rodiny, z mačky, zo psa z čohokoľvek. Buď rád, že žiješ, že si dostal možnosť žiť tento život. Buď svetlom v týchto pochmurných dňoch, uč druhých tešiť sa zo života ako takého. Ďakuj. Teš sa. Neprežívaj, ži.“

3. Na počúvanie: <http://zalmy.saleziani.sk/zalm-89/>

4. Modlitba vzácneho človeka:

„Ježišu Kriste, Láska najvyššia, ty si bol vždy so mnou, a ja som to nevedel. Bol si tu, a ja som na teba zabúdala. Bol si hlboko v mojom srdci, a ja som ťa hľadal inde. Dokonca aj keď som sa od teba vzdialil, ty si na mňa čakal. Prichádza deň, keď ti môžem povedať: Zmŕtvychvstalý Ježiš, ty si môj živo. Patrím Kristovi, žijem v Kristovi. Amen.“ (Br. Roger Schutz)