

vidieť tento výrok: „Potvrď mi, že to čo robím, robím dobre“. Tento človek zároveň potrebuje ukázať výkon, aby cítil svoju hodnotu.

Potrebuje stále niečo robiť a byť v spoločnosti, potrebuje od svojho okolia stále nejaké potvrdenie. Potrebuje si však povedať, že tak ako to má, tak je to v poriadku a nepotrebuje sa snažiť viac.

Čo mu pomôže, aby sa toľko nenamáhal a aj tak sa cítil smutný je to, že sám sebe si dá povolenie byť sám sebou a žije sám seba s radosťou.

Kto nechce žiť len z toho, čo o mne hovoria druhí, mal by sa naučiť milovať sám seba. Nepodceňovať sa a nevyčítat' si stále, aká som nula. Keď ma druhí tak vidia, je to ich problém, nie môj. Keď som veľa vecí pokašlal, nemusí byť moja prvá reakcia, že som nanič. Chyby sa stávajú a robí ich každý. Ráta s nimi aj Boh a učí nás, že komu je to úprimne ľúto, môže to oľutovať a opäť sa hrdo cítiť ako Božie dieťa, opäť sa vystrieť a začať odznova.

Prajme si, aby sme po odpustení stretli svoje krásne vlastné vnútro a v ňom stretli Boha, ktorý nás takým krásnymi a dobrými vždy vidí a nikdy s tým neprestane.

Prajme si, aby sme sa v čase, keď budeme len sami so sebou, naširoko usmievali...

2024.02.24.

Sobota

Odvaha žiť v pravde

*N*ajhoršou vecou sa niekedy môže stať, že si zameníme nejakú funkciu s človekom. Už sa nepozerala na niekoho kým je, ale čo predstavuje.

Potom je tu otázka, či vôbec dokážeme stretnúť človeka ako človeka. Funkcii sa totiž vyká a priateľovi tyká. Funkcii sa často hovoria veci, ktoré chce počuť a priateľovi aj tie nepríjemné. K predstavenému či v práci alebo v škole predstúpime často s obavou ako o nás rozhodne, akú nám dá známku, akú veľkú vianočnú odmenu. Je to možno pracovný vzťah, vzťah vonkajšieho rešpektu.

Vylúpnut' toho človeka z jeho funkcie je niekedy veľmi ťažké, najmä keď on sám sa za tú svoju úspešne skrýva.

Nie je to však chyba len z jednej strany. Je potrebné mať odvalu priznať si, že možno hrám divadlo pred niekým kto je pomyselné nado mnou. Čo keď vlastne aj ja mám svoju funkciu a tou je, že ak je niekto nado mnou, tak ja som pod ním a tak sa budeme obaja správať podľa určitého sociálneho rebríčka?

Práve toto nám zabraňuje aby sme sa stále neposudzovali, kto je vyššie a kto nižšie. Pretože potom môžeme pri stretávaní sa s ľuďmi podvedome prepočítať

tavať v akom vzájomnom vzťahu práve sme. A ak takto nejakú vnímame aj Boha, že je to funkcia ku ktorej sa správame pracovne a potom zasa občas povýšene, kedy sa konečne pozrieme ako priatelia do očí? Tituly, vzdelanie či finančné prostriedky na účte by z nás nemali robiť ani

v najmenšom ľuď, ktorí si tieto veci pripomínajú na prvom mieste pri stretávaní sa s druhými. A že ani ich to pri stretnutí s nami ak vôbec napadne až po tom, čo sa stretli s naším skutočným ja.

Odvaha dnešných dní je pristupovať k druhému ako k človeku bez takýchto filtrov. Odvaha kresťana je pristupovať bez filtrov aj k Bohu.

Pôstne listy ^{prvý TÝŽDEŇ} 2024

Farnosť svätého Tomáša apoštola Šípk Drahoš, sdb

2024.02.18.

Prvá pôstna nedela

Pokúšenie na púšti = nájsť krásu v dnešnom svete

*J*ežiš zažíva na púšti zvädzenie diabla. Všetky tri veci majú spoločné to, že mu ich diabol predstavuje ako niečo krásne a vábivé. Presne tak ako had v raji Adamovi a Eve.

Dnes je ľahké len tak slovné povedať, že niečo je krásne, no v skutočnosti je pravé umenie, odhaliť krásu aj tam, kde na prvý pohľad by niekto za ten predmet, alebo človeka nedal ani deravý groš.

Veľa by o tom mohli rozprávať ľudia, ktorí si prežili otravné zážitky masového vraždenia, napr. v koncentračných táboroch. Títo „svedkovia hrôz“ dokážu povedať vyznania, ktoré sa navonok priečia zdravému rozumu. Ako napr. nemecký evanjelický teológ Dietrich Bonhoeffer, ktorý bol popravený na výslovný rozkaz Adolfa Hitlera v roku 1945. Povedal: „Ľuď by sme nemali posudzovať na základe toho, čo spravili, ale čo si vytrpeli (nakoľko mnohí z nich nezažili lásku).“

A takýchto ľudí, ktorí možno vyzerajú ako sociálne trosky, alebo sa ledva dokážu usmiať na svet; ktorí sa sami pred spoločnosťou uzatvárajú, pretože im niekto veľmi ublížil, je veľmi veľa. Na základe čoho by v nich niekto mohol objaviť ich skutočnú hodnotu, keď ona dnes nie je priznávaná ani mnohým iným, ktorí chcú v tejto spoločnosti normálne žiť?

Objaviť preto krásu aj tam, kde je navonok zakrytá obrovskou špinou, dokáže len niekto, kto takúto krásu chce cielene hľadať. Trvá to dlhý čas, treba prekonať mnohé predsudky, ale... nedá sa všetko posúdiť len na základe bohatstva či úspešnosti.

Tým, že Ježiš odolal zvodom diabla, odolal pokúšeniu vyhlasať veci za krásne len preto, že by mali slúžiť jemu. Naopak, kto si číta evanjeliá ľahko uvidí ako Ježiš hľadal krásu tam kde ju nikto okrem neho nevidel. Ako sa nechal zbičovať, kde málokto by v ňom videl vnútornú krásu, dotýkal sa malomocných či odpúšťal najväčším hriešnikom.

Kto dnes hľadá skutočnú krásu,

vítazi nad obrovským diablovým pokúšením.

2024.02.19.

Nedelok

Prerozprávať svoj život druhým

*N*ašej krajine sme na sebdenia a počúvanie príbehov dávno zabudli. Nahradili sme ich modernejšími náhradami. Ktoré sú však naozaj len náhradami. Už od malička používame televízor, tablet, hocaké médium, aby sme rozptýlili deti.

Napriek tomu, kto nezažil nočné príbehy okolo ohňa v noci, prerozprávané majstrom slova, ťažko pochopí ich účinok. Dnes sa nedokážem zbaviť zážitku, ktorý som si prežil s takýmto majstrom. Bol to Róm. A v tejto ich kultúre takýto človek, ktorá rozpráva nočné príbehy, sa nazýva Veľký rozprávač rozprávok... Sedeli sme pri ohni len chlapi. Boli sme na jednej chate v horách. Hviezdy jasne svietili a Baki, tak sa ten Róm volal, začal rozprávať... Príbehy hovoril v rómčine. V jeho osade je to vážnený človek. A po hodinách

strávených s ním som pochopil prečo. Jeho rozprávanie spôsobilo mohutné výbuchy smiechu. A aj on dokázal prechádzať plynuľe z príbehov do príbehov. Skončil o polnoci. A náš stav sa dal popísať len ako tranz. Do jeho príbehov som sa dokázal vcítiť. Každý smiech hocikoho z prítomných ma povzbudzoval k presvedčeniu, že vytvárame jedinú rodinu. Bolo to veľmi oslobodzujúce...

Po toľkých rokoch je mi až smiešne z toho, čo nasledovalo. Chlapi sa zahľadeli na oblohu a spýtali sa ma, či by som im vedel aj ja niečo povedať o hviezdach. Dodnes nechápem prečo som im začal vysvetľovať Einsteinovu teóriu relativity. A ani to, že tí chlapi ma dokázali dve hodiny pozorne vnímať... Bolo to tým ohňom? Boli pripravení počúvať hocičo? Neviem...

Prečo sú však dnes príbehy už nedostatkovým tovarom? Pre rozprávanie príbehu vlastného života je predsa obrovská pomôcka ako si spraviť poriadok sám so sebou. K tomu je potrebné určiť si čo sa odohralo v našej minulosti, zvýrazniť čo náš život ovplyvnilo. Usporiadať si vlastnú históriu, silné momenty, ale i pády.

A čo tak niekedy povedať deťom náš príbeh? Nielen povedať rozprávku O Jankovi Hraškovi či o Šípkovej Ruženke, ale aj o našej životnej púti.

2024.02.20.

Utorok

Zachovaj poriadok a poriadok zachová teba

🌀 tomto výroku existuje skutočný príbeh: newyorský starosta Robert Giuliani, od roku 1990 sústavne presadzoval myšlienky, že v prvom rade, potrebuje mesto New York znížiť kriminalitu. Začal tým, že v celom meste zvýšil hliadky policajtov na uliciach. Nepomohlo. Prišiel so zaujímavým nápadom: dal zaskliť všetky povybíjané okná v celom meste. Výsledok? Kriminalita sa drasticky znížila.

Ako je to možné? Tento starosta si dokázal všimnúť vzťah medzi konaním jednotlivcov a konaním viacerých ľudí. Jednotlivca je možné zmeniť tým, že mu ukážem odtiaľ - potiaľ, ale veľkú masu ľudí zmeníme len tým, že čo najviac ľudí bude ukazovať ako by niečo malo vyzeráť a ako si to predstavuje. Pretože keď to robia prakticky všetci, ja nemôžem robiť radikálne inak.

Keby naše mestá boli takisto čisté, keby sa každý odpad upratol a odpadkové koše by boli vzorom separácie, kto by si len tak dovolil odhodiť obal z čokolády na zem?

Keby bola všade špina a vonku by sa človek cítil ako na smetisku, napadlo by niekoho udržiať čistotu?

Táto zásada ale platí aj o našom vnútri. Ak si spravím poriadok, dokážem si ho hádam aj udržať.

vat'. Ak to robíme viacerí, je ťažké správať sa ku vlastnému vnútru ako sa mi zachce.

Pôst je čas, kedy sa snažia jednotlivci, ale aj ostatní kresťania. Je asi čas spoločne zaskliť rozbité okná našich duší dobrou spoveďou.

2024.02.21.

Streda

Nebáť sa povedať čo prežívam

🌀 očas pôstu je dovolené človeku dostať sa bližšie k Bohu a ku svojmu vlastnému vnútru. To priblíženie sa je však veľmi zaujímavé: k Bohu sa dokážeme skutočne priblížiť vtedy keď nemáme strach otvoriť mu svoje vnútro a povedať o našom vnútri Bohu. On už ho dávno pozná, no to otvorenie sa napr. vyznaním hriechov je to, čo nás samých priblíži k Bohu.

Ani ku ľuďom to nie je odlišné. Ani ku nim sa nedokážeme priblížiť, kým sa nepriznáme, čo prežívame a čo nás trápi. A keďže máme častokrát strach z toho, že nás druhí ľudia posúdia, ba až odsúdia, používame namiesto hodnotiacich vyjadrení len základné emócie. Tieto emócie všetci poznáme, máme ich často a nedokážu veľa prezradiť. Takými emóciami sú napr. strach, znechutenie či údiv.

Na druhej strane sa bojíme príliš sa otvoriť a preto nepoužívame často hodnotiace emócie, ktorými sú napr. hanba, obava či výčitky svedomia. Pri otázke ako sa cítime, odpovedáme vyháňavo a namiesto hodnotiacich

emócií používame len tie základné. Veď povedať niekomu: „Cítim výčitky svedomia, že som niekomu ublížil.“, sa dá nahradiť: „Som unavený, je mi zle.“ a pod. Takáto odpoveď je určitou výhovorkou, môže byť na tom niečo pravdy, ale tá pravdiviejšia časť chýba.

Je niekedy veľmi ťažké ukázať veci, ktoré máme skryté hlboko v nás. Nie je na to príhodná doba, nedôveryhodní ľudia, sami to možno nemáme presne pomenované. Minimálne však vo vzťahu k Bohu by sme takto mohli začať pristupovať. A keď nám bude záležať na vzťahoch s rodinou a priateľmi, hádam príde ten čas, kedy sa ku nim dokážeme priblížiť o ďalší kúsok bližšie.

2024.02.22.

Štvrtok

Slzy

🌀 Nie je nič zlé na tom mať sa zle, mať horší deň, horšie obdobie, nerozumiť životu, cítiť sa stratený.

V takých chvíľach, keď sa cítim takto zle, sa ukazujú v mojich očiach slzy. Môžu byť vidieť, ale aj nemusia. Niekedy plačem vo vnútri a len ja sám viem, ako strašne to bolí. A bodaj by to nebolelo. Prvá slza znamená, že sa cítim sám, druhá, že myslím na to, aký som na svete zbytočný a tretia, že myslím na to, že najlepšie by bolo, keby ma už viac tu na tomto svete nebolo. A tieto tri myšlienky sa mi točia v hlave a opakujú sa a vynárajú sa, akoby toho nebolo konca. Si

sám, si tu zbytočný, tak kto by ťa ešte chcel.

To, že ešte stále tu som, znamená, že opäť a raz som sa z týchto slz nejako dostal. No ako po každej rane ostávajú jazvy, aj po týchto obdobiach samoty a ničivých myšlienok, ostávajú jazvy. Rana sa môže zaceliť, bolesť na chvíľu ustúpi, ale keď sa na jazvu pozrie, až príliš jasne mi pripomenie prečo vznikla a ako som sa zase raz do toho problému dostal.

Rozmýšľam nad slzami rastlín. Smrek keď sa poraní, začne z neho prúdiť živica. Krásna a voňavá látka, ktorú mnohí v minulosti používali ako žuvačku a hlavne vtedy keď ich boleli zuby. Ako je to možné, že slza smreka je tak voňavá a tak liečivá? Prečo to ten chorý strom takto robí? Prečo len neplače, že zasa mu niekto ublížil a že len stojí a musí čakať na ďalší úder, ktorý sa mu dostane. Prečo okrem plakania zanecháva v slze aj parfém, aj doktora?

Rozmýšľam nad ďalšími rastlinami, ktorých slzy sú také voňavé, také úžasné, že za malé kúsky ľudia platili čistým zlatom. Jedna hrudka mastyxu, ónyxu, či kadidla sa predávala za obrovskú cenu.

Znamená to teda, že aj slza môže byť niečo čo slúži druhým? Že existujú slzy, ktoré ubližujú, pretože vo svojom vlastnom bolestnom svete, kedy plačem sám nad sebou, neubližujem tým sebe, ale aj druhým...a potom existujú slzy, ktoré keď roním, tak môžu byť

pre druhého pomocou?

Ako sa to robí? Ako spôsobiť, že moje slzy budú ľuďom pomáhať a nie ubližovať, že im budú dávať nádej a nebudú im ju brániť? Ako sa dá vôbec plakať neničiac druhých?

Plač je niečo tak prirodzené. Neplačú len ľudia, ale aj zvieratá a dokonca aj rastliny. Každý si môže povedať, že plačom preto, lebo som sám, som tu zbytočný, tak kto by ma ešte chcel.

Asi som prišiel na to, kedy bude moja slza voňať...Keď pochopím, že aj moja bolesť, moje zlé skúsenosti, moje nedokonalosti a moje hriechy sú cestou ako sa stať darom pre druhých.

My kresťania vieme, že keď ľutujeme a plačeme nad svojimi hriechmi, stávame sa lepšími ľuďmi. Vieme, že keď plačeme nad nešťastím druhých, že to znamená, že ich milujeme. Vieme, že keď niekto plače, je normálne plakať s ním.

Tak aký je teda môj plač a aký môže byť? Zničujúci, alebo voňavý?

2024.02.23.

Piatok

Mať svoju hodnotu

🌀 Jednou z najdôležitejších vecí v živote je vydržať sám so sebou a byť sám so sebou spokojný. Ľudí, ktorí nevedia byť sami so sebou a pre ktorých je to veľká bolesť, je dnes veľa. Naozaj veľa. Kto sa pozrie na vnútro takéhoto človeka, môže v ňom