Peter Dufka SJ: Ako sa zbavovať zbytočného strachu

Obávame sa budúcnosti, možnej nezamestnanosti, neschopnosti pokryť všetky finančné náklady spojené s domácnosťou. Obavy môžu prerásť až do úzkosti. Ide o úzkosť z choroby, straty síl, opustenosti, zo zranenia či odmietnutia. Žijeme v spoločnosti, ktorá je bohatšia ako všetky iné v histórii, kde jestvuje celý rad poistiek a zabezpečení proti možným rizikám. No i napriek tomu nemálo ľudí má pocit, že sú obkľúčení vecami, ktorých sa treba báť. Popri reálnych obavách spojených s existenčnými otázkami je nemálo i nereálnych, vykonštruovaných v našej mysli či srdci. *Anselm Grün v jednej zo svojich kníh uvádza 13 druhov strachu, ktoré sužujú dnešného človeka. Medzi nimi je strach z nového, zo zosmiešnenia, zo zranenia, z osamelosti či z neznámej budúcnosti atď.*

Na eliminovanie týchto negatívnych emócií jestvuje nemálo moderných publikácií v oblasti psychológie. My sa však pokúsime siahnuť po diele takmer zabudnutého autora, ktoré výrazne napomáha v tejto oblasti. Ide o *Ascetikón* od Izaiáša z Gazy. Bol to autor žijúci v 5. storočí, ktorý však v oblasti duchovného života zanechal výraznú stopu. Pôvodne pochádzal z Egypta, odkiaľ odišiel do Palestíny a usadil sa v oblasti Gazy. Viacerí autori hovoria o aktuálnosti tohto diela hlavne dnes, kedy sa cíti istá potreba návratu k pôvodnej, originálnej podstate evanjeliového posolstva. Skúsme si v krátkosti všimnúť niekoľko rád, ktoré nájdeme v tomto diele.

1. Nadhľad a odstup

Izaiáš ako prostriedok zbavenia sa obáv či strachu odporúča na prvom mieste nadobudnutie nadhľadu a odstupu od všetkého, čo nás obklopuje. Gréci používali na označenie istého odstupu od vecí i udalostí slovo *apátheia*. Išlo o odstup od okolitého sveta, ktorý nás zbytočne vyrušuje. Izaiáš z Gazy vo svojom diele *Ascetikón* hovorí o odstupe od všetkého, čo zbytočne znepokojuje srdce človeka a čo doň vnáša obavy a strach. Hovorí, že v našom živote sa nevyhneme nedostatkom, zmenám, nepríjemným udalostiam, vzostupom a pádom.

Istý nadhľad či odstup od týchto udalostí nás vnútorne oslobodzuje. Tu ide predovšetkým o slobodu od hnevu, posudzovania, závisti a kritiky. Uvádza tiež prílišné presadzovanie vlastných názorov, neschopnosť prijímať názory iných, lásku k peniazom a k materiálnym veciam.

Pre Izaiáša *apátheia,* neznamená nevšímavosť a necitlivosť voči okoliu, ale obmedzenie vonkajších a vnútorných podnetov, ktoré sa škodlivo alebo zbytočne dotýkajú srdca človeka. Je podmienkou toho, aby sme usmernili pozornosť na nás samotných a posilnili dôveru v Boha.

2. Stabilita

Pod týmto pojmom Izaiáš rozumie stálosť myšlienok a pozornosť voči vnútorným pohybom vo svojej duši. Na dosiahnutie tohto stavu je podľa tohto autora potrebné priľnutie k istému životnému stavu. Izaiáš nekritizuje nestabilnosť v zmysle cestovania a naberania nových poznatkov. Je predovšetkým proti vnútornej nestálosti, ktorá sa premieta do vzťahov voči Bohu i ľuďom. Žijeme totiž v konzumnej spoločnosti, kde množstvo vecí spotrebného charakteru po použití jednoducho vyhodíme. Doba opravovania už skončila.

Tragédia však spočíva v tom, že túto logiku prenášame i do vzťahov s ľuďmi. I tu vyhadzujeme, neprijímame vysvetlenie, neopravujeme, ale končíme. Veď čo, nájdem si nový vzťah, zaznieva neraz po rozchode či nedorozumení.

Naše obavy a strachy eliminuje skúsenosť nezištnej lásky, cez ktorú k nám prebleskuje kúsok neba a pomáha nám zakusovať lásku, ktorú má Boh k nám.

Dielo *Ascetikón* od takmer zabudnutého autora z 5. storočia Izaiáša z Gazy nestráca zo svojej aktuálnosti ani dnes. Upozorňuje na skutočnosti, ktoré všetci intuitívne cítime, že totiž istým odstupom od vecí a stabilitou môžeme eliminovať obavy a strachy, ktoré sa by sa chceli zmocniť nášho srdca.

www.vaticannews.va

Vychádza týždenne k nedeli. Redakčná rada: *veriaci*. Web: **www.rkcvtjuh.sk**. Návrhy čakáme na email: **rkcvranovjuh@gmail.com**; číslo účtu: **SK15 0200 0000 0030 3648 5058**. Príspevok na vydávanie: **0,10 €**

Poverello

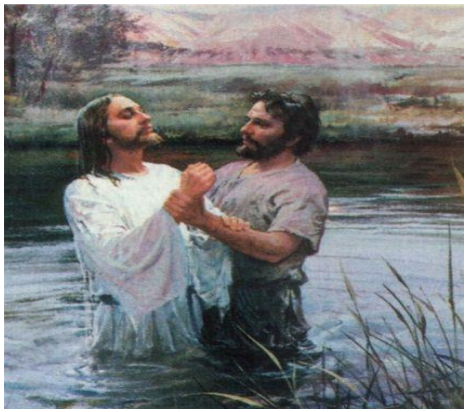
3
2020
XIV. ročník

12. januára 2020

KRST KRISTA PÁNA

Resp.: Pán požehná svoj ľud pokojom.

Známy príbeh, ktorým prešla zrejme väčšina z nás - dojímavé a nezabudnuteľné okamihy, keď sa navždy a nezmazateľne vtlačí pamiatka do duše človeka. Človek prejaví svoju túžbu po večnom živote, Boh pridá talenty viery, nádeje a lásky, rodičia a krstní rodičia sa pred Bohom zaviažu, že budú slovom a príkladom viesť nového kresťana na ceste životom podľa evanjeliových zásad...



Krst, viera, dar…

Všimnime si, že Mesiáš sa nechal pokrstiť na začiatku svojho verejného účinkovania. Pred dvomi tisícročiami zazneli pri Ježišovom krste na brehu Jordánu slová: „Toto je môj milovaný Syn, v ktorom mám zaľúbenie" (Mt 3, 17). Počas celého verejného pôsobenia Krista na Zemi narážame na to, ako sám pripomína a uskutočňuje svoje synovstvo, ktoré je dokonalou súčasťou jeho učenia a zároveň argumentom, ktorým zdôvodňuje svoje konanie. Neustále zaznieva v jeho modlitbách a je mu útočiskom i v rozhodujúcom okamihu na Golgote, kde do Otcových rúk porúča svojho ducha. Koná a žije ako milovaný a milujúci Syn Otca.

Krst je začiatkom, ktorý sa postupne napĺňa a rozvíja do svojej konečnej podoby vo večnej blaženosti. Jeho cieľom je mať možnosť žiť večne s Bohom Stvoriteľom nekonečne milujúcim svoje stvorenie. Obrad krstu preto nevnímajme ako ukončenú epizódu života, lebo nám hrozí, že náš duchovný život obmedzíme iba na prijatie tejto sviatosti. Krst sa tak nestane duchovnou investíciou do rastu človeka, ale zakopaným kapitálom. Zostane mu síce jeho hodnota, ale nebude prínosom.

Podobne ako to vykreslil Ježiš v podobenstve o troch sluhoch, medzi ktorých pán pred odchodom rozdelil na čas svoj majetok. Dvaja ho zveľaďovali a tretí ho zakopal. Sviatosť zrodenia kresťana pre nový život nesie v sebe pečať Božej - Otcovskej milosti, ktorá z nás robí milované Božie dieťa. Je to dar, ktorý sa má neskôr odzrkadliť v našich názoroch a skutkoch.

p. kaplán Patrik

Liturgický program na 1. týždeň v období cez rok

DEŇ	*LITURGICKÝ KALENDÁR*	*ČAS*	*ÚMYSEL*
Po 13.1.	**Sv. Hilára, biskupa a učiteľa Cirkvi – ľub. spomienka** 1 Sam 1,1-8; Ž 116; Mk 1,14-20	6.30	ZBP a Božiu pomoc pre Luciu
		18.00	+ Helena *(1výr.)* a Ján
Ut 14.1.	**Féria** 1Sam 1, 9-20; Ž 1Sam2; Mk 1, 21-28	6.30	+ Ján, Martin, Juraj, Mária
		18.00	ZBP a Božiu pomoc pre Helena
St 15.1.	**Féria** 1Sam 3,1-10.19-20; Ž 40; Mk 1,29-39	6.30	Na úmysel za život
		18.00	ZBP členov BSR
Št 16.1.	**Féria** 1Sam 4, 1-11; Ž 44; Mk 1,40-45	6.30	ZBP a Božiu pomoc pre Marcelu
		18.00	+ Anna a Rudolf
Pi 17.1.	**Sv. Antona, opáta – spomienka** 1Sam 8,4-7.10-22a; Ž 89; Mk 2,1-12	6.30	ZBP Kristína
		18.00	+ Ján, Alžbeta a Milan
So 18.1.	**Panny Márie v sobotu – ľub. spomienka** 1Sam 9,1-4.10b.17-19; Ž 21; Mk 2,13-17	7.00	+ Michal a Mária
		18.00	+ Jozef, Pavlína, Andrej a Helena
Ne 19.1.	**DRUHÁ NEDEĽA V CEZROČNOM OBDOBÍ** Iz 49,3.5-6; Ž 40 1 Kor 1,1-3; Jn 1,29-34	**8.00**	ZBP Tomáš
		9.30	+ Anna
		11.00	ZBP Dávid
		18.30	ZBP Mária a Ján

Filiálky	Po	Ut	St	Št	Pi	So	**Ne**
VT Dlhé					**18.00** ***(od 17.00 adorácia)***		**9.30**
Rod. oblasť							**11.00**

Lektori na budúcu nedeľu, 19. 1. 2020:

Sobota - vigília	**8.00**	**9.30**	**11.00**	**18.30**
Ištok, Ištoková	Smolej, Smolejová	Sztraka, Sztraková	Klapák, Klapáková	Benčo, Sinčáková

Oznamy

1. Na upratovanie kostola k nasledujúcej nedeli prosíme rodiny **Dobranskú, Demetrovú** a **Volovárovú**. Zároveň vyslovujeme vďaku rodinám, ktoré upratovali kostol k dnešnej nedeli.

2. Na potreby kostola darovali bohuznáme 200-€, 100,-€ a 50,-€. Vyslovujeme Pán Boh zaplať.

3. V utorok po večernej sv. omši bude **Biblické stretnutie** na fare.

4. Od 18. do 25. januára bude v Cirkvi **Týždeň modlitieb za jednotu kresťanov.**

5. Nasledujúcu sobotu o 9.30 hod. bude vo farskom kostole ďalšia spoločná **katechéza rodičov pred 1. sv. prijímaním ich detí**. Účasť rodičov na týchto stretnutiach je dôležitá.

6. Na budúcu nedeľu bude vo všetkých kostoloch našej arcidiecézy **zbierka na pomoc pastorácie mládeže v UPC resp. v ACM.** Pán Boh zaplať vopred za všetky dary na tento cieľ.

7. Do pozornosti predovšetkým birmovancom, ako aj ich blízkym dávame informáciu, že **sv. birmovania** sa bude v našej farnosti v tomto roku vysluhovať **dňa 13. júna (sobota) o 11.00 hod. Zároveň prosíme všetkých birmovancov, ktorí pôjdu v júni na birmovku** (2. ročník prípravy), aby prišli v piatok na sv. omšu a po nej zostali v kostole na krátke stretnutie.
Účasť všetkých birmovancov v piatok je nevyhnutná!

Svätý Anton, opát

Pôvod mena z latinčiny: Antonius – meno významného rímskeho šľachtického rodu. Anton sa narodil okolo r. 250 bohatým kresťanským rodičom v Kóme v Hornom Egypte. Rodičia veľmi skoro zomreli. Zanechali mu veľa peňazí, majetku a osirelú sestru. Keď mal asi dvadsať rokov, počul pri nedeľnej bohoslužbe slová : „ Ak chceš byť dokonalý, choď, predaj, čo máš, rozdaj chudobným a budeš mať poklad v nebi. Potom príď a nasleduj ma!“

Anton sa zbavil väčšiny majetku, zvyšok predal, aby mohol dať peniaze chudobným. Odišiel na púšť, kde žil v prísnej askéze. Čas trávil čítaním, modlitbou, záhradkárstvom a pletením rohoží. Žil asketickým životom, ale keď sa o ňom rozšírila zvesť a prichádzalo za ním čoraz viac ľudí, ušiel pred nimi ešte viac do púšte. Zo svojej samoty odišiel iba dva razy. V r. 311, aby zorganizoval pomoc prenasledovaným kresťanom v Alexandrii, v r. 355, keď na žiadosť alexandrijského biskupa Atanáza išiel brániť pravú vieru proti bludárom ariánom. V púšti vytvoril prvú pustovnícku obec.

Cisári Konštanc a Konštancius ho v listoch, napriek tomu, že inklinovali k arianizmu, prosili o jeho modlitby, čo svedčí o veľkej vážnosti už u súčasníkov. V ikonografii je zobrazený ako starec s palicou a knihou, inokedy nesie ako berlu „kríž sv. Antona“.

Lucia Horná