



„Hľadaj radosť v Pánovi a dá ti,
za čím túži tvoje srdce.“
(Ž 37, 4)



Radosť budeme mať vždy, pokiaľ si ju nenecháme vziať! Drahý priateľu, po akej radosti túžiš a nechceš si ju dať vziať? Zrejme už poznáš mnohé „povrchné“ radosti, čo ponúka tento svet, po ktorých v srdci ostávajú len spomienky, a potom len prázdnota... **Verím, že túžiš po RADOSTI, ktorá naplňa srdce i celý život. Taká RADOSŤ sa rodí v osobnom vzťahu s Ježišom Kristom.**

Pozývam Ťa teraz na stretnutie s Ním a Jeho slovom, ktoré je veľmi živé a účinné... *preniká až po oddelenie duše od ducha, rozsudzuje myšlienky a úmysly srdca* (porov. Hebr 4, 12). Nebude to len čas pasívneho počúvania uší, ale úprimne túžim a prosím, nech Duch Svätý otvára naše srdcia pre jeho Slovo a nech v nich koná, ako sa jemu páči. Nech sa dotýka miest, ktoré potrebuje prebudiť, nech dá svetlo tam, kde pre tmú nevidíme a nech dá porozumieť tomu, čo máme aj žiť. Pozýva nás poznávať Božiu radosť ako súčasť Jeho večného milosrdenstva. A do tejto radosti nás chce ponárať cez skutky, ktoré koná ľudom (porov. Ž 66, 5), ak mu to vo svojej slobode dovolíme. Počúvajte spolu čo nám o tom hovoria podobenstvá o stratenej ovci a drachme.

Hovoria o radosti, ktorú prežíva pastier z nájdania stratenej ovce. Nenecháva si túto radosť len pre seba, ale *len čo príde domov, zvolá priateľov a susedov a povie: „Radujte sa so mnou, lebo som našiel ovcu, ktorá sa mi stratila.“* (porov. Lk 15, 6) Tak isto žena, ktorá vymetá dom a robí všetko preto, aby našla svoju stratenú drachmu – *keď ju nájde, zvolá priateľky a susedky a povie: „Radujte sa so mnou, lebo som našla drachmu, čo som stratila.“* (porov. Lk 15, 9) Teda **ide o takú radosť, ktorá sa nedá prežívať osamote, ale pozýva do nej všetkých priateľov a susedov.**

Čo znamená byť „stratený“? Sama nad tým premýšľam vždy, keď vidím niekoho, kto je neúctivý, neochotný, nemilosrdný a svojimi gestami a slovami bezdôvodne zraňuje iného. Veľmi vtedy tužím byť súčasťou jeho hľadania a zároveň s ním byť v radosti z jeho nájdania. A čo keď je to človek, ktorý je nám blízky?



Svätý Otec František nám v takýchto situáciách života hovorí: *„Prosím vás teraz o jednu vec. Všetkých, v tichosti. Pomyslime si každý na jednu osobu, s ktorou si dobre nevychádzame, s ktorou sme pohnevaní, ktorú nemáme v láske. Myslime na túto osobu a v tejto chvíli sa v tichosti za ňu modlime, a staňme sa voči tejto osobe milosrdnými.“*¹ (15. 9. 2013, pred modlitbou Anjel Pána) **Boh nás neustále pozýva do hľadania strateneho, všade tam, kde sme a kde vidíme, že chýba milosrdenstvo so svojou osobitnou radosťou.** To je zároveň to pozvanie do spolupráce s Ním na záchrane každého človeka a budovania Jeho Kráľovstva.

¹ Celý text nájdete tu: www.tkkbs.sk/view.php?cislocclanku=20130915010



Ježiš ďalej pokračuje vo svojom rozprávaní podobenstiev: „*Hovorím vám: Tak bude aj v nebi väčšia radosť nad jedným hriešnikom, ktorý robí pokánie.*“ (Lk 15, 10) Tá stratená ovca sa v skutočnosti neobrátila, rovnako sa tak drachma nevrátila do mešca. To stratené bolo nájdené Tým, ktorý všetko zanechal, aby išiel so svojou láskou v ústrety k obráteniu. Takéto **obrátenie je však možné len vtedy, ak si človek prizná, že sa stratil**. Obrátiť sa, teda, obrátiť svoj pohľad od svojho „ja“ k Bohu. **Prestať sa obviňovať a zisťovať, kto môže za moje poblúdenie**. Jednoducho uveriť slovu, ktoré hovorí, že *tým, čo milujú Boha, všetko slúži na dobré* (porov. Rim 8, 28). A začať Ho chváliť za to, že to mi **On dáva ten pokoj a pravú radosť srdca po každom mojom rozhodnutí zanechať zlé cesty a žiť tak, ako to On chce a učí ma vo svojom SLOVE**.

Vieš si predstaviť aká radosť „vypukne“ v nebi? Je to radosť milosrdného Boha, ktorý znova nachádza svojich synov a svoje dcéry. Boh má potešenie z toho, keď vidí, že sa neustále obraciame k nemu. **Potešujeme nášho milosrdného Boha touto radosťou z hriešnika, ktorý robí pokánie.** „*Lebo jeho milosrdenstvo je večné*“ (Ž 136). A určite poznáš tú radosť, keď nám Ježiš ústami kňaza povie tie slova plné milosrdenstva. Koľko krát si to už počul? „*Milosrdný Boh Otec, ktorý smrťou a zmŕtvychvstaním svojho Syna zmieril svet so sebou a zoslal Ducha Svätého na odpustenie hriechov, nech ti službou Cirkvi udelí odpustenie a pokoj. A ja ťa rozhrášujem od tvojich hriechov v mene Otca i Syna i Ducha Svätého*“. A všetky naše hriechy ponára do mora nekonečného milosrdenstva. Nezabúdajme za to ďakovať Ježišovi, *hrajme a spievajme na slávu jeho mena, vzdávajme mu chválu* (porov. Ž 66, 2).

Ďakujeme každému kňazovi, ktorý s láskou počúva tie naše poblúdenia, pomáha a radí nám, ako zmeniť zmýšľanie, čo zanechať a čo začať ináč... *A keď ju nájde, vezme ju s radosťou na plecia... zvolá priateľov... Radujte sa so mnou, lebo som našiel ovcu, ktorá sa mi stratila...* (porov. Lk 15, 4 – 10) Prosme a modlime sa za svojich „pastierov“, aby mali silu hľadať stratené ovečky. Hľadať starostlivo, kým ich nenájdu, tak ako žena z podobenstva. Odmeň ich milosrdenstvo radosťou, ktorá je súčasťou neba a Božích anjelov.

Keď končím týchto pár slov, modlím sa siedmy deň „Deviatnika k Božiemu milosrdenstvu“. A tak sa, drahý priateľu, chcem teraz za teba modliť slovami tohto dňa, nech sa i na tebe vyplní toto prisľúbenie Milosrdného Boha.

„*Večný Otče, zhliadni milosrdným okom na duše, ktoré oslavujú a uctievať Tvoju najväčšiu vlastnosť, Tvoje nekonečné milosrdenstvo a ktoré prebývajú v najmilostivejšom Ježišovom Srdci. Tieto duše sú živým evanjeliom, ich ruky sú plné skutkov milosrdenstva a ich duša naplnená radosťou spieva pieseň milosrdenstva Najvyššiemu. Pokorne Ťa prosím, Bože, preukáž im svoje milosrdenstvo pre nádej a dôveru, ktorú v Teba vkladajú. Nech sa na nich vyplní Ježišovo prisľúbenie: „Duše, ktoré budú uctievať moje nekonečné milosrdenstvo, ja sám budem chrániť v živote, a zvlášť v hodine smrti, ako svoju chválu.“ Amen.*

V radostnej modlitbe vaša
Sr. Siarda Peticová
sestry premonštrátky



Z Písma
*Citáty zo Svätého písma
o radosti a svedectve.*



(Lk 15, 4 – 10)

Ak má niekto z vás sto oviec a jednu z nich stratí, nenechá tých deväťdesiatdeväť na púšti a nepôjde za tou, čo sa stratila, kým ju nenájde? A keď ju nájde, vezme ju s radosťou na plecia, a len čo príde domov, zvolá priateľov a susedov a povie im: **„Radujte sa so mnou lebo som našiel ovcu, čo sa mi stratila.“** Hovorím vám: **Tak bude aj v nebi väčšia radosť nad jedným hriešnikom, ktorý robí pokánie, ako nad deväťdesiatimi deviatimi spravodlivými, ktorí pokánie nepotrebujú.**

Alebo ak má žena desať drachiem a jednu drachmu stratí, nezažne lampu, nevymetie dom a nehľadá starostlivo kým ju nenájde? A keď ju nájde, zvolá priateľky a susedky a povie: **„Radujte sa so mnou, lebo som našla drachmu, čo som stratila.“** Hovorím vám: **Takú radosť majú Boží anjeli z jedného hriešnika, ktorý robí pokánie.**

(Jn 4, 5 – 30.39 – 42)

A tak prišiel do samarijského mesta menom Sychar neďaleko pozemku, ktorý dal Jakub svojmu synovi Jozefovi. Tam bola Jakubova studňa, Ježiš unavený z cesty sadol si k studni. Bolo okolo poludnia. Tu prišla po vodu istá Samaritánka. Ježiš jej povedal: „Daj sa mi napiť!“ Jeho učeníci odišli do mesta nakúpiť potraviny. Samaritánka mu povedala: „Ako si môžeš ty, Žid, pýtať vodu ono mňa, Samaritánky?“ Židia sa totiž so Samaritánmi nestýkajú. Ježiš jej odpovedal: „Keby si poznala Boží dar a vedela, kto je ten, čo ti hovorí: „Daj sa mi napiť“, ty by si poprosila jeho a on by ti dal živú vodu.“ Žena mu povedala: „Pane, ani vedro nemáš a studňa je hlboká. Odkiaľ máš teda živú vodu? Si azda väčší ako náš otec Jakub, ktorý nám dal túto studňu a pil z nej on sám i jeho synovia a jeho stáda?“ Ježiš jej odvetil: „Každý, kto pije túto vodu, bude znova smädný. Ale kto sa napije z vody, ktorú mu ja dám, nebude žízniť naveky. A voda, ktorú mu dám, stane sa v ňom prameňom vody prúdiacej do večného života.“ Žena mu vravela: „Pane, daj mi takej vody, aby som už nebola smädná a nemusela sem chodiť čerpať!“ Povedal jej: „Chod', zavolaj svojho muža a príď sem!“ Žena mu odpovedala: „Nemám muža.“ Ježiš jej vravel: „Správne si povedala: „Nemám muža“, lebo si mala päť mužov a ten, ktorého máš teraz, nie je tvoj muž. To si povedala pravdu.“ Žena mu vravela: „Pane, vidím, že si prorok. Naši otcovia sa klaňali Bohu na tomto vrchu, a vy hovoríte, že v Jeruzaleme je miesto, kde sa treba klaňať.“ Ježiš jej povedal: „Ver mi, žena, že prichádza hodina, keď sa nebudete klaňať Otcovi ani na tomto vrchu ani v Jeruzaleme. Vy sa klaniate tomu, čo nepoznáte; my sa klaníme tomu, čo poznáme, lebo spása je zo Židov. Ale prichádza hodina, ba už je tu, keď sa praví ctiteľia budú klaňať Otcovi v Duchu a pravde. Lebo sám Otec hľadá takých ctiteľov. Boh je duch a tí, čo sa mu klaňajú, musia sa mu klaňať v Duchu a pravde.“ Žena mu vravela: „Viem, že príde Mesiáš, zvaný Kristus. Až príde on, zvestuje nám všetko.“ Ježiš jej povedal: „To som ja, čo sa rozprávam s tebou.“ Vtom prišli jeho učeníci a divili sa, že sa rozpráva so ženou. Ale nik nepovedal: „Čo sa jej pýtaš?“ Alebo: „Prečo sa s ňou rozprávaš?“ **Žena nechala svoj džbán, odišla do mesta a vravela ľuďom: „Poďte sa pozrieť na človeka, ktorý mi povedal všetko, čo som porobila! Nebude to Mesiáš?“**

Vyšli teda z mesta a šli k nemu. **Mnoho Samaritánov z toho mesta uverilo v neho pre slovo ženy, ktorá svedčila: „Povedal mi všetko, čo som porobila.“** Keď Samaritáni prišli k nemu, prosili ho, aby u nich zostal. I zostal tam dva dni. A ešte oveľa viac ich uverilo pre jeho slovo. A žene povedali: „Už veríme nielen pre tvoje slovo, ale sami sme počuli a vieme, že toto je naozaj Spasiteľ sveta.“



Aktivita 1: STRATENÉ DRACHMY

Ciel': Krátka dynamická aktivita určená na lepšie spoznanie sa a objavenie vlastných „drachiem“.

Predpokladaná dĺžka trvania: cca 25 min.

Pomôcky:

- Baterky/sviečky(ideálne kahance, aby z nich nekvapkal vosk);
- cukríky/malé sladkosti.

Poznámky pre učiteľa/animátora:

- **Prečítajte si spoločne podobenstvo o stratenej drachme – (Lk 15, 8 – 10).** Vyzvi účastníkov, aby si v duchu predstavili svoju „drachmu“ – akýkoľvek hmotný predmet, ktorý majú dnes so sebou a ktorý im je vzácny. Môže to byť čokoľvek – šperk, hodinky, mobil, kniha... Nemala by to byť časť oblečenia, bez ktorej sa nemôžu slušne pohybovať v spoločnosti, pretože tieto predmety budú ukrývať... ☺. Všetko sa odohráva v mysli, názvy predmetov sa nehovoria nahlas.

Popros účastníkov, aby si všetky svoje osobné veci nechali v miestnosti (trieda, alebo priestor určený na stretko) a spolu s tebou vyšli von.

- Po jednom ich vpúšťaj dnu, aby sami v miestnosti ukryli svoju „drachmu“ a potom vyšli von. Povzbud' ich k tomu, aby vybrali takú svoju „drachmu“, podľa ktorej by ich mohli iní účastníci spoznať. Pochopiteľne, niektorí môžu namietajú, že to najvzácnejšie tu dnes so sebou nemajú... Popros ich, aby si z toho, čo aktuálne majú, niečo vybrali a starostlivo v miestnosti ukryli. S úsmevom dodaj, aby si skrýšu dobre zapamätali ☺. „Drachmy“ nech neskrývajú do tašiek, ani do osobných vecí, aby sa pri hľadaní nenarušilo osobné súkromie účastníkov.

Po tom, čo všetci účastníci ukryjú svoju „drachmu“, ukry aj ty niečo svoje. Môžeš pritom v miestnosti poskrývať aj nejaké sladkosti... Potom všetkých pozvi dnu a odštartuj 5 minút na hľadanie stratených „drachiem“.

- Každý účastník sa snaží niečo nájsť (aspoň sladkosť ☺). Efekt hľadania sa dá zvýšiť tým, že prebieha v tme – len s baterkami/sviečkami/mobilmi. Na to ale musíte byť v miestnosti, ktorá sa dá zatemiť, alebo aktivitu uskutočniť večer. Vtipné na tejto aktivite je, že nikto presne nevie, čo má hľadať... Môže si len domýšľať, čo by asi iní účastníci ukryli. Treba si všímať, či niekomu nechýba náušnica, alebo prsteň...

Po uplynutí 5 minút si posadajte (zažnite veľké svetlo) a ukážte vaše nájsené „drachmy“. Pokúste sa uhádnuť, komu v skutočnosti patria a tiež dôvod, prečo si to myslíte. Pokiaľ neuhádne ten, čo „drachmu“ našiel, môžu hádať iní, alebo sa ku svojej „drachme“ prihlási jej skutočný majiteľ. Môže sa tiež stať, že účastníci „nájdu“ aj to, čo nebolo ukryté a niektoré „drachmy“ ostanú neobjavené ☺. V tom prípade nech majitelia odhalia svoje tajné skrýše.





- *Popíšte svoje pocity, radosť z objavov. Spýtaj sa účastníkov tieto, alebo podobné otázky:*
 - **Prečo ste si ako „drachmu“ vybrali práve tú vec?**
 - **Prečo (alebo čím) je pre vás vzácna?**
 - **Je niečo, čo je pre vás ešte vzácnejšie?**
 - **Stalo sa vám niekedy, že ste takú vec zabudli/stratili?**
 - **Ako ste to prežívali?** (napr. ísť na víkend na chatu a zabudnúť si doma mobil, alebo stratiť darovaný prívesok...)
 - **Poznáte ten pocit „zúfalého hľadania“ niečoho a potom tú radosť, keď ste to našli?**
- *Prejdite k hlbšiemu významu stratených alebo ukrytých „drachiem“*
 - **Som vďačný za to, čo mám?**
 - **Nie som príliš naviazaný na hmotné veci?**
 - **Čo sú moje duchovné „drachmy“?** *Tu buďte veľmi konkrétni, hoci otázka sa zo začiatku môže zdať náročná...*
 - **Vážim si svoje dary a talenty?**
 - **Neskrývam svoje dary a talenty, ktoré by mohli slúžiť a pomáhať blížnym?** (Lebo si ich napr. chcem nechať pre seba...)
 - **Mám radosť, keď objavím dary iných?**
- *Aktivitu ukončíte **modlitbou**, v ktorej poďakujete za všetky „drachmy“ – hmotné aj nehmotné. Odporúčame chválospev **Magnifikat** - Velebí, moja duša Pána... (Lk 1, 46 – 55), alebo **desiatok ruženca**. V modlitbe Zdravas je ukrytá aj nesmierna radosť...*



Aktivita 2: JEDEN ZAPALUJE MILIÓNY

Cieľ: Prostredníctvom hier ukázať účastníkom, že existujú dva druhy radosti – svetská a svätá. Tá svätá ostáva v našich srdciach navždy a spočíva v Ježišovi.

Predpokladaná dĺžka trvania: cca 45 min.

Pomôcky:

- mince;
- písacie potreby + papiere;
- zápalky + nehorľavá podložka;

Poznámky pre učiteľa/animátora:

- 1) **Rozosmeje ostatných** – rozdeľ účastníkov do dvoch skupín. Jeden tím sa posadí do radu vedľa seba, druhý tvárou oproti nim. Jednému tímu priradiť symbol na jednej strane mince a druhému symbol na opačnej strane mince.

Hod' mincou a tak určí tím, ktorého úlohou je smiať sa tak, aby rozosmiali čo najviac ľudí z druhého tímu. Majú na to presne určený čas – 15 sekúnd. Úlohou druhého tímu je udržať si kamennú tvár. Akonáhle sa niekto z druhého tímu rozosmeje/usmeje/dvihnú sa mu kútiky úst ☺, presadne si k prvému tímu. Ak sa niekto rozosmeje po skončení 15-sekundového limitu, už si nepresadá.

Opäť hádž mincou a kolo sa opakuje rovnako. Hra sa skončí vtedy, keď všetci účastníci sedia na jednej strane.

- 2) **Radost'** – posad' účastníkov do kruhu, rozdať im papiere a písacie potreby a položiť im nasledujúce otázky. Po každej z nich im nechaj 5 – 10 minút, aby si premysleli svoje odpovede a zapísali si ich. Potom ich rozdeľ do dvojíc, aby sa s odpoveďami pozdieľali navzájom, alebo sa obohatte všetci v skupinke.

■ Čo ťa robí šťastným v bežnom dni/týždni?

Uveď im príklady: Keď si môžeš pospať po dlhom dni, keď dáš gól, keď sa po dlhom čase porozprávaš s dobrým priateľom, keď dostaneš jednotku v škole (si lepší ako ostatní), keď sa ti podarí zmaturovať, keď ťa príjmu na výšku, keď sa vieš prekonať (v učení, modlitbe, ochote...), keď sa poriadne naješ, keď niekoho potešíš, keď držiš svoje dievča/chlapca za ruku, keď odchádzaš zo spovednice, keď sa ti podarilo niekomu pomôcť, keď prijmeš Eucharistiu, ...

■ Čo je hlavným zdrojom tvojho šťastia?

■ Čo ti ešte chýba ku šťastiu?

Uveď im príklady: Materiálne veci; zážitky (dovolenka, adrenalínové športy, ...), úspech, ktorý sa snažíš dosiahnuť; lepšie vzťahy, osoby, ...

*Tu je priestor na to, aby si mladým vysvetlil rozdiel medzi svätým a svetským šťastím, radosťou. Ak je zdrojom radosti Boh – tak to robí dokonale, lebo On všetko robí dokonale. Preto je táto radosť svätá, lebo On, jej pôvodca, je Svätý. A preto to nie je povrchná a chvílková radosť, lebo On nie je povrchný, „lacný“, a nie je ani skúpy, ale veľmi štedrý. Zažívaš radosť, keď ťa povzbudí Božie slovo, keď ťa naplní pokoj v modlitbe, keď prijímaš sviatosti. No svätá radosť ťa naplňa aj vtedy, keď sa ti niečo podarí, keď si zaľúbený, keď si s priateľmi, keď sa tešíš na dovolenku, keď... **všetko dobré, čo ti spôsobuje radosť, je od Boha, a preto je to svätá radosť.***

M E L O S R D N E

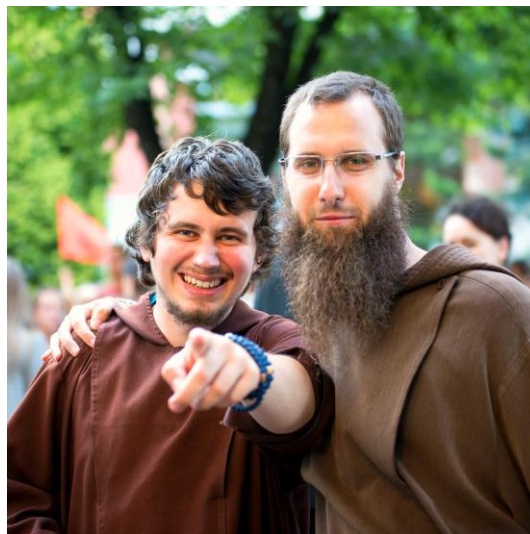
Aká je potom tá „svetská“ radosť? To je tá, čo **môže vyzeráť ako dobro, ale v konečnom dôsledku prináša smútok**, závišť, beznádej, prázdnotu, nepokoj. Jej pôvodcom nie je Boh, a väčšinou sa odvíja od hriechu, alebo jej následkom je hriech. (Např. podvádzaš v škole na písomke – dostaneš dobrú známku, tešíš sa, ale je to výsledok podvodu, teda hriechu. Môže ísť o škodoradosť, alebo vyhráš spor so súrodencom, ale jemu si ublížil...)

■ Myslíš si, že vždy je dôvod na radosť?

Tu sa možno streneš s negatívnymi odpoveďami, no zachovaj pokoj a citlivosť. Možno máš v skupine/triede ľudí, ktorých blízki alebo oni sami trpia. Môže ísť o situácie, z ktorých sa veľmi ťažko hľadá východisko, chýba nádej a optimizmus. Nezabudni, že utrpenie je tajomstvom. Cieľom tejto aktivity nie je nájsť riešenie ani odpoveď na utrpenie. Ak dostaneš len pozitívne odpovede, neboj sa sám otvoriť zľahka a nakrátko tému utrpenia. Opýtaj sa účastníkov, či si myslia, že má dôvod na radosť aj niekto zomierajúci, hladujúci, prenasledovaný, chorý, chudobný... chvíľočku o tom rozprávajte.

■ Ježiš ťa vykúpil, a dal ti večný život. Nie je to dôvod na neustálu radosť?

Áno, nič lepšie sa nám nemohlo stať ako to, že Ježiš zachránil naše životy, a že nám otvoril Nebo. V živote prežívame veľa radostí, veľa dobrých vecí, a s touto radosťou sa radi podelíme, utekáme k priateľom ako žena so stratenou drachmou, alebo pastier s nájdenou ovečkou. Vtedy je ľahké počúvať a hovoriť, aký je Ježiš úžasný a čo pre nás robí. No oveľa ťažšie je to vo chvíľach bolesti a utrpenia, keď mnohým veciam nerozumieme. Vtedy nie je prejavom našej radosti oslava s priateľmi, ale naše slová nádeje a dôvery. Veď Ježiš, ktorý za nás zomrel a získal nám nebo, je aj v týchto situáciách ten istý. Vo Vyznaní viery hovoríme: „verím... vo vzkriesenie z mŕtvych a život večný.“ Vyznávame, že veríme, že bude obnovená zem a naše telá budú vzkriesené – teda budeme novým spôsobom žiť v dokonalom svete, vo svojom tele - bez choroby, bez bolesti a utrpenia, s tým Ježišom, ktorý to pre nás vydobyl – a to všetko naveky. A na takúto večnosť sa dá tešiť a radovať sa z nej aj v utrpení.



- 3) **Zápalky** – každý účastník dostane jednu zápalku, ktorá symbolizuje jeho život so všetkým, čo dostal od Boha, ale aj od rodičov, kňazov a animátorov. Zápalky položte na nehorľavú podložku na stôl tesne vedľa seba tak, aby boli spojené hlavičkou. Opatrne zapáľ zápalku na kraji, ktorá postupne rozhorí všetky ostatné. Zápalky horia rôzne dlho a zhasínajú v rôznom poradí. Zaujímavé je, že nezhoria úplne. Kým ešte horia, zdvihni jednu zápalku nad ostatné, aby zhorela úplne celá. Vyzvi ich, aby toto symbolické „podobenstvo“ skúsili vysvetliť...



Prvá zápalka predstavuje človeka, ktorý „horí“ radosťou a touto radosťou zapáli mnohých ľudí. Horiaca zápalka dokáže zapáliť aj zápalky, ktoré sú vedľa nej. Ale len vtedy, ak sú správne uložené, teda ak sú „pripravené“ horieť. Zvyšné zápalky, ktoré horia rôzne pomaly, hovoria o tom, že záleží len na nás, ako zužitkujeme radosť, ktorá nám bola odovzdaná od druhých, alebo radosť, ktorou sa nás snaží zapáliť Ježiš, keď ho prijímame v Eucharistii. Zdvihnutá zápalka na konci predstavuje človeka, ktorý sa rozhodol neostať len v spoločenstve, v ktorom mu je dobre a kde zažíva radosť, ale túži rozdávať túto radosť ostatným ľuďom – horí ďalej. My sami musíme chcieť horieť ozajstnou radosťou, ktorú v našich srdciach môže zapáliť len Boh. Potom vydržíme horieť ešte dlhšie a budeme schopní „zapalovať“ radosťou mnohých ľudí.



BONUS: Ďalšie zápalky môžete poukladať napríklad do tvaru hviezdy, kríža, srdca... a zapáliť. Len tak, pre efekt a pre radosť ☺.

4) **Modlitba**

Pane Ježišu, byť ustavične veselý je ťažké, ba priam nemožné. Hnev, smútok, stres, nespravodlivosť a mnoho iných vecí ničia našu radosť. Poznáme aj svetské radosti, ktoré nás potešujú. Ale často je to len chvíľková radosť... Každý z nás sa niekedy zasmial na vtip a po chvíľke si ho už nepamätal. Bola to len iskrička, ktorá rozjasnila náš deň.

Ty Pane, nám ponúkaš svätú, trvalú radosť. Ty si Evanjeliom – radosťou zvestou – zapálil svojich apoštolov. Oni si ju nenechali pre seba, ale odovzdali ju ďalej. Aj po takmer 2000 rokoch ju stále pociťujeme. Rovnako ako jedna zápalka zapáli ostatné, ak ležia pri sebe správnou stranou. Inak to pôjde ťažko. Každý jeden z nás by mal chcieť byť zapálený a zapáliť svojou svätou radosťou ostatných. Je to ťažká úloha. Najprv sa musíme naučiť byť správne veselý podobne ako brat František, Filip Neri, alebo Dominik Sávio. Tým to však nekončí! Treba zapáliť aspoň jedného človeka, ktorý zapáli ďalšieho...

Pomôž nám vytvoriť takú reťaz, taký „domino efekt“ a naplniť odkaz svätého Pavla: Ustavične sa radujte v Pánovi! Opakujem: Radujte sa! (porov. Flp 4, 4) Amen.



Aktivita 3: RADOSŤ JE VIDITEĽNÁ

Cieľ: Poukázať na to, že ak prežívame skutočnú radosť zo života s Ježišom, nie je možné si ju nechať pre seba.

Predpokladaná dĺžka trvania: cca 60 min.

Pomôcky:

- Sväté písmo pre každého účastníka;
- papiere + písacie potreby;
- vytlačené pokyny ku pantomímam (na stránke v sekcii „Na stiahnutie“);
- vytlačený „Minikurz“ a modlitba pre každého účastníka (str. 9 a 10).

Poznámky pre učiteľa/animátora:

- 1) **Niečo tu „nehrá“ (pantomíma)** – rozďaj účastníkom stretka inštrukcie k pantomímam (jednotlivci, dvojice, skupinky). Počet pantomím prispôsob počtu účastníkov a času, ktorý máš k dispozícii. Po každej z nich sa spýtaj ostatných účastníkov, čo herci zahrali, tieto tipy si môžeš zapísať, zídu sa ti v diskusii. **Pri pantomíme sa nepoužívajú slová, zvuky, ani rekvizity!**

- **Pripravili ste svojmu kamarátovi narodeninovú oslavu, práve prišiel čas, aby ste mu zablahoželali.**

Zahrajte túto situáciu bez radosti a úsmevu. (3 – 5 herci)

- **Kráčáš zamyslený cez mesto a zrazu vidíš svojich veľmi dobrých kamarátov, ktorých si už dávno nevidel. Veľmi sa z toho tešíš, je toho tak veľa, čo by si im chcel povedať... Zahrajte túto situáciu tak, aby ste neprejavili žiadne prekvapenie ani radosť. (3 herci)**

- **Čakáš na vlak na stanici vo väčšom meste, zrazu zbadáš svoju obľúbenú (športovú/speváčku...) hviezdu. Je to tvoja jedinečná šanca rozprávať sa s ňou, odpotiť sa, vypýtať si podpis. Ideš na to!**

Zahrajte túto situáciu bez toho, aby si prejavil prekvapenie a radosť. (2 herci)

- **Zvoní ti telefón. Hlas na druhej strane (ktorý nepočujeme) ti oznámi, že v súťaži, do ktorej si sa zapojil, si vyhral výlet do New Yorku. Zahraj túto situáciu tak, že neprejavíš ani trochu radosti a prekvapenia. (1 herec)**

- 2) **Diskusia** – vráťte sa k prvej pantomíme a postupne k ďalším. Uhádli účastníci, o aké situácie išlo? Bolo to jednoduché? Čo ich zmatlo, prečo sa mýlili? Čo im tam chýbalo, ako by to asi vyzeralo naozaj? Herci prezradia, aká bola ich úloha, môžu/nemusia pri tom prečítať inštrukciu.

- 3) **Zamyslenie** – Situácie, ktoré sme videli v pantomímach spájali prekvapenie a radosť, ktoré prirodzene v takýchto chvíľach zažívame. Preto sme sa mohli pri hádaní mýliť a z narodeninovej oslavy a gratulácii sa v našich očiach mohla stať smutná udalosť a vyslovovanie úprimnej sústrasti. Tie isté gestá, ale úplne iný význam, emócie. V reálnom živote ľahko posúdime situáciu na základe toho, ako sa ľudia tvária, pretože ich tváre odrážajú väčšinou to, čo prežívajú. Najmä silné emócie ako nadšenie, prekvapenie, nie je ľahké pred inými ukryť. Teda ak prežívaš radosť, nadšenie, väčšinou to je na tebe vidieť a teší to aj ľudí, ktorí sú okolo teba. Ale ty sa o svoju radosť môžeš podeliť mnohými spôsobmi, pozrime sa, ako to robia ľudia v Biblii.



- 4) **Čítanie Božieho slova** – prečítajte si spolu dva úryvky: (Lk 15, 4 – 10) – Podobenstvá o stratenej ovci a drachme a (Jn 4, 5 – 30.39 – 42) – Ježiš a Samaritánka. Ak máte čas, môžete ich raz čítať nahlas a druhýkrát každý sám a nechať si chvíľku ticha na zamyslenie.
- 5) **Diskusia & anketa** – rozmýšľajte a rozprávajte o tom, v čom sa líšia a čo majú spoločné vaše pantomímy a prečítané state z Biblie. Ako sa správajú jednotlivé postavy – ako prejavujú svoju radosť, čo je následkom tejto radosti? Ovplyvňuje to ľudí okolo nich? Ako? V úryvkoch zo Svätého písma sme videli, že ľudia mali dôvod na radosť, ktorú bolo vidieť, cítiť z ich konania. V pantomímach práve táto radosť chýbala, preto boli čudné, neprirozené, mätúce. Sú v tvojom živote veci, z ktorých máš radosť? Vidíš Božie požehnanie vo svojom živote? Stretol si tiež Ježiša? Ako to prejavuješ? Hovoríš o tom so svojimi priateľmi?

Rozdaj účastníkom papiere a písacie potreby. Polož im nasledovné otázky:

- **Čo ti dlhodobo, alebo v poslednom čase spôsobuje radosť?**
Čo ťa milo prekvapilo? Kto ťa potešil? Čo ťa potešilo? Čo sa ti podarilo?
 - **Vyznač, ktoré z tých vecí, ktoré ti urobili radosť, spôsobil Boh.**
Kde vidíš jeho konanie, starostlivosť, pomoc, štedrosť, lásku...?
 - **Vyznač, o ktorých z tých vecí si už niekomu hovoril.**
Je ich viac, ako tých, o ktoré si sa zatiaľ s nikým nepodelil?
- 6) **Reflexia** – môžeš sa pýtať účastníkov: Je pre teba ľahké vidieť dobré veci, ktoré Ježiš robí v tvojom živote? Hráš „pantomímu“ a nechávaš si svoju radosť pre seba, máš obavu z toho, čo povedia tvoji kamaráti, spolužiaci, rodičia... keby si im povedal, čo dobré sa stalo v tvojom živote, z čoho sa tešíš, a že to urobil Ježiš? Alebo si ako pastier, čo našiel ovcu, žena, čo našla stratenú drachmu, či Samaritánka, ktorí vo svojej radosti zavolali svojich priateľov a delili sa so svojou radosťou?
- 7) **„MINIKURZ“ ako si pripraviť a povedať svedectvo** – nie vždy je ľahké „zvolať všetkých priateľov“ a vraviť „nebude to Mesiáš?“. Ale dá sa to naučiť, dôležité je vedieť „ako“ a vyskúšať si to.

Rozdaj účastníkom vytlačený Minikurz, kde nájdú základné informácie o tom, ako si pripraviť a povedať svedectvo, spolu si ním prejdite a vysvetlite jednotlivé body.

Potom nechaj účastníkom čas, aby si vybrali niektorú z „radostí“, ktorú spomenuli v ankete, ale nikomu o nej zatiaľ nehovorili. Vyzvi ich, aby si skúsili pripraviť svoje svedectvo práve o vybranej „tajnej radosti“.

Ak budete mať čas a požehnanú atmosféru, popros ich, aby sa so svojimi svedectvami podelili s ostatnými. Môžete si to tiež zadať ako domácu úlohu a svedectvá si môžete porozprávať na ďalšom stretnutí/hodine náboženstva. Alebo sa najbližšie pozdieľate o tom, komu ste svoje svedectvo darovali...



„MINIKURZ“ ako si pripraviť a povedať svedectvo

- Svedectvo hovoríš o svojej skúsenosti, nie niekoho iného, je pravdivé, úprimné, keď hovoríš o svojej skúsenosti s Ježišom, nepotrebuješ nič prikrášľovať, zveličovať.
- Svedectvo je krátke (3 – 5min), ten, kto v ňom má vyniknúť nie si Ty, ale Ježiš.
- Svedectvo je radostné, prináša nádej, posilňuje vieru, ale nie je neprirodzene idealizované (napr. „Odvtedy som nikdy neprežíval smútok...“; „Už navždy budem šťastný a nič zlé sa nemôže stať...“)

Štruktúra svedectva

- Načrtni stručne svoju situáciu, „ako to bolo, čo sa dialo“ (2 – 3 vetami).
- Povedz, čo sa stalo – čo urobil Ježiš.
- Povedz, čo sa odvtedy zmenilo, vychádzaj z toho, čo si vravel na začiatku svedectva, porovnaj situáciu predtým a teraz.
- Vyber si nejakú udalosť zo svojho života, s ktorou sa chceš podeliť s druhými.
- Porozmýšľaj, komu by si mohol povedať svedectvo. Je dôležité najprv si vybrať adresáta, a potom si podľa toho pripraviť svedectvo vhodným spôsobom. Toto je dôležitá časť prípravy svedectva. Môžeš sa chvíľku modliť za to, aby ti Ježiš dal múdrosť v tom – komu a kedy povedať toto svedectvo. On to rád urobí ☺
- Pokús sa napísať svoje svedectvo vybranému človeku podľa predošlých bodov.
- Ak si to potrebuješ najprv vyskúšať, natrénovať, povedz svoje svedectvo svojmu súrodencovi, kamarátovi.
- Nezabudni – **3xR: Radosť Rozdávaním Rastie!** Nenechávaj si ju pre seba.



Modlitba a rozhodnutie

**Ježišu,
všetko dobré, čo mám, a čo prežívam je od teba.
Prepáč mi, že nie vždy si to uvedomujem.**

**Prosím, daj mi dar vd'ačnosti,
aby som videl, čo všetko robíš v mojom živote.
Daj mi dar radosti,
aby som to nielen videl, ale aj prežil,
a aby som mohol byť povzbudením pre iných.
Daj mi dar slobody a odvahy,
aby som sa nebál hovoriť o tom, čo všetko pre mňa robíš,
ako sa o mňa staráš a ako veľmi ma máš rád.
Daj mi dar múdrosti,
aby som to robil správnym spôsobom.**

**Dnes sa rozhodujem, že chcem žiť Evanjelium,
ktoré je radostnou zvesťou,
a že chcem nasledovať príklad pastiera a ženy,
ktorí svedčili o svojej radosti.**

**Chcem ťa spoznať ako Samaritánka,
utvrdiť sa o tom, že si Mesiáš,
a toto presvedčenie s radosťou podať ďalej,
mojim bratom a sestrám.
Použi moje slovo, moje svedectvo na to,
aby ťa mohli spoznať ľudia okolo mňa,
a aby sa aj sami presvedčili,
že život s tebou prináša radosť. Amen.**



Aktivita 4: CHALLENGE ROKA Nr.4

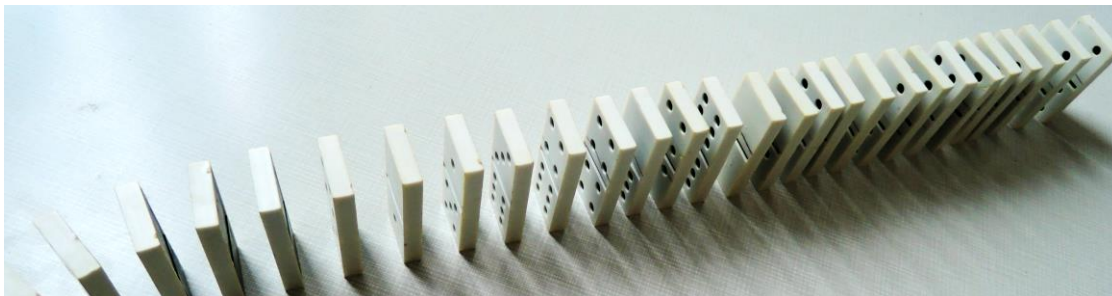
Cieľ: Pokračovanie v uskutočnení výzvy pápeža Františka uviesť do praxe skutky fyzického a duchovného milosrdenstva.

Ku téme „R“ ako „Radosť“ sme vybrali tieto skutky:

Nr. 4: SMÄDNÝCH NAPÁJAŤ & ZARMÚTENÝCH TEŠIŤ

Pomôcky:

- Stavebné kocky Domina;
- nádoba/vedro s vodou a súradnice z Písma (napr. ako lodičky, obaly, kamene);
- Sväté písmo;
- tabuľa/flipchart/veľký papier a fixky.



- 1) **Domino efekt** (*motivácia k ďalším častiam aktivity*) – vysyp na stôl stavebné kocky Domina a vyzvi účastníkov, aby ste spoločnými silami postavili čo najdlhší rad – na užšej hrane a blízko seba stojacích – dominových kociek, bez pádu! Popritom sa ich pýtaj, v akých súvislostiach už počuli slovné spojenie „Domino efekt“. Môžu to byť negatívne súvislosti (jedna chyba na začiatku spustí celú katastrofu...) ale aj pozitívne (nezištný dar spôsobí ďalšie obdarovanie...). **Spoločnými silami skúste objaviť „Domino efekt“ milosrdnej lásky napríklad aj v potešovaní zarmútených.** Darovaná radosť, útecha, potešenie... ma môžu „vyprovokovať“ k tomu, aby som potešil niekoho iného ja... a radosť sa bude šíriť ako padajúce dominové kocky ☺.

- 2) **Daj sa mi napíť** – polož medzi účastníkov nádobu/vedro s vodou, ktoré ukrýva súradnice biblických citátov. Tie môžu byť napísané na papierových lodičkách plávajúcich na hladine vody, alebo uzavreté vo vodotesných nádobkách, alebo napísané vodeodolnou fixkou na kameňoch na dne vedra.

Nechaj účastníkov „loviť v pamäti“, kde sa v Písme spomína smäd. Môžete tak spolu „vyloviť“ Holofernesa z knihy Judita, ktorý chcel zničiť obyvateľov Betulie smädом, Mojžiša a vodu zo skaly, svadbu v Káne, či stretnutie samaritánky s Ježišom. Práve toto stretnutie pripomína vašu momentálnu situáciu. Ste spolu okolo nádoby s vodou a Ježišom prítomným v Božom slove. **Ak chceme uhasiť smäd okolo nás, musíme najskôr sami piť z Prameňa.** Každý z účastníkov si „vyloví“ jednu lodičku/obal/kameň so súradnicou a vyhľadá si v Písme príslušný citát. Prečíta ho nahlas pre všetkých, aby sa z Božieho prameňa mohli napíť všetci.

„Najdrahší mladí priatelia, (...) nemajte strach pozrieť sa Ježišovi do očí plných nekonečnej lásky k vám a dovoľte mu, aby vás dostihol jeho milosrdný pohľad, (...) ktorý utíši najhlbší smäd prebývajúcí vo vašich mladých srdciach: smäd po láske, pokoji, radosť a opravdivom šťastí. Príďte k nemu a nemajte strach!“ (pápež František, posolstvo k SDM v Krakove)

- ## „R“ ako „Radosť“



CHALLENGE ROKA Nr.4 SMÄDNÝCH NAPÁJAŤ & ZARMÚTENÝCH TEŠIŤ



Napiš na tabuľu oba skutky milosrdenstva a vyzvi účastníkov, aby vymysleli konkrétne formy realizácie týchto skutkov, o ktoré sa budete najbližší mesiac snažiť.

„Smädných napájať“ sa prvoplánovo spája s „radosťou“ a „potešením“ po konzumácii alkoholu ☺. Odrazte sa z tejto „zjednodušenej“ interpretácie a zatiahnite na hĺbku...

Všetky nápady zapisuj na tabuľu a navrhni im, aby si ich aj oni niekam zapísali (napr. do mobilu). Dôležité je pýtať sa ich na to, ako sa im darí aj počas mesiaca. Môžete napr. spoločne zdieľať svoje zážitky aj na sociálnych sieťach...

Opäť vám ponúkame pár podnetov, ktoré pri tvorbe katechézy vnukol Duch Svätý nám ☺.

TVOJ SMÄD – ak sám nečerpáš z Prameňa, nemáš čo ponúknuť smädným...

- Porozmýšľaj, kde si naposledy duchovne načerpal... Ak to bolo už dávno, skús si pohľadať vhodnú akciu, duchovnú obnovu, chvály, Alfa kurz, Kvetný víkend, ... a choď načerpať. Prípadne vezmi so sebou niekoho z tvojich priateľov. V pôste bude isto veľa ponúk.
- Dopraj si kvalitný čas prípravy na svätú spoveď a prijmi túto sviatosť. Možno máš obavu hovoriť o niektorých veciach, ale nezabudni, že prichádzaš k Prameňu – k tomu, ktorý má Živú vodu. Keď ho stretla samaritánka, neodchádzala zahanbená. Jej slová „povedal mi všetko, čo som urobila“ boli radostné, lebo našla Prameň - Mesiáša. Aj o tebe Ježiš vie všetko, nechce ťa ponížiť, kritizovať, ale dať sa ti viac spoznať. Po tejto skúsenosti s ním – s Prameňom – budeš môcť túto skúsenosť – Živú vodu – priniesť iným smädným ako Samaritánka. Tvoje očistenie v Prameni tak bude uhasať smäd iným..

SMÄD PO BOHU

- Pozvi na kresťanskú akciu, koncert alebo modlitbu niekoho, kto je smädný po Bohu. Pristupuj k takému človeku s bážňou a láskou, aby si nebol násilný, no nehanbi sa za to, že poznáš Boha.
- Nos so sebou nejakú kvalitnú náboženskú literatúru (s veľkosťou „do vrečka“). Nikdy nevieš, kedy stretneš smädného...
- Podel' sa s blíznymi o to, čo robí Boh v tvojom živote, ako si ho spoznal, v čom ti pomáha... (V tejto katechéze nájdeš aj návod na to, ako si také svedectvo pripraviť.) Možno práve tvoja „radostná zvesť“ uhasí smäd niekomu vedľa teba.

SMÄD PO KRÁSE

- Navštívte so stretnom/spoločenstvom kvalitné filmové/divadelné predstavenie, alebo galériu a rozprávajte sa o umení a kráse. Často v sebe tento smäd potláčame a „kírmime“ sa len „fastfoodovým“ umením.
- Ponúkní smutnému spolužiakovi hodnotnú a hodnotovú hudbu.
- Daj si predsavzatie, že na sociálnych sieťach nebudeš zdieľať nič, čo je v protiklade s Dobrom, Pravdou a Krásou.



SMÄD PO LÁSKE & PRIATEĽSTVE

- Pozvi človeka, s ktorým si dlho nebol, na kávu/čaj/pivo (podľa veku ☺) a venuj mu svoj čas. Uhasíš nielen jeho fyzický smäd, ale aj smäd po priateľstve.

SMÄD PO DOBRE&POKOJI

- Veľa ľudí okolo teba je nespokojných, ukrivdených... Možno aj ty patíš medzi nich, alebo ťa to sťažovanie skôr vyrušuje a „otravuje“... Skús si všímať takéto situácie a keď sa stretneš s ľuďmi ktorí šomrú, „daj sa im napit“ z tvojich slov povzbudenia, povedz im niečo dobré, pekné, kompliment, alebo niečo, z čoho sa ty práve teraz tešíš, čo ťa povzbudilo...
- „Krimi správy“, ktoré sa na nás valia z každej strany, prirodzene spôsobujú, že ľudia sa cítia neistí, vystrašení a často dopĺňajú všetky tie hrôzostrašné správy vlastnými katastrofickými scenármi. Ty nemôžeš vyriešiť všetko násilie, hospodársku a utečeneckú krízu... ale môžeš tento smäd po pokoji, istote a bezpečí uhasiť svojou vierou, presvedčením, slovami nadeje. Veď vieš, že Otec je všemohúci, že On nedopustí nijaké zlo, z ktorého by nevzniklo ešte väčšie požehnanie, a že náš domov je v nebi... Povzbud' smädných - ustráchaných vlastnými slovami. A nech to pre nich neznie ako fráza...

ZARMÚTENÝCH TEŠIŤ – *cvičiť sa vo vnímavosti na potreby svojich blízkych. Milosrdná láska robí človeka kreatívnym a rozširuje horizonty fantázie.*

- Prekvap zarmútených rodičov/súrodencov chutným pokrmom, „neprikázaným“ uprataním, nákupom...
- Poteš svojich smutných blízkych maličkosťou, ktorú si nájdu na nečakanom mieste. (vtip v peňaženke, sladkosť v topánke, kvietok v umývadle, ...)
- Pripravte so spoločenstvom, či v triede krátky program a navštívte s ním najbližší domov dôchodcov. Nie je nutná dlhá príprava, niekedy stačí priestor na vypočutie a rozhovory.
- **Meninová výzva** – väčšina z nás blahoželá k meninám svojim najbližším. Skús si každý deň spomenúť na niekoho, kto má v ten deň meniny, a ským nie si až tak často v kontakte. Vymysli tvorivý spôsob, ako ho potešíš a spomenieš si na neho aj v modlitbe.
- **Facebooková výzva** – nájdi stručné svedectvo, (alebo napíš svoje) alebo pekný symbolický obrázok s povzbudzujúcou myšlienkou, ... jednoducho niečo, čo poteší oči aj dušu a pridaj na svoj facebookový profil
- **Potešujúca SMS** – isto máš vo svojom okolí niekoho, kto prežíva smútok, sklamanie, obavy z budúcnosti, neistotu... Možno ho poteší nečakaná SMS s úsmevným a milým povzbudením, alebo pozvaním na prechádzku...



Z prameňa milosrdenstva

*Úryvky z Denníčka svätej Faustíny
o milosrdenstve a radosti.*



1049 Som nesmierne šťastná, hoci som najmenšia, a nechcela by som zmeniť nič z toho, čo mi Boh dal. Moje vnútorné spojenie s Bohom je také, že nikto zo stvorení to nemôže pochopiť, a zvlášť hĺbku jeho milosrdenstva, ktorá ma zahŕňa. Som šťastná zo všetkého, čo mi dávaš.

1121 Niet väčšieho šťastia ako to, že Boh mi dáva vnútorne poznať, že mu je milý každý úder môjho srdca, a keď mi dáva najavo, že ma osobitne miluje.

1406 Dnes mi Pán dal vnútorne poznať, že ma neopustí. Dal mi poznať svoju velebu a svätosť a zároveň svoju lásku a milosrdenstvo voči mne a hlbšie poznanie mojej úbohosti. Moja veľká úbohosť ma však nezabavuje dôvery, práve naopak, úmerne s poznaním mojej úbohosti sa zväčšila moja dôvera v Božie milosrdenstvo.

1417 Ó, môj Pane, veď moja duša je najúbohejšia a ty sa k nej tak láskavo znižuješ. Jasne vidím tvoju veľkosť a svoju malosť, preto sa teším, že si taký mocný i nesmierny, a náramne ma teší, že ja som maličká.

1500 Moja duša tonie v Pánovi, poznávam veľkú Božiu velebu a svoju malosť, ale týmto poznaním sa zväčšuje moje šťastie... Toto vedomie v mojej duši je živé, mocné a zároveň sladké.

593 Ak je na zemi duša, ktorá by bola naozaj šťastná, tak len duša naozaj pokorná. Pokorná duša nedôveruje sama sebe, ale Bohu. Boh pokornú dušu chráni a sám je zasvätený do jej záležitostí. Vtedy duša zakúša najväčšie šťastie, ktoré nikto nepochopí.

633 Radosť druhých je mojou radosťou a utrpenie druhých je mojím utrpením, veď inak by som nesmela byť s Pánom Ježišom.

651 Milosrdenstvo je kvetom lásky. Boh je láska a milosrdenstvo je jeho skutkom, v láske sa rodí, v milosrdenstve sa prejavuje. Na čo sa pozriem, všetko mi hovorí o jeho milosrdenstve.

753 Pánovo milosrdenstvo oslavujú v nebi duše svätých, ktoré samy zakúsili na sebe toto nekonečné milosrdenstvo. To, čo tieto duše robia v nebi, ja začnem už tu na zemi. Budem oslavovať Boha za jeho nekonečnú dobrotu a budem sa snažiť, aby iné duše poznali a zvelebovali nevysloviteľné a nepochopiteľné Božie milosrdenstvo.



Adorácia Svätá Radosť



Pieseň (počas nej kňaz alebo diakon vyloží Oltárnu sviatosť)

Boh je tak blízko nás... <https://www.youtube.com/watch?v=R4eNHQoS9zI>

Úvod

Drahý Ježišu, pozdravujeme ťa a klaniame sa ti. Veríme, že nás sprevádzaš svojou tichou a milujúcou prítomnosťou v Eucharistii a že si stále s nami. Ty si sa kvôli nám stal živým chlebom pre večný život, daj, nech je Oltárna Sviatosť radosťou nášho srdca. To je ta **pravá radosť**, do ktorej nás pozývaš, ktorú nám ponúkaš, ktorú spôsobuješ v nás ty, Milosrdný Ježiš. Tu si si postavil trón svojho milosrdenstva, aby si potešoval hriešneho človeka a pomáhal mu. Z tvojho otvoreného srdca, ako z čistého prameňa, plynie **potešenie a nekonečná radosť** pre skrúsenú dušu i srdce. Keď hľadím do budúcnosti, zmocňuje sa ma strach, ale načo sa zamýšľať nad budúcnosťou? Pre mňa je drahá len prítomná chvíľa a každá chvíľa prežitá s tebou.

(chvíľa ticha)

Žalm (126, 3) (číta chlapec)

Veľké veci urobil s nami Pán a máme z toho radosť.

Úryvok z denníčka č.159 (číta dievča)

Očisti srdce, údy tela, príbytok nájdí vo mne si,
na svet si milosť rozprestrela, rozsvieť sa vo mne do krásy.
Hostia svätá, údiv neba, skrývaš sa zrakom nehodným,
si v zrnkách prachu, len sa nebáť a s vierou vítať všetky dni.

(chvíľa ticha)

Žalm (43, 4) (číta chlapec)

I pristúpim k Božiemu oltáru,
k Bohu, ktorý ma naplňa radosťou i plesaním,
a citarou ťa Bože, môj Bože, zvelebím.

Pieseň

Pred Tebou... <https://www.youtube.com/watch?v=SL4Qjo4TkOU>

Žalm (100, 2) (číta chlapec)

Jasaj na chválu Pánovi, celá zem,
s radosťou slúžte Pánovi.
S plesaním vstupujte pred jeho tvár.



Úryvok z denníčka č.163 (čítajú viaceré dievčatá)

Milosrdný Ježišu, chcem ťa teraz prosiť spolu so sestrou Faustínou:

Túžim sa celá premeniť na tvoje milosrdenstvo a byť živým obrazom teba, ó, Pane.
Nech táto najväčšia Božia vlastnosť, jeho nepochopiteľné milosrdenstvo,
prejde cez moje srdce a dušu na mojich blízkych.

Pomôž mi, ó, Pane, aby **moje oči** boli milosrdné,
aby som nikdy neupodozrievala a nesúdila podľa vonkajšieho zdania,
ale všimala si to, čo je v dušiach mojich blízkych pekné, a prichádzala im na pomoc.

Pomôž mi, aby **môj sluch** bol milosrdný,
aby som bola vnímavá na potreby svojich blízkych,
aby moje uši neboli ľahostajné voči bolestiam a stonaniu blízkych.

Pomôž mi, Pane, aby **môj jazyk** bol milosrdný,
aby som nikdy nehovorila zle o blízkych,
ale pre každého mala slovo útechy a odpustenia.

Pomôž mi, Pane, aby **moje ruky** boli milosrdné a plné dobrých skutkov,
aby som vedela svojim blízkym robiť len dobre
a sama si vyberala ťažšie, namáhavejšie práce.

Pomôž mi, aby **moje nohy** boli milosrdné,
aby som sa vždy ponáhľala pomáhať blízkym, premáhajúc vlastnú únavu a ustatnosť.
Mojím pravým odpočinkom je služba blízkym.

Pomôž mi, Pane, aby **moje srdce** bolo milosrdné,
aby som vedela spolucítiť s utrpením blízkych. Nikomu neodmietnem svoje srdce.
Budem úprimná aj voči tým, o ktorých viem, že budú zneužívať moju dobrotu
a sama sa ukryjem v najmilosrdnejšom Ježišovom Srdci.
O vlastných utrpeniach budem mlčať.
Nech si tvoje milosrdenstvo odpočinie vo mne, ó, Pane môj.

Sám mi kážeš, aby som sa cvičila v troch stupňoch milosrdenstva;
po prvé: skutok milosrdenstva – akéhokoľvek druhu;
po druhé: milosrdné slovo – ak nebudem môcť skutkom, tak slovom;
tretím je modlitba.

Ak nebudem môcť milosrdenstvo preukázať skutkom ani slovom, vždy môžem modlitbou.
Modlitbou preniknem aj tam, kam sa nemôžem dostať fyzicky.
Ó, Ježišu môj, premeň ma na seba, lebo ty môžeš všetko.

Žalm (119, 14) (číta chlapec)

Keď idem cestou tvojich zákonov,
mám väčšiu radosť ako zo všetkého bohatstva.

Pieseň

Tvoja láska dvíha ma... <https://www.youtube.com/watch?v=J7WJEbR8B98>



Zamyslenie (Denníček 356)

Ježišu, živá Hostia, ty si mi všetkým. S prostotou a láskou, s vierou a dôverou budem prichádzať k tebe, Ježišu. Podelím sa s tebou o všetko ako dieťa s milujúcou matkou – s radosťou i bolesťou – jedným slovom – so všetkým.

Svätá hostia, v ktorej je obsiahnutý testament Božieho milosrdenstva pre nás, a zvlášť pre úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej sa ukrýva telo a krv Pána Ježiša ako dôkaz nekonečného milosrdenstva pre nás, a zvlášť pre úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej je obsiahnutý večný život [z] nekonečného milosrdenstva hojne udeľovaný nám, a zvlášť úbohým hriešnikom.

Svätá hostia, v ktorej je obsiahnuté milosrdenstvo Otca, Syna i Ducha Svätého k nám, a zvlášť k úbohým hriešnikom.

Svätá hostia, v ktorej je obsiahnutá nekonečná cena milosrdenstva, ktorá splatí všetky naše dlhy, a zvlášť dlhy úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej je ukrytý prameň živej vody, prýštiaci z nekonečného milosrdenstva pre nás, a zvlášť pre úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej je ukrytý oheň najčistejšej lásky, ktorý horí v lone večného Otca ako v priepasti nekonečného milosrdenstva pre nás, a zvlášť pre úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej je ukrytý liek na všetky naše choroby, [liek] vyvierajúci z nekonečného milosrdenstva ako z prameňa, pre nás, a zvlášť pre úbohých hriešnikov.

Svätá hostia, v ktorej je obsiahnuté spojenie medzi Bohom a nami skrze nekonečné milosrdenstvo k nám, a zvlášť k úbohým hriešnikom.

Svätá hostia, v ktorej sú ukryté všetky city najsladšieho Ježišovho Srdca k nám, a zvlášť k úbohým hriešnikom.

Pieseň Chválim Ťa, Ježiš <https://www.youtube.com/watch?v=2YVr5mCpJIE>

Záver

Pane Ježišu, ďakujeme ti za **radosť**, vďaka ti za skúsenosť tvojej blízkosti, vďaka za skúsenosť lásky k blížnemu a osobitne ti ďakujeme za každý kríž, ktorý nás učí milovať, ktorý nás učí veriť a dúfať. Pane, dávam ti svoj strach, dávam ti všetko to, čo nečiním celý srdcom, Pane nauč ma milovať, aby som žil život v plnosti a aby som cítil tvoju radosť. Pane, vďaka ti za ticho, vďaka ti, že cez ticho hovoríš k môjmu srdcu. Učín nás tvojimi a pritiahni nás k sebe... Žiznime po tebe Pane, žiznime po tvojom Duchu, po tvojom pohľade, po tvojej **radosti**.

Pieseň Ctime túto sviatosť slávnú

Modlitba pred požehnaním

Pane Ježišu, tajomne ukrytý v tejto vznešenej Oltárnej Sviatosti, do Teba vkladáme celú svoju dôveru. Zapál' naše srdcia ohňom svojho Ducha Svätého a zachovaj v nás lásku a pravú veselosť, aby sme boli poslami tvojej radosti.

Lebo ty žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen.

Pieseň Svätá radosť <https://www.youtube.com/watch?v=AovOxtm38JY>

Pre MILOSRDNÝ ROK pripravila: Sr. Siarda Peticová, sestry premonštrátky