

A red-tinted portrait of a man, likely Jan Havlíček, is shown on the left side of the page. The portrait is partially obscured by the text. The background of the entire page is white.

NEZLOMNÝ

katechézy pre mladých
o živote Jána Havlíka

NEZLOMNÝ

katechézy pre mladých
o živote Jána Havlíka

Autori

Pavol Danko
Michal Židek
Peter Sabo
Juraj Švec
Anna Remenárová
Veronika Zodlová
Ivana Danková
Sr. Caritas Katarína Kováčová, OSF
Zuzana Venglíková

Grafická úprava

Andrej Kmeťo
Erika Kohútová
Pavol Danko

Jazyková úprava

Zuzana Vandáková

Imprimi potest

P. ThLic. Tomáš Brezáni, CM
provinciálny predstavený Misijnej spoločnosti sv. Vincenta de Paul
Bratislava 24. 04. 2024, č. 66/2024

Február – apríl 2024

Inšpiráciou na vznik tohto diela bol súbor 12 katechéz
o Božom služobníkovi Jankovi Havlíkovi zo Združenia mariánskej mládeže.

www.zmm.sk

www.janhavlik.sk

INTRO

Začali ste čítať materiály určené pre kňazov, rehoľníkov, katechéto, animátorov a všetkých, ktorí žijú pre mladých a vidia v nich potenciál a nádej. Tieto katechézy vznikli s túžbou, aby sa čím viac mladých duší dozvedelo o vzácnom poklade slovenskej Cirkvi – o novom blahoslavenom Jánovi Havlíkovi.

Všetko, čo nájdete na nasledujúcich stranách, sa dá použiť na hodinách náboženstva, na strestkách, letných táboroch či pri príprave na prijatie sviatosti birmovania. Štyri katechézy mapujú život Jána Havlíka od mladosti po jeho smrť. Majú symbolické názvy vyjadrujúce stav jeho duše – **Iskra povolania, Oheň vytrvalosti, Tma neslobody a Hmla pochybností**.

Každá zo štyroch katechéz obsahuje 6 častí:



Najdôležitejšie „ohnivká“ životnej reťaze Jána Havlíka, zasadené do historických udalostí Československa a ťažkého obdobia prenasledovania Cirkvi.



Myšlienky a povzbudenia pápeža Františka, ktoré podčiarkujú témy jednotlivých katechéz a ponúkajú jeho nezameniteľný pohľad pre mladých.



Otázky do duše – vhodné na začiatok stretnutí s mladými. Vymedzujú oblasti, o ktorých hovoria jednotlivé katechézy, a uvádzajú konkrétne aktivity.



Aktivity – tvorivé nápady s podrobným didaktickým postupom písaným pre učiteľa, animátora či vedúceho stretnutia. Jednoduché na realizáciu, no s hlbokým ponorom do duše.



Konkrétne výzvy – niekoľko konkrétnych nápadov, ktoré môžu jednotlivci, ale aj celé spoločenstvá urobiť ako odpoveď na jednotlivé katechézy.



Modlitby – známe modlitby v novom šate, vhodné na spoločnú modlitbu, inšpirované životom a denníkom Jána Havlíka.

Veľmi vám prajeme, aby ste sa spolu s mladými nadchli príkladom mladého muža, ktorého nám Cirkev predkladá ako mučeníka vernosti, ako usmievavého, nezlokného kresťana, milujúceho do poslednej chvíle svojho života.

Nás jeho životný príbeh zasiahol natoľko, že sme si ho nemohli nechať pre seba...

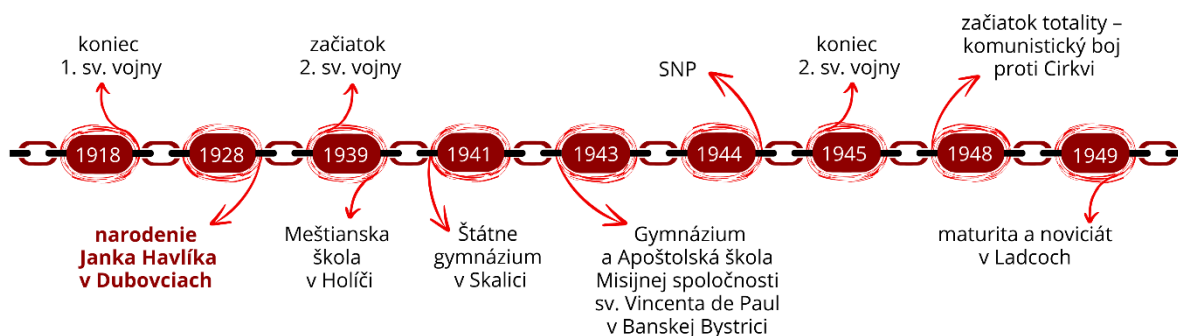
Za tím autorov
Pavol Danko
30. apríla 2024





ISKRA POVOLANIA

Svet sa už 10 rokov spamätáva z 1. svetovej vojny, Slovensko patrí do Československa. V Európe vládne hospodárska kríza a chudoba. Ľudstvo sa odvracia od kresťanských hodnôt, ktoré boli pred vojnou pre väčšinu samozrejmosťou.



- **Dvanásteho februára 1928 v dedine Vlčkovany (dnes Dubovce)** prichádza na svet Janko Havlík ako prvorodený zo štyroch detí. Rodičia Karol a Justína Havlíkovci žijú so starými rodičmi a s Jankovou tetou Angelou. Vytvárajú rodinu síce chudobnú, ale naplnenú láskou a spoločnou modlitbou.
- Ako 11-ročný začína študovať na **Meštianskej škole v Holíči**. Šestnásťkilometrovú vzdialenosť z domu do školy prekonáva denne pešo v otcových čižmách a dlhom kabáte. Janko je veľmi bystrý, vytrvalý a cieľavedomý... Ale aj pekný huncút. ☺ Ako sa rýchlo učí to správne a dobré, tak sa rýchlo učí aj to, čo by nemal. Mama ho neraz musí napomínať...
- V 2. ročníku meštianskej školy je prijatý na **Masarykovo štátne gymnázium v Skalici**. Učí sa katechizmus, latinčinu, francúzštinu a nemčinu. Samostatná Slovenská republika sa vzmáha, ale aj zápasí so zatiaľ tichou nacistickou totalitnou mocou. Svet dusí 2. svetová vojna, tisíce Židov sú deportované, iní sa skrývajú a utekajú.
- Janko chce bojovať o duše, chce ich pritiahnúť ku Kristovi a priblížiť sa im. Sníva o rehoľnom a misionárskom povolaní. Vníma to aj Jankova teta Angela, rehoľným menom sr. Modesta, DKL. Pôsobila v Nitre ako učiteľka a Janko ju počas svojho štúdia často navštevoval.
- V školskom roku 1943/1944 nastupuje do **Gymnázia Andreja Sládkoviča v Banskej Bystrici**, kde sa stáva zverencom **Apoštolskej školy Misijnej spoločnosti sv. Vincenta de Paul**. Vincentská rodina sa stáva jeho druhým domovom a spoločenstvom slúžiacim na miestach fyzickej i duchovnej biedy. Apoštolská škola formuje chlapcov na ich budúce povolanie ako malý seminár. Nie je v nej núdza o chlieb ani o kaplnku s Ježišom v eucharistickom chlebe, kde Janko trávi stále viac času.
- V Banskej Bystrici sa 29. augusta 1944 začína **Slovenské národné povstanie**. Keď sa politická situácia ako tak upokojí, Janko pokračuje v štúdiu spolu so svojim rodným bratom Antonom. Okrem štúdia a modlitby radi trávia čas v prírode, pri hre volejbalu či na korčuliach.

- Pretrvávajúce boje medzi partizánmi a nemeckou armádou po SNP ukončí príchod sovietskych vojsk na jar 1945. Vzniká **Československá republika**, ktorá čoraz väčšmi sympatizuje so ZSSR. V tzv. „**vítanom februári**“ 1948 preberajú moc na Slovensku komunisti, ktorí veľmi radikálne presadzujú ateizmus. Aj preto Janko zmaturuje až po šiestich rokoch štúdia v máji 1949. Po maturite zažíva požehnaný čas **noviciátu v Ladcoch**.



POVZBUDENIA PÁPEŽA FRANTIŠKA

„Do rodiny patria rodičia, starí rodičia aj deti. Nik nie je vylúčený. Ak má jeden ťažkosť, aj keď vážnu, hoci si ‚o ňu koledoval‘, ostatní mu pomôžu, podržia ho; jeho bolesť je bolesťou všetkých.“

(Fratelli tutti 230)

- „Nesmieme si myslieť, že Ježiš ako dospelávajúci bol samotárom alebo mladým človekom, ktorý myslí na seba. Jeho vzťah s ľuďmi bol vzťahom mladého človeka, ktorý sa naplno podieľa na živote rodiny zaradenej do života na dedine. Od otca sa naučil pracovať a potom ho nahradil ako tesár.“
(Christus vivit 28)
- „Aby láska prinášala ovocie, nezabudnite na korene. A aké sú vaše korene? Rodičia a najmä starí rodičia. Dávajte pozor, áno, starí rodičia. Oni vám pripravili pôdu. Polievajte korene, choďte k starým rodičom, urobí vám to dobre: položte im otázky, nájdite si čas, aby ste si vypočuli ich príbehy. Dnes je nebezpečenstvo rásť vykokorený, pretože máme sklom bežať, robiť všetko narýchlo: to, čo vidíme na internete, nám môže okamžite prísť domov, stačí jeden klik a na obrazovke sa hneď zobrazia osoby a veci. A potom sa stane, že sa nám stanú známejšími ako tváre, ktoré nám darovali život. Plní virtuálnych správ riskujeme, že stratíme svoje skutočné korene. Odpojiť sa od života, fantazírovať v prázdne nie je dobré, je to pokušenie od zlého. Boh nás chce mať pevne zasadených na zemi, spojených so životom; nikdy nie uzavretých, ale vždy otvorených pre všetkých! Zakorenení a otvorení. Rozumiete? Zakorenení a otvorení.“ *(príhovor mladým v Košiciach 14. septembra 2021)*
- „Každý svojou cestou,‘ hovorí koncil. Takže netreba stratiť odvahu, keď človek hľadá na vzory svätosti, ktoré sa mu zdajú nedosiadnuteľné. Existujú svedectvá, ktoré sú užitočné, aby nás stimulovali a motivovali, ale nie preto, aby sme sa ich snažili kopírovať, pretože to by nás mohlo vzdialiť od jedinečnej a vlastnej cesty, ktorú má Pán pre nás. Dôležité je, aby každý veriaci objavil svoju vlastnú cestu a dostal zo seba to najlepšie; to osobné, čo doňho Boh vložil (porov. 1 Kor 12, 7), a nevyčerpáva sa v snahe napodobňovať niečo, čo nebolo zamýšľané preňho.“ *(Gaudete et exsultate 22)*



OTÁZKY DO DUŠE & DO DISKUSIE

- Ako silno si pripútaný na hmotné veci – napr. drahé oblečenie, mobil, auto, peniaze...?
- Vyhadzuješ jedlo? Snažíš sa recyklovať? Vážiš si tento svet?
- Ktorá osoba je pre teba v živote najväčším vzorom? V čom ťa najviac inšpirovala alebo ovplyvnila?
- Máš nejakého obľúbeného svätého?
- Máš nejakého konkrétneho duchovného sprievodcu, stáleho spovedníka?
- Chcel by si mať takého človeka? V čom ti môže pomôcť?
- S akou skupinou ľudí si zažil najkrajšie chvíle vo svojom živote?
- Aké zážitky to boli?
- V čom spočíva dôležitosť spoločenstva?



AKTIVITY

Pomôcky: farebné perá alebo fixky, papiere, veľké čížmy, dlhý starý kabát (akékoľvek dlhé a veľké oblečenie – hlavne aby sa v ňom zle pohybovalo ☺), ťažké vreco/vedro naplnené kameňmi.

ŠTART

- Vysvetli účastníkom, že keď Boh vedie človeka k svätosti, nejde proti jeho vlastnostiam ani ho nevytrháva z domáceho prostredia, ale vedie ho k dokonalosti tam, kde je. Janko bol celým srdcom Záhorák a syn chudobných Havlíkovcov. Pri každodennej ceste do Holíča nosil veľký kabát a otcove čížmy, pretože na iné vtedy nebolo...
- Rozdeľ účastníkov do dvoch skupín. V priestore vyznač štart a miesta, kde sa budú účastníci pri štafetovom behu otáčať (napr. stolička).
- Pokiaľ zoženieš veľkú obuv a oblečenie pre obe skupiny, môžete beh oboch skupín uskutočniť naraz. Každá skupina má svoj štart aj miesto otočenia. V opačnom prípade ti stačí jedna trasa, najskôr zmeraj čas jednej skupine, potom druhej.
- Ide o klasický štafetový beh – účastník, ktorý bude utekať, drží v ruke ťažké vreco/vedro a musí mať oblečené čížmy aj kabát. Oblieka sa pred štartovacou čiarou, uteká okolo miesta otočenia a vracia sa späť na štart. Tam odovzdá čížmy aj kabát ďalšiemu účastníkovi... Rýchlejšia skupina vyhráva.

ČIARA ŽIVOTA

- Rozdaj účastníkom čisté papiere A4. Položte si ich pred seba na šírku a do stredu si nakreslite časovú os – jednoduchú čiaru cez celý papier. Vyzvi ich, aby si jej ľavý koniec označili dátumom svojho narodenia a nejakým symbolom pre začiatok ich životnej cesty.
- Vysvetli im, aby si do svojej osi zaznačovali udalosti, ktoré im budeš postupne diktovať. Stačí, ak si zaznačia rok a dopíšu/dokreslia si k označenému bodu nejaké výstižné slovo/obrázok. Daj im k dispozícii farebné perá alebo fixky a vyzvi ich k čo najväčšej tvorivosti.
- Do časovej osi si zaznačte rovnakou farbou tieto alebo podobné údaje:
 - kedy som začal chodiť na základnú a strednú školu;
 - kedy som začal hrať na hudobnom nástroji;
 - kedy som prvýkrát letel lietadlom;
 - kedy som prvýkrát pil alkohol;
 - kedy som dostal prvý mobil;
 - ... (pokojne si vymysli ďalšie bežné aj úsmevné životné udalosti).
- Vyzvi účastníkov, aby na ďalšie záznamy do časovej osi použili inú farbu:
 - moja prvá láska;
 - 3 nezabudnuteľné krásne zážitky (dovolenka, prijatie sviatostí, darček...).
- Opäť zmeňte farbu pera/fixky a pokračujte v zapĺňaní časovej osi:
 - 3 smutné a ťažké okamihy (úraz, zrada, strata blízkeho človeka...).
- Opäť zmeňte farbu pera. Vyzvi účastníkov, aby do svojej osi zaznačili body, keď do ich života vstúpil niekto dôležitý – niekto, kto ich ovplyvnil, inšpiroval, zmenil „zabehnuté chodníčky“ – dobrým alebo zlým spôsobom. No nakoniec z tej skúsenosti vyšli silnejší... Vysvetli im, že v živote Janka Havlíka to bola jeho teta – rehoľná sestra Modesta. Cez ňu Boh u Janka zapálil iskru povolania. Začal snívať o misijnom a kňazskom povolaní.
- Na záver vyzvi účastníkov, aby na svojej časovej osi zvýraznili miesta, keď sa ich dotkol Boh, keď zažili jeho zásah v živote, keď sa im cez niekoho alebo niečo prihovril. Dôležité je, aby si zapísali aj súvislosti – napr. modlitba na Svetových dňoch mládeže alebo kľúčová spoveď či dôležitý rozhovor...

ISKRA

- Nechaj účastníkom čas, aby si v tichu prezreli svoje časové osi. Ich poslednou úlohou bude nakresliť do časovej osi „iskry“ – teda označiť momenty, keď sa v ich životoch niečo nové alebo dôležité „zapálilo“. Ak to okolnosti a zloženie účastníkov umožnia, podelte sa o týchto cenných životných udalostiach.
- Môžeš si pomôcť otázkami:
 - Prečo si si vybral práve túto udalosť?
 - Ovplyvnila ťa pozitívne alebo negatívne?
 - Si za túto skúsenosť vďačný?
 - Čo ti priniesla do tvojho života: uvedomil si si niečo dôležité?
 - Myslíš si, že aj zo zlých skúseností môže človek toho veľa pochopiť a Boh to vie pretvoriť na dobro?
 - Čo ti zmenilo život? Bola to osoba, vec alebo situácia?
 - Kedy sa ťa dotkol Boh?
 - Kde alebo cez koho sa ti prihovril?



KONKRÉTNE VÝZVY & PREDSAVZATIA

- Zájdem do školy pešo alebo na bicykli namiesto auta alebo MHD.
- Kúpim si lacnejšie oblečenie ako zvyčajne a zvyšné peniaze využijem na pomoc blíznym.
- Skúsím doma vybrať nejaký kus svojho obľúbeného oblečenia (tričko, mikinu, sukňu, sveter, košeľu...) a darujem ho niekomu zo svojho spoločenstva alebo niekomu, na kom mi záleží, alebo ho pošlem charitatívnym organizáciám.
- Zamyslím sa, kto ma v živote inšpiroval/pomohol mi, a pôjdem sa mu osobne poďakovať.
- Nájdem si informácie o svätcovi, ktorý je mojím patrónom alebo je pre mňa vzorom.
- Navštívim so stretkom, s rodičmi alebo priateľmi mariánske pútnické miesto.
- Zistím, kde v okolí sa nachádza mariánska kaplnka, a so spoločenstvom ju navštívime a upravíme jej okolie.
- Pomodlím sa ruženec alebo inú mariánsku modlitbu za niekoho, s kým mám náročný vzťah (sme pohádaní, ublížil mi a pod.).



MODLITBA

V živote Jána Havlíka mala veľmi dôležité miesto **Ježišova matka Mária**. Bola jeho spoločníčkou od detstva až po väzenskú celu. U Janka doma bola uctievaná tvár svätej Matky Božej na starom rodinnom obraze. Spoločne sa modlili *Loretánske litánie* alebo ruženec – ten sa Janko modlieval aj cestou do školy. Často chodil na púť do Šaštína a veľmi rád spieval mariánske piesne. Vďaka krásnemu a hlbokému vzťahu s Máriou sa neskôr väzenie aj nemocničná cela premenili na kaplnku, v ktorej sa diali malé zázraky, po ktorých Janko tak veľmi túžil – aby si Ježiš urobil príbytok aj v srdciach spoluväzňov.

Mariánska úcta je v očiach mladých často spojená s niečím starým, sladkým alebo naivným. Veľakrát je to preto, lebo mladým chýba zdravý príklad a osobný vzťah k Márii. *Loretánske litánie* sú skvelou možnosťou, ako to zmeniť...

Názov nesú podľa prvého známeho miesta ich vzniku, svätyne Panny Márie v talianskom Lorete. Pápež Sixtus V. ich schválil v roku 1587. Ich znenie bolo viackrát rozširované a menené, naposledy pápežom Františkom v roku 2020. Vďaka jazyku bohatému na obrazy a symboly majú veľmi poetický charakter. Mária je oslovovaná pomenovaniami, ktoré vyjadrujú jej svätosť („kráľovná anjelov – kráľovná apoštolov – kráľovná mučeníkov“), jej úlohu v dejinách spásy („svätá Mária, Matka Božia – svätá Panna – matka Cirkvi“), jej význam („uzdravenie chorých – útočisko hriešnikov – útecha trpiacich“) alebo sú biblickými obrazmi („zrkadlo spravodlivosti – veža zo slonoviny – archa Božej zmluvy“). Každé zvolanie je spojené s prosbou o Máriin príhovor u Boha.

- Rozdaj mladým text *Loretánskych litánií* alebo ho premietni na stenu. Nechaj im čas, aby si spomedzi invokácií vybrali najkrajšie, najdivnejšie, osobne blízke, nepochopiteľné... Potom sa spoločne o všetkom zdieľajte. Pýtaj sa mladých, ako vnímajú jednotlivé invokácie, ako im rozumejú... Spoločne pátrajte po histórii tejto modlitby. Môžeš doniesť veľmi starú a najnovšiu modlitebnú knižku, aby ste porovnali, ktoré invokácie sa zmenili alebo pribudli.
- Existujú mnohé publikácie, ktoré rozoberajú jednotlivé invokácie litánií. Môžeš sa inšpirovať aj nimi...
- Po diskusii navod' modlitbovú atmosféru a pozvi účastníkov do spoločnej modlitby *Loretánskych litánií*. Môžeš citlivo použiť aj výzdobu (umelecké dielo znázorňujúce Máriu, kvety, sviece...) a nevtieravú hudbu. Po modlitbe sa môžeš k diskusii znova vrátiť a pýtať sa, ktoré invokácie sa ich teraz dotýkali najviac...
- Do najbližšieho stretka si môže každý účastník vybrať jednu invokáciu, ktorú výtvarne spracuje – napr. formou koláže, maľby, grafiky, 3D umenia... Môžete si dohodnúť rovnaký formát (napr. veľkosť A3 alebo atypický rozmer) a diela potom vystaviť vo farnosti/škole. Môže z toho vzniknúť krásna duchovná výstava, ktorá podnieti nový záujem o túto modlitbu aj u ďalších...

V Jankovom denníku ostali aj krásne myšlienky venované Márii. Môžeš ich použiť pri odkrývaní tajomstiev *Loretánskych litánií* alebo pri modlitbe...

Potešenie zarmútených

Kresťan by fakticky nikdy nemal byť smutný.

Človek je však slabý.

Ku komu ísť? Kde hľadať pomoc? Kto pochopí?

Matka!

Pri nej vyschne prúd slz, pri nej sa uľaví.

Pani moja, Matka moja. Žalujem na seba!

Ak ťa poprosím o vyprosenie a zadováženie milosti

byť stále lepším a lepším – neodriekneš?

Ak ťa poprosím o vyprosenie čím skôr sa dostať do večnej radosti,

nie z titulu utiecť z bolestivého údolia, ale z titulu

večného velebenia Najvyššieho, z titulu večnej lásky – odprieš?

Fiat mihi voluntas tua – Staň sa mi vôľa tvoja.

Bez teba, Matka, je mi ťažko, smutne mi je...

Slzy radosti v Ježišovej prítomnosti.

Celý svet mi je ničím, ak ťa mám v srdci, Pane!

Preblahoslavená Panna, Matka, keď vieš tak potešiť,

daj mi – nerozkazujem, prosím – dar usmievať sa aj cez slzy, dar trpieť s láskou...

Denne sa obetovať s ochotou a byť ochotným na všetko,

čo dobrotivý Pán chce so mnou urobiť.

Uvedom si, že nikdy nie si sám!

Pomocnica kresťanov

„Hľa, Syn tvoj... Hľa, Matka tvoja...“

Pán Ježiš sa o nás postaral. Dal svetu Matku.

Keď sa stará o núdzne, chorľavé, hriešne deti,

či sa o to viac nepostará o verné deti?

Pomáha, aj keď jej pomoc nezaznamenávame.

Čo si prosieť?

Svätosť.

Dokonalosť.

Obetavosť.

Lásku k utrpeniu.

Lásku k Pánovi.

A spokojnosť s tým, čo sa so mnou deje.

Nereptať, nesťažovať si.

Veselého darcu miluje Pán!

Uvedomenie si toho, že sme stvorení k večnému šťastiu a nie k záhube.

Využiť každú príležitosť k svätosti!

Čo dám za všetky tie dary?

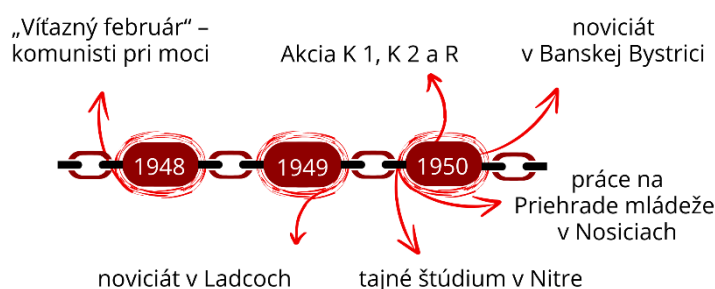






OHEŇ VYTRVALOSTI

Ideológia, ktorá je vo svojej podstate protináboženská, sa čoraz viac šíri. **Komunistická strana Československa (KSČ)** označuje Cirkev za „ópium ľudstva“ a „základňu protištátnej činnosti riadenej Vatikánom“. Cirkev sa stáva triednym nepriateľom číslo jeden a KSČ chce „oslobodiť“ školstvo od vplyvu Cirkvi. Množstvo rehoľných učiteľov je prepustených, teologické fakulty na Slovensku sú spojené do štátnej Teologickej fakulty v Bratislave – tzv. Generálny seminár – pod štátnym dozorom.



- **Akcie K1, K2 – likvidácia kláštorov a rehoľníkov.** Svojím výzorom a obetavou činnosťou sú totiž najžiarivejšími vzormi života podľa Kristovho evanjelia. **Akcia K1** (noc z 13. na 14. apríla 1950) a **akcia K2** (noc z 3. na 4. mája 1950) – Štátna bezpečnosť (ŠtB), polícia a armáda vtrháva do mužských kláštorov na Slovensku. Kňazov a rehoľných bratov v pripravených autobusoch vyvážajú do sústreďovacích táborov, kde ich čakajú výsluchy spojené s brutálnym mučením, neskôr vykonštruované procesy a odsúdenie na dlhé roky väzenia v pracovných táboroch.
- **Akcia R (29. august 1950) – likvidácia ženských rehoľí.** Tisíccky sestier budú dlhé roky pracovať vo fabrikách alebo v poľnohospodárstve. Dočasne zostávajú iba rehoľníčky v nemocniciach, pretože za ne režim nemá náhradu.
- Akcia K2 sa týka aj 22-ročného Janka. Proti zúrivosti reaguje tichom a bezpochyby aj vnútornou modlitbou. Z Banskej Bystrice je prevezený do **Nosíc neďaleko Púchova**, kde spolu s ďalšími 460 mladými seminaristami tvrdo pracuje na stavbe vodnej priehrady. Ani v najmenšom nepoľavuje vo svojej pracovitosti. Naopak, s úsmevom na tvári pracuje aj za iných a snaží sa dokázať, že ich úmyslom nie je rozvracať štát (ako ich nespravodlivo obvinili), ale obetavo pracovať pre spoločnosť, najmä pre Krista. Vstávajú o štvrtej hodine ráno. Tajné tiché sväté omše im dodávajú odvahu a dôveru. Potom kľučujú a betónujú... Ich heslom je: „**Ukážme im, že vieme pracovať. Nie sme nejakí cukroví panáčikovia...**“
- Po troch mesiacoch sú všetci **prepustení do civilného života**. Generálny seminár odmietajú, lebo vedia, že tam vychovávajú „pro-komunistických“ kňazov. Študovať teológiu iným spôsobom je prísne zakázané. Janko sa vracia domov do Vlčkovian. Nedokáže však odolať Pánovmu hlasu...

- Janko s bratom Tonkom cestuje do **Nitry za tetou Angelou** (sr. Modestou, DKL). Krátko po ich príchode je však transportovaná do koncentračného tábora v Ladcoch. Chlapcov sa ujímajú sestry vincentky pracujúce v nemocnici a starajú sa o nich ako o vlastných synov. Janko túži pokračovať v ďalšej formácii v skrytosti. Aby mal z čoho žiť, zamestná sa ako účtovník v nábytkárskom podniku.



POVZBUDENIA PÁPEŽA FRANTIŠKA

„Prácou človek nielen pretvára prírodu, prispôsobujúc ju svojim potrebám, ale sa aj realizuje ako človek, ba v istom zmysle **„sa stáva viac človekom“**.“ (*Laborem exercens 9*)

- „Príliš často sme podmienení banálnymi a menlivými životnými modelmi, ktoré nás podnecujú ísť za lacným úspechom, znevažujú obeť a vstúpajú myšlienku, že štúdium nie je užitočné, ak neprináša okamžité konkrétne výsledky. Nie, štúdium je na to, aby sme si kládli otázky, aby sme sa nedali uspať banálnosťou, aby sme hľadali zmysel života. Musíme si nárokovať právo neumožniť, aby odlákali našu pozornosť sirény, ktoré dnes odvádzajú ľudí od takéhoto hľadania.“ (*Christus vivit 223*)
- „Pozývam mladých, aby nečakali, že budú žiť bez práce, v závislosti od pomoci iných. Toto nie je v poriadku, pretože práca je nevyhnutnosť, je súčasťou zmyslu života na tejto zemi, cestou dozrievania, ľudského rozvoja a osobnej realizácie. V tomto zmysle musí byť peňažná pomoc chudobným vždy len provizórnym prostriedkom na riešenie naliehavých situácií.“ (*Christus vivit 269*)
- „Nie je zdravé milovať ticho a vyhýbať sa stretnutiu s druhým, túžiť po odpočinku a odmietajú aktivitu, hľadať modlitbu a podceňovať službu. Všetko môže byť prijaté a integrované ako časť vlastnej existencie na tomto svete a patrí do cesty posvätenia. Sme povolani žiť kontempláciu aj prostredníctvom akcie a posväcujeme sa v zodpovednom a štedrom vykonávaní vlastného poslania.“ (*Gaudete et exsultate 26*)



OTÁZKY DO DUŠE & DO DISKUSIE

- Aké povinnosti máš teraz vo svojom živote?
- Ktoré povinnosti si plníš tak, ako by si chcel/mal, a ktoré nie?
- Nezameriavaš sa na plnenie vlastných túžob bez myslenia na druhých?

- Tešíš sa do školy?
- Aké pozitíva školy by si vedel povedať?
- Nestážižeš sa neustále na zbytočnosť školy, písomiek a skúšania?
- Robil si si niekedy plán svojich cieľov, ktoré by si chcel v živote dosiahnuť?
- Ako to dopadlo, uskutočnil si ho?
- V akých oblastiach svojho života vnímaš, že potrebuješ zlepšenie?

- Čo pre teba znamená vytrvalosť a zodpovednosť?
- Máš vo svojom okolí osoby, ktoré sú ti vzorom vo vytrvalosti a zodpovednosti?
- Ktorý tvoj talent alebo schopnosť môže byť darom pre svet?
- Dokážeš prepojiť svoj každodenný život s modlitbou alebo je Boh v tvojom živote tak trochu na poslednom mieste?



AKTIVITY

Pomôcky: kancelárske spinky, niť, väčšia nádoba s vodou – ideálne priehľadná alebo lavór či hrniec.

ŠTART

- Polož pred účastníkov väčšiu nádobu s čistou studenou vodou. Najlepšia by bola priehľadná nádoba, napr. akvárium, ale poslúži aj veľký lavór alebo veľký hrniec. Povrchové napätie vody umožňuje napr. hmyzu „kráčať“ po vode. A pri veľkej trpezlivosti a vytrvalosti sa dá na hladinu položiť aj kovový predmet. Ak zoženieš klasickú žiletku, môžeš to názorne demonštrovať. Tvoje prsty aj žiletka musia byť suché...
- Rozdaj účastníkom kovové kancelárske spinky a vyzvi ich, aby sa každý sám pokúsil položiť svoju spinku na vodnú hladinu. Je to náročné, ale dá sa to! Účastníci môžu použiť aj akékoľvek pomôcky... Jedna z možností, ako sa to určite dá, je použitie tenkej nite na šitie. Spinku treba vodorovne s vodnou hladinou vložiť do dvoch nití a pomaly spúšťať na hladinu, ako keď sa rakva vkladá do jamy použitím dvoch lán. Hneď ako sa spinka dotkne vody, treba už len jemne pustiť nitky a opatrne ich spod spinky vytiahnuť preč.
- Najtrpezlivejších a najvytrvalejších účastníkov môžeš symbolicky odmeniť. 😊

PRIEHRADA VYTRVALOSTI

- Vysvetli účastníkom, že Janko mal svoj jasný cieľ – stať sa kňazom a misionárom. Bol zodpovedný a vytrvalý v učení, modlitbe aj v skutkoch lásky. Keď ho pri „Akcii K“ odviekli z kláštora na nútené práce pri stavbe vodnej priehrady, ostal vytrvalý a pracovitý aj v týchto drsných podmienkach.
- Nádoba, ktorú máme pred sebou, nám môže pripomínať veľkú Nosickú priehradu, na stavbe ktorej pracoval aj Janko. Rozdaj účastníkom ďalšie kovové spinky alebo daj škatuľku so spinkami k nádobe s vodou, aby bola dostupná pre všetkých.
- Nahlas čítaj tvrdenia a nechaj dostatok času na reflexiu účastníkov. Ak usúdia, že v danej oblasti sú vytrvalí – navonok nič neurobia, spinku si naďalej držia v ruke. Ak usúdia, že sú v danej oblasti málo vytrvalí alebo leniví – hodia spinku do vody. Za každú „nevytrvalosť“ potopia vo vode vždy ďalšiu spinku. Môžu tak vzniknúť aj úsmevné okamihy, keď sa ukáže, kto je v čom vytrvalý alebo lenivý, resp. v čom sú „kolektívne leniví“. ☺
- Zváž, či je táto aktivita vhodná pre účastníkov ako verejná. Nie každý je pripravený priznať svoje slabosti pred ostatnými. Môžeš sa ich na to vopred spýtať, prípadne môžeš aktivitu uskutočniť ako „súkromnú“. V tom prípade rozdaj každému účastníkovi spinku a pohár s vodou ako ich súkromnú „priehradu“. Bolo by vhodné, aby si šiel príkladom a aktivitu hral spolu s účastníkmi.
 - Som vytrvalý v rannej modlitbe.
 - Som vytrvalý v príprave do školy a školských domácich úlohách.
 - Som vytrvalý pri úlohách a práci, ktorými ma poverili rodičia.
 - Som vytrvalý, ak si odopriem sladké alebo iné jedlo či nápoj.
 - Som vytrvalý, ak si odopriem mobil a prístup na sociálne siete.
 - Som vytrvalý v cvičení alebo v športe, ktorému sa venujem.
 - Som vytrvalý v hre na hudobný nástroj alebo inej aktivite, ktorej sa venujem vo voľnom čase.
 - Som vytrvalý vo vzťahoch.
- Je dosť pravdepodobné, že po skončení aktivity bude v nádobe potopených veľa spiniak. ☺ Povzbud' účastníkov, že vytrvalými a zodpovednými sa stávame postupne a celý život. Dôležité je každodenné rozhodnutie a neustále začínane od začiatku.

REŤAZ

- Opäť môžeš čítať jednotlivé tvrdenia, ale vo forme vyjadrujúcej túžby. Napr.
 - Túžim byť vytrvalejší v rannej modlitbe...
 - Túžim byť vytrvalejší v príprave do školy...
 - ...
- Vyzvi účastníkov, aby si pri čítaní postupne lovili z vody potopené spinky a spojili si ich do reťazky, ktorá im bude pripomínať, v čom sa chcú zlepšiť a byť vytrvalejší. Môžu si ju dať na viditeľné miesto alebo nosiť ju so sebou, aby mali svoje predsavzatie stále „na očiach“.
- Reťaz je symbolom väzenia, neslobody, ale aj znakom pevnosti a vytrvalosti. Aj preto je ústredným symbolom v logu blahorečenia Jána Havlíka.



KONKRÉTNE VÝZVY & PREDSAVZATIA

- Zamyslím sa, v čom konkrétne by som mohol skvalitniť svoju rannú a večernú modlitbu. Napr. budem sa modliť pravidelnejšie; privstanem si, aby som mal viac času; nenechám si na modlitbu len zvyškový čas; stanovím si presný čas modlitby; pridám si nejakú modlitbu počas dňa...
- Budem svojim rodičom pravidelne pomáhať v domácnosti.
- Pri domácich prácach vykonám navyše úlohu, ktorá mi bežne neprináleží.
- Nastavím si konkrétny čas, keď sa budem učiť do školy.
- Prihlásim sa v škole na odpoveď na niektorom predmete. ☺
- Rozmyslím si, aké ambície mám vo svojom živote, čo by som chcel zmeniť v týchto kategóriách:
 - vzťahy (rodina, priatelia),
 - duchovný život (Boh, modlitba, čítanie Biblie),
 - škola (učenie, písací stôl, izba, čítanie kníh),
 - telo (šport, workout, zdravie).
- Pripravím si konkrétne kroky, ako sa k danému cieľu časom dostanem.
Napr. Cítim, že by som sa mohol viac učiť. Určím si dni v týždni, v ktorých sa budem učiť hneď po príchode zo školy a nebudem to odkladať na večer alebo neurčito.
- V tejto katechéze si spomíname na likvidáciu kláštorov a odvlečenie rehoľníkov do sústreďovacích táborov. Vyhladáam rehoľné spoločenstvá v okolí a pozvem ich na diskusiu do spoločenstva, na stretko alebo na hodinu náboženstva. Ich svedectvo môže byť veľkým oBOHatením...



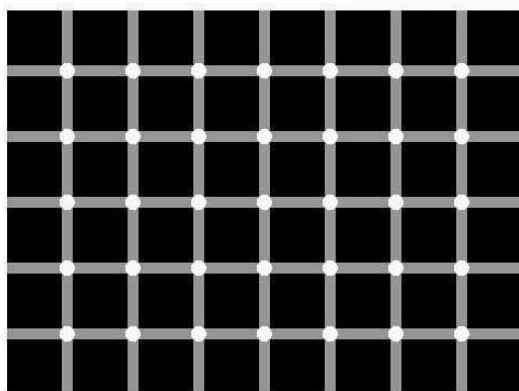
MODLITBA

Eucharistia nebola pre Jána Havlíka len obyčajným chlebom, ale živým chlebom z neba, Ježišom Kristom, ktorý tým najintímnejším spôsobom vstupoval do jeho srdca a premieňal ho zvnútra. Prijímal Eucharistiu najradšej každý deň, pretože nič ho netešilo viac, ako keď sa mohol zjednotiť so svojim milovaným Bohom.

Keď ho spolu s ostatnými kňazmi a študentmi v Bystrici zajali, vypočúvali a prevychovávali, odviezli ich na nútené práce výstavby Nosiskej priehrady. V Jankovom baraku s ním boli umiestnení okrem vincentínov aj verbisti a saleziáni. Ráno spoločne vstávali na tiché sväté omše, ktoré ich posilňovali v dôvere a odvahe zostať verní Kristovi.

Aj neskôr hlboko v baniach, v šachtách, ktoré pripomínali veľký hrob, sa slúžili bohoslužby. Janko – pokiaľ mohol – prinášal väzňom sväté prijímanie. S eucharistickým Kristom sa stotožňoval celých jedenásť rokov svojho väzenia, prijímal ho duchovne aj telesne v každodenných zápasoch, aby zostal verný Bohu.

- Spýtaj sa účastníkov, či sa pamätajú na deň svojho prvého svätého prijímania. Aké spomienky a pocity sa im uložili do pamäte srdca? Aký vzťah ku Eucharistii majú teraz? Ako často ju prijímajú?
- Ponúkni účastníkom zopár optických ilúzií. Inšpiráciu nájdeš aj na stránke: <https://palivamto.sk/opticke-klamy/>



Spočítajte všetky čierne bodky na obrázku.

Ani jedna? Potom je to správne. Všetky bodky sú biele. Rozloženie čiernej, bielej a sivej farby na obrázku vytvára klam, že bodky, na ktoré sa zrakom nezameriavate, sú čierne.

- Často pozeráme na veci povrchno. Zdá sa nám, že niečo vidíme, no realita je iná. Tak je to aj s Eucharistiou. Hľadáme na chlieb a víno a zdá sa, že po premenení sa nič nestalo. Mení sa ich podstata, na čo potrebujeme oči viery...
- Môžete si spoločne pozrieť epizódu z 3-minútového katechizmu o Eucharistii: <https://www.youtube.com/watch?v=tpk1RnhB6kM>
- Po diskusii sa spoločne presuňte do kaplnky alebo na vhodné miesto, kde kňaz alebo diakon vyloží Eucharistiu v monstrancii. Niektorí účastníci možno zažijú adoráciu po dlhom čase, niektorí možno po prvýkrát... pamätaj na to pri príprave... Daj si záležať na príprave prostredia aj výbere vhodných piesní, aby sa všetko sústredilo na Krista.
- Počas adorácie môžete rozjímať aj nad textami z Jankovho denníka.

MEDITÁCIE K EUCHARISTICKEJ ADORÁCII

Ján Havlík si do svojho denníka písal veľa impulzov pre svoj duchovný život. Mnohé pochádzajú z rozjímania nad Svätým písmom alebo litániami. Niektoré nám môžu poslúžiť aj pri eucharistickej adorácii.

Effeta – Otvor sa! (Mk 7, 32 – 37)

Uzdravenie hluchonemého. Vložil na neho ruky.
Bezprostredný dotyk. Úplná dôvera v Pána.

Nie som aj ja hluchý a nemý v prítomnosti Božej?
Viem, čo mám s ním hovoriť?
Počujem a hlavne konám tak, ako mi káže?
Ak nie – prečo? Kde je chyba?
Nehľadám iba seba? ... svoju samolúboť?

Pane, viem že som slabý. Daj, aby som vo všetkom a všade hľadal iba teba. Bez tvojej pomoci nie som schopný nič vykonať. A to, čo konám, je iba tvojou zásluhou. Prosím ďalej za všetkých „hluchonemých“ vo svojom okolí, aby aj oni mohli počuť to oslobodzujúce „effeta“ vzťahujúce sa na nich samotných.
Napokon prosím o zdvojnásobenie horlivosti a obetavosti za všetkých!

Nesúďte, aby ste neboli súdení

Ako ľahko sa nám hovorí o druhom.
Ani nevieš, ako môžeš uškodiť...
Aj veľa rečí škodí...
Hovor vtedy, keď sa ťa pýtajú;
a len toľko, koľko je potrebné a pravdivé.
Ľahko je ublížiť, horšie naprávať.
Jazyk používať iba na oslavu, česť a chválu Božiu!
Raz budeš vydávať počet z každého slova...
Dobré slovo o svojom spolublížnom!
Benedicite Dominum omnes gentes!
Dobrorečte Pánovi, všetky národy!

Šťastie

Človek nikdy nie je spokojný so skutočnosťou, ktorú dostal za údel.
A svoje šťastie hľadá mimo nej.
Ak je chudobný, myslí, že šťastie je v násobkoch pozemských pokladov.
A tak človek odporuje Božej vôli, ktorá ho učinila tým, čím je.
Preto je nešťastný.
Šťastie je vďačnosť za každý slnečný lúč, za každý kvet, za každý okamih života...
Šťastie je zhoda s Božou vôľou!



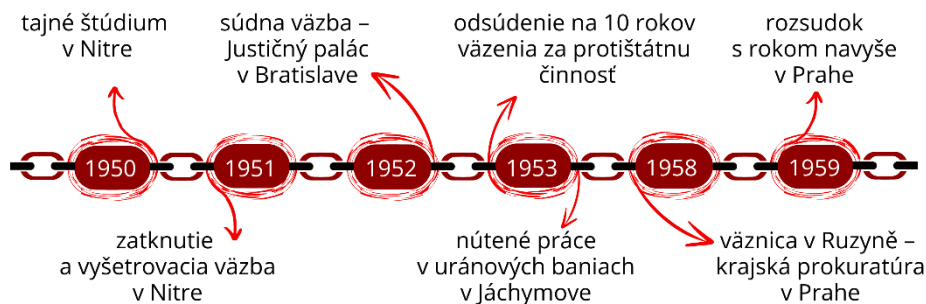




TMA NESLOBODY

Všetci tajní bohoslovci sú 29. októbra 1951 **zatknutí ŠtB a prevezení do vyšetrovacej väzby v nitrianskej väznici.**

Výsluch plný kriku, kopancov a hrubej sily chce prinútiť bohoslovcov podpísať „priznanie“, že konajú protištátne, a dokázať im, že sú špióni Vatikánu.



- Dvadsaťštyriročný Janko je 19. marca 1952 spolu s ostatnými odvezený do **Justičného paláca v Bratislave**. V súdnej väzbe strávili takmer rok. Všetci tajní študenti sú začiatkom februára 1953 odsúdení. Začiatkom marca 1953 je vincentínske spoločenstvo nadobro rozdelené. Janko Havlík počas súdneho procesu vyhlásil: „**Prosím slávny súd, aby trest, ktorý chce uložiť tým, čo trpia pre nás, rozdelil medzi nás a mne dal najviac,**“ na čo sa mu dostalo od sudcu jasného označenia: „Fanatik!“ Keď zaznel rozsudok – štrnásť rokov väzenia –, obrátil sa na matku a v snahe utešiť ju povedal: „**Neplačte, mamka. Mali sme prinášať Bohu obeť na oltári, teraz mu dvíhame namiesto hostíí vlastné utrpenia a životy.**“ Po odvolaní mu trest znižujú na desať rokov.
- S medzizastávkou v Ilave, kde vyfasuje trestanecké mundúry, je vyvezený do pracovného tábora označený ako **MUKL – „Muž Určen K Likvidaci“**. Jeho meno nahrádzajú čísla. Začína žiť ako pracovná sila socializmu „**AO 11355**“ v uránových baniach v Jáchymove.
- Dokumenty väzenských stráží dosvedčujú, že pracovnú náplň vykonáva na viac ako 100 %. Ani tu nezanedbáva svoj duchovný život. Okrem tajného prekladania a prepisovania náboženskej literatúry (ktorú následne šíri medzi väzňami) sám udržiava svoj vzťah s Pánom vo vytrvalej modlitbe podľa Kristovho evanjelia. Stále si tak udržiava vnútornú silu a odovzdané srdce, ktorou **evanjelizuje aj svojich spoluväzňov** a vedie ich k duchovnému prežívaniu otrockých prác.
- To sa, pochopiteľne, nepáči štátnym orgánom, preto v roku **1959 znova stojí pred súdom**. Za protištátnu činnosť vrátane „marenia prevýchovy väzňov“ či „vnášanie náboženského ducha“ dostáva jeden rok väzenia navyše.



POVZBUDENIA PÁPEŽA FRANTIŠKA

„Cesta vašich komunít sa začala nanovo po rokoch ateistického prenasledovania, keď bola náboženská sloboda znemožnená alebo tvrdo skúšaná. Potom konečne nastala. Teraz vás spája úsek cesty, na ktorom skusujete, aké je pekné, ale zároveň ťažké žiť vieru v slobode. Existuje totiž pokušenie znova sa stať otrokmi, iste, už nie režimu, ale ešte horšieho otroctva, toho vnútorného.“ *(príhovor pápeža Františka Ekumenickej rade cirkví na Slovensku, 12. 9. 2021)*

- „Jedným z najväčších pokušení potláčajúcich zápal a odvahu je pocit porazenosti, ktorý z nás robí nespokojných, skleslých pesimistov so zamračenou tvárou. Nik nemôže vyraziť do boja, ak už vopred neverí vo víťazstvo. Kto začína bez dôvery, ten už dopredu prehrá polovicu bitky a navyše zakopáva svoje talenty. Aj napriek bolestnému vedomiu o vlastných slabostiach treba kráčať vpred bez toho, aby sme sa cítili porazenými, a pamätať na to, čo Pán povedal svätému Pavlovi: ‚Stačí ti moja milosť, lebo sila sa dokonale prejavuje v slabosti‘ (2 Kor 12, 9). Kresťanský triumf je vždy krížom, ale krížom, ktorý je zároveň aj zástavou víťazstva, nesenou s bojovnou jemnosťou proti útokom zla. Zlý duch porazenectva je bratom pokušenia oddeľovať pšenicu od kúkoľa pred naplnením času a toto pokušenie pochádza z egocentrickej a ustráchanej nedôverčivosti.“ *(Evangelii gaudium 85)*
- „Chcel by som spomenúť kardinála Františka Xaverského Nguyena Van Thuna. Keď ho uväznili v koncentračnom tábore, nechcel, aby jeho dni spočívali v čakaní na možné oslobodenie v budúcnosti. Rozhodol sa ‚prežívať prítomný okamih, naplňajúc ho láskou‘, a spôsob, akým to robil, bol nasledovný: ‚Chytám sa príležitostí, aké sa naskytujú každý deň, aby som konal obyčajné skutky neobyčajným spôsobom.‘ Zatiaľ čo bojuješ, aby si uskutočnil svoje sny, ži naplno dnešok, celkom ho daruj a v každom okamihu ho naplňaj láskou. Pretože je pravda, že tento deň tvojej mladosti môže byť posledný, a teda sa oplatí prežiť ho s takou túžbou a hĺbkou, ako je to len možné.“ *(Christus vivit 148)*
- „... Boh dokáže konať za každých okolností aj uprostred zdanlivého zlyhania, pretože ‚tento poklad máme v hlinených nádobách‘ (2 Kor 4, 7). Túto istotu voláme ‚zmysel pre tajomstvo‘. Znamená to byť si istý, že kto sa z lásky ponúkne a daruje Bohu, určite prinesie úrodu (porov. Jn 15, 5). Táto plodnosť je často neviditeľná, nehmatateľná, nedá sa vyjadriť číslami. Človek vie, že jeho život prinesie ovocie, ale nenárokujú si poznať ako, kde ani kedy. Má istotu, že nijaký z jeho skutkov vykonaných s láskou sa nestratí, že sa nestratí nijaká z jeho starostí o druhých, nijaký prejav lásky pre Boha, nijaká štedrá námaha a nijaká bolestná trpezlivosť... Duch Svätý pôsobí, ako sám chce, kedy chce a kde chce; my sa darujeme s odovzdanosťou, ale bez toho, aby sme si nárokovali vidieť jasné výsledky. Naučme sa odpočívať v nežnosti Otcovho náručia uprostred nášho štedrého a tvorivého snaženia. Poďme ďalej s plným nasadením, ale dovoľme, aby on zúrodnil naše námahy, ako sám chce.“ *(Evangelii gaudium 279)*



OTÁZKY DO DUŠE & DO DISKUSIE

- Čo vieš povedať o období komunizmu na Slovensku?
- Počul si nejakú príhodu od starých rodičov – aké to vtedy bolo?
- Poznáš aj iné obete komunizmu, ktoré trpeli pre vieru a horlivosť?
- Čo považuješ za najťažšie z tohto obdobia?

- Ako a čím dnes ľudia napádajú Cirkev?
- Ako reaguješ na súčasné nepriateľské útoky/názory na kňazov a veriacich?

- Myslíš, že Jankov život mal zmysel, aj keď neprebíhal podľa jeho plánov a nenaplnil všetky túžby podľa svojich predstáv?
- Bol si niekedy v situácii utrpenia, prosil Boha o vyriešenie a on ti pomohol?
- Je podľa teba kríž (utrpenie/ťažkosť) dôležitý pri duchovnom raste?
- Ak áno, v čom? Máš s tým aj osobnú skúsenosť?

- V akých „väzeniach“ môžeme byť uväznení dnes?
- V akom si „uväznený“ ty?
- Ocitol som sa v ňom chtiac/dobrovoľne alebo nie?
- Pociťuješ, že si od niečoho alebo od niekoho závislý?
- Čo je pre teba skutočná sloboda?



AKTIVITY

Pomôcky: Sväté písmo, písacie potreby, papiere, vytlačený text v cudzom jazyku, nastrihané čisté lepiace papiere (nálepky), rekvizity na vytvorenie väzenia.

ŠTART

- Rozdeľ účastníkov do skupín. Vysvetli im, že Janko bol zodpovedný, precízny a trpezlivý žiak a bol známy tým, že vo väzení prekladal a prepisoval knihy – z francúzštiny, nemčiny, latinčiny.
- Každá skupinka si zvolí zapisovateľa, ktorý môže písať iba ľavou rukou. V prípade, že je od narodenia ľavák, píše pravou. Všetci zapisovatelia sedia na jednej strane miestnosti. Na druhej strane miestnosti viditeľne umiestni papier s textom v cudzom jazyku.
- Členovia skupinky musia pribehnúť k papieru, zapamätať si čo najviac textu, vrátiť sa k zapisovateľovi a nadiktovať mu v tichosti všetko, čo si zapamätali. Pri papieri s textom v cudzom jazyku môže byť maximálne jeden člen z každej skupinky. Členovia skupinky sa pri behu a diktovaní striedajú. Akékoľvek fotenie textu je zakázané. Musia sa spoľahnúť len na svoju vizuálnu pamäť.
- Odštartuj súťaž a začni merať vopred stanovený čas, napr. 3 minúty. Vyhráva tá skupinka, ktorá bude mať najviac správnych znakov textu.
- Je dobré použiť text, ktorý si na záver spoločne preložíte.

Príklad textu:

Plonge toi dans tes pensées et essaye de répondre à cette question: „Pourquoi Dieu nous a donné de la volonté libre?“ Car la volonté libre, même si elle rend possible le mal, elle est aussi la seule chose qui rende possible tout amour, toute bonté ou toute joie digne d'avoir. (C. S. LEWIS)

Preklad:

Ponorte sa do svojich myšlienok a skúste si odpovedať na túto otázku: „Prečo nám Boh dal slobodnú vôľu?“ Lebo slobodná vôľa, aj keď robí zlo možným, je zároveň jedinou vecou, ktorá umožňuje všetku lásku, všetko dobro alebo všetku radosť, ktorá stojí za to. (C. S. LEWIS)

NÁLEPKY

- Uveď aktivitu takto alebo podobne: Ján Havlík dostal namiesto mena číslo **AO 11355** a označenie **MUKL** – „**Muž Určen K Likvidaci**“. Systém ho označil „nálepkou“, určil mu identitu, ktorá vôbec nezodpovedala realite. Aj my o sebe od malička počúvame rôzne označenia, rôzne nálepky:
 - „Ty si celá mama.“
 - „Z teba nikdy nič nebude.“
 - „Nič nevieš dotiahnuť do konca.“
 - „S tvojou sestrou sme toľko starostí nemali.“
 - „Ak neschudneš, nikdy si nikoho nenájdeš.“
 - ...

- Vyzvi účastníkov, aby si na nastrihané lepiace papiere napísali svoje „nálepky“, ktorými ich niekto (rodič, susedia, učitelia, kňaz...) onálepkoval a ktoré ich najviac zabolili alebo ich najviac ovplyvňujú. Ak budú mať odvalu, môžu si ich nalepiť na seba alebo povedať o nich ostatným... Diskutujte o tom, kto komu dáva nálepky a či aj účastníci „nálepkujú“ iných...
- Vyzvi účastníkov, aby ste v miestnosti vytvorili symbolické väzenie. Môžeš sa na to vopred pripraviť a priniesť vhodné rekvizity (napr. mrežu) alebo to nechaj na tvorivosť účastníkov a „genius loci“ daného priestoru. Vysvetli im, že život s nálepkami sa podobá vnútornému väzeniu.
- Potom pokračuj diskusiou: „Myslíš si, že takto sa na teba pozerá aj Boh? Myslíš si, že on ti dáva nejaké nálepky? On pozná pravdu o tebe, lebo ťa stvoril. Dokonale ťa pozná a dokonale ťa miluje. Dovoľ mu odstrániť tie nálepky. Odovzdaj mu ich...“
- Nechaj priestor na ticho a sebareflexiu. Môžeš mať pripravené citáty z Písma, ako nás vidí Boh... Vyzvi účastníkov, aby svoje nálepky odovzdali Bohu a symbolicky ich nalepili do vytvoreného väzenia ako znak, že oni chcú žiť mimo tohto väzenia.

TICHO A DIGITÁLNA ZÁVISLOSŤ

Ján Havlík bol vo väzení bez vonkajších vplyvov, iba s vlastnými myšlienkami. Nemal nič, čím by sa mohol rozptýliť, bol len sám so sebou. Žil v dobe, keď neexistovali mobilné telefóny...

- Popros účastníkov, aby položili svoje mobilné telefóny na zem pred seba a vydržali 5 minút v úplnom tichu. Po uplynutí času sa ich pýtaj:
 - Ako si sa pritom cítil?
 - Bolo to príjemné/nepříjemné/desivé/nudné...?
 - Nad čím si premýšľal? Kam sa uberali tvoje myšlienky?
 - Aké nutkania si cítil?
 - Vieš si predstaviť byť v tichu hodinu denne? Celý deň? ...
 - Prečo sa tak bojíme ticha?
 - V dnešnej dobe je ticho veľkou vzácnosťou. Na ulici väčšinou stretávame ľudí so slúchadlami v ušiach. Ako ste na tom vy?
 - Aj vy často používate slúchadlá? Prečo áno, prečo nie?
 - Čo počúvate? (hudbu, podcasty, audioknihy...)
- Nedávna štúdia ukázala, že priemerný používateľ smartfónu sa svojho telefónu dotkne viac ako 2500-krát *denne* a na telefóne trávi niekoľko hodín. Alarmujúce je, že väčšina účastníkov výskumu vôbec netušila, koľko času v skutočnosti na telefóne trávi. (Comer, J. M.: *Neúprosné nie zhonu*)
- **Nomofóbia** je pojem, ktorý označuje úzkosť z odlúčenia od mobilného telefónu (*No Mobile Phone Phobia*). Jej príznakmi trpí údajne vyše 60 % používateľov mobilov a toto číslo stále rastie.
- **Príznaky nomofóbie**
Ak premýšľaš, či je tvoj vzťah s digitálnymi technológiami zdravý a v poriadku, odpovedz si pravdivo na nasledujúce otázky:

- Nevieš dobrovoľne vypnúť telefón?
- Neustále kontroluješ, či nemáš zmeškané správy, e-maily alebo hovory?
- Nabíjaš si telefón pre istotu, aj keď máš batériu takmer úplne nabitú?
- Nosíš svoj telefón so sebou všade, dokonca aj na toaletu?
- Pred odchodom z domu si trikrát skontroluješ, či si nezabudol telefón?
- Bojíš sa, že zostaneš bez wi-fi alebo sa nebudeš môcť pripojiť k sieti?
- Trpíš FOMO (Fear of missing out) – teda obavou, že niečo zmeškáš, keď nebudeš online?
- Vynechávaš naplánované aktivity, aby si mohol tráviť viac času na mobile?

Ak na väčšinu alebo všetky otázky odpovedáš kladne, nomofóbia sa priamo týka aj teba. (Zdroj: <https://www.startitup.sk/si-zavisly-od-digitalnych-technologii-odpovedz-si-pravdivo-na-nasledujuce-otazky-a-zisti/>)

- Vyzvi účastníkov, aby skúsili vydržať **jeden deň bez mobilu**. Predstav im to ako spoločný „experiment“. Na najbližšom stretnutí sa potom pozdieľajte, ako sa vám darilo. Môžeš pritom použiť tieto alebo podobné otázky:
 - Ako som prežil tento deň?
 - Aké som mal pocity?
 - Kedy som najviac túžil siahnuť po mobile?
 - Pri čom mi mobil chýbal najviac? Aké jeho funkcie?
 - Mal som viac času na iné aktivity?
 - Rozprával som sa viac s inými?
 - Mal som viac priestoru premýšľať? Dostal som nejaký nápad?
 - Viem si predstaviť, že by som takýto digitálny detox robieval pravidelne?
 - Čo by mi to mohlo priniesť?
 - Ako by som mohol využiť čas, ktorý som predtým venoval mobilu?



KONKRÉTNE VÝZVY & PREDSAVZATIA

- Zistím viac o komunistickom režime a jeho obetiach na Slovensku. (Pozri napr.: <https://www.upn.gov.sk/sk/prenasledovanie-cirkvi/> alebo <https://www.mok.sk/>)
- Porozprávam sa so starými rodičmi o ich skúsenosti s komunizmom.
- Zistím, o kom práve prebieha proces blahorečenia.
- Prečítam si životopis alebo knihu o blahoslavených mučeníkoch komunizmu.
- Obmedzím čas strávený s mobilným telefónom.
- Cielene sa pokúsím vyhľadávať ticho a zotrvať v ňom.



MODLITBA

Ján Havlík počas svojho života veľmi často objímal **kríž**. Túžil spojiť svoje utrpenie s Ježišovou bolesťou na kríži. Svoju vlastnú cestu k Bohu vložil do duchovného „testamentu“ v podobe **Krížovej cesty malých duší**. Centrom pozornosti je totiž „malá duša“ v podobe dieťaťa, ktorá sprevádza Krista až na Golgotu.

Janko ju daroval svojej tete – rehoľnej sestre Modeste. Tá ju starostlivo uchovávala a spolu so sestrami sa ju pravidelne modlila. Ponúkame ju doplnenú o krátke „zastavenia“ krížovej cesty Jankovho života.

KRÍŽOVÁ CESTA MALÝCH DUŠÍ

„Mňa prenasledovali – i vás budú... Kto chce za mnou ísť, nech vezme svoj kríž... Odmena – večná Radosť, Blaženosť, Šťastie... Len za tým ísť? Len za odmenou? Nie: za lásku daj lásku! Či môže mať niekto väčšiu lásku ako ten, kto položí život za svojich priateľov i nepriateľov?“ (Denník Jána Havlíka)

Drahý Ježiš, ty si povedal: „Nechajte maličkých prísť ku mne...“ Dovoľ, aby som ťa s poníženým, láskyplným a kajúcim srdcom jedného z týchto tvojich miláčikov sprevádzala spolu s tvojou Matkou na tvojej bolestnej krížovej ceste a prejavila ti tak veľký akt lásky na zadostučinenie za svoje hriechy a za hriechy tých, ktorí ti zadostučinenie nedávajú. Ježiš, Mária, milujem vás, zachráňte duše!



I. ODSÚDENIE

Klaníme sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti, lebo si svojim krížom vykúpil svet.

„Janko stíchol, akoby onemel. Čakali sme úder, vedeli sme, že nás neminie, no netušili sme, že bude taký surový a zhubný... ‚Vstávať! Rýchlo! Poďme, poďme!‘ vrieskali na nás... Pozriem sa na Janka. Stojí ako socha. Je bledý a strhujúco hrdý...“

(Svedectvo Jankovho spolužiaka a spoluväzňa Vojtecha Krištína pri likvidácii kláštorov v noci z 3. na 4. mája 1950)

Rozjímaj: Nevinný Boh lásky stojí pred Pilátom. Pilát si umýva ruky, aby nemal nič s odsúdeným Kristom. Dieťaťko – malá duša – pridržá s radosťou miskú, znak nevinnosti, aby dokázalo Ježišovu nevinnosť a tak aj svoju lásku k nemu.

Patrím i ja medzi malé duše, ktoré takouto detinskou láskou idú k Ježišovi? Snažila som sa dodnes preukazovať, že som verné dieťa nevinného Ježiša?

Najnevinnejší Ježiš, uč ma kráčať cestou nevinnosti.

Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami, aj nad dušami v očistci.

II. KRÍŽ

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

*„Veľmi dojemná chvíľa nastala vtedy, keď Janko Havlík jasným hlasom povedal:
„Prosím slávny súd, aby trest, ktorý chce uložiť tým, čo trpia pre nás, rozdelil medzi
nás a mne dal najviac.““*

(Svedectvo rehoľnej sestry vincentky Jany Trubenovej zo súdneho pojednávania)

Rozjímaj: Svet s hriešnou radosťou kladie kríž na veľkodušného a poslušného Ježiša, ktorý s najväčšou túžbou, aby svet vykúpil, prijíma kríž na svoje plecia.

Ty, malá duša, sa bojíš svojho každodenného kríža! Pýtaš sa, prečo ho máš niešť, kto ti ho zapríčinil. Prečo sa nepozeraš zo svojho kríža na kríž nadšeného a poslušného Ježiša?

Najposlušnejší Ježiš, uč ma kráčať cestou poslušnosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

III. PRVÝ PÁD

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

*„Brali nás jedného po druhom. Zobrali nám všetky veci a začal sa výsluch... až to
prešlo do kriku... Za každú cenu nám chceli dokázať, že sme špióni Vatikánu... Kázal
mi kľaknúť na betón. A potom sa to začalo. Bitie a kopanie... Bil ma asi polhodiny.“*
(Svedectvo spoluseminaristu Bohuslava Píkalu z vyšetrovacej väzby v Nitre)

Rozjímaj: Unavený Ježiš klesá pod krížom, ale túži poslušne plniť vôľu svojho nebeského Otca. Preto objímajúc kríž vstáva a odovzdaný do vôle Otca ide ďalej. Prečo ty, malá duša, nedôveruješ Bohu, keď ťa opúšťajú sily? Prečo sa neodovzdáš do vôle Otca? Neboj sa, keď klesneš pod krížom! Vstaň, objím svoj kríž ako Ježiš a nes ho odovzdane naďalej.

Ježiš, príklad čnosti, uč ma kráčať cestou odovzdanosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

IV. STRETNUTIE S MATKOU

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

*„Neplačte, mamka. Mali sme prinášať Bohu obeť na oltári, teraz mu dvíhame
namiesto hostíi vlastné utrpenia a životy...“*

(Slová Jána Havlíka vlastnej mame po vynesení rozsudku – štrnásť rokov väzenia)

Rozjímaj: Matka Božia pri stretnutí sa so svojim Božským Synom cíti v duši veľkú bolesť nad tým, že hriešny svet uvalil toľkú ťarchu na Ježiša. Syn jej však pohľadom hovorí, že plní vôľu Otca.

Malá duša, prosíš bolestnú Matku, aby ti uľahčila tvoj kríž? Prečo nehovoriš ako tvoj Ježiš v oddanosti do vôle Otcovej: „Staň sa vôľa tvoja!“

Bolestná Matka Božia, uč ma kráčať cestou lásky.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*



ŠIMONOVA POMOC

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„Ako často mám možnosť pomôcť? Koľkým bratom som skutočne pomohol? Nešomrem pritom? Robím to z povinnosti, aby druhí nepovedali...? Alebo to robím z lásky? Mám dve možnosti: pomáhať duchovne, pomáhať fyzicky. Vyberiem si vždy podľa potreby, dôležitosti, naliehavosti.“ (Denník Jána Havlíka)

Rozjímaj: Ježiš nič nehovorí, trpezlivo nesie bremeno kríža. Úľavu si nežiada, ale hriešny svet vidí a obáva sa, že Ježiš zomrie na ceste, preto mu posielajú Šimona Cyrenejského.

Malá duša, keď sa pozeráš na trpezlivého Ježiša, či nezatúžiš nasledovať ho v trpezlivom nesení svojho kríža? Pozri, s akou láskou Ježiš prijíma tvoju ochotu!
Najtrpezlivejší Ježiš, uč ma kráčať cestou trpezlivosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*



VERONIKINA SLUŽBA LÁSKY

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„Treba dať ľuďom vedieť, že našou láskou je Kristus... Všetkým tým tisíckam väzňov... to je vlastne celoživotný program.... Dať lásku do štátnych záležitostí, do rodín, do komunit, do škôl, do úradov... dať lásku do akejkoľvek našej činnosti!“ (Slová Jána Havlíka podľa svedectva spoluväzňa a priateľa Antona Srhoľca)

Rozjímaj: Na tvári Pána Ježiša vidieť bolesť a únavu. Veronika s ním súcitiť a podáva mu ručník, aby si zotrel krvavý pot.

Malá duša, pozri na trpiaceho Ježiša a Veroniku. Veronika sa nebojí uponíženia a preukáže Ježišovi ochotne službu lásky. Ty však natoľko miluj a umenšuj sa, že nebudeš dbať na únavu, ale budeš konať s najväčšou láskou všetky ponížené práce až do potu krvi, aby si sa podobala Ježišovi, ktorý mal pre nás tvár zaliatu krvou.

Najponíženejší Ježiš, uč ma kráčať cestou poníženosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*

VII. DRUHÝ PÁD

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„Čo dokážeš, keď si sám? Nič, len padať. Kto si chce odpočinúť na ceste lásky – padá. Tu sú len dve možnosti: neustále napredovať alebo kráčať naspäť. Stagnácia v duchovnom živote neexistuje.“ (Denník Jána Havlíka)

Rozjímaj: Celý výzor Ježišovej tváre svedčí o jeho božskej umŕtvenosti. Malá duša, chápeš už cenu Ježišovho utrpenia? Každým dobrým skutkom môžeš odstrániť jeden kameň z krížovej cesty, po ktorej kráča smrteľne bledý Ježiš.
Umŕtvený Ježiš, uč ma kráčať cestou sebazapierania.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*

VIII. NAPOMENUTIE

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

*„Či nie je poslaním misionárov sv. Vincenta de Paul pomáhať v prvom rade tým, ktorí sú vysunutí na smetisko ľudskej spoločnosti? Ide o to, že... teraz ma potrebujú, hoci slabého, všetci väzni, zúfalí, nevedomí, ľahostajní, krušasi i vlčiaci – gauneri, lumpi, násilníci, zločinci. Teraz ukáž, čo je v tebe, ak to myslíš vážne s tými vysnivanými misiami z mladosti.“
(Denník Jána Havlíka v jáchymovských baniach)*

Rozjímaj: Ježiš napomína plačúce ženy, aby neplakali nad jeho utrpením, ale nad svojimi hriechmi, ktoré mu toto utrpenie spôsobili. Jeho tvár žiari obetou a na bolestný súcit žien odpovedá, že dokončí s radosťou túto obeť za ich duše. Plačúce ženy nechápu Ježišovu obeť.

A čo ty, malá duša? Pochopila si to? Podaj Ježišovi svoj život ako obeť na paténe lásky. A na tvojej tvári nech namiesto smútku žiari radosť z obety.

Ježiš, obeta za moje hriechy, uč ma kráčať cestou obetí.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*

IX. TRETÍ PÁD

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„Kríž – utrpenie – môj život. Ak sa lepšie cítim, zabúdam na utrpenie. Netrvá dlho a Pán mi už položí znova ťarchu na plecía. Keď už je tak, daj, Pane, aby som bol vždy ochotný a spokojný s tým, čo so mnou urobíš! Hoci už nevidím východisko, že sa uzdravím, nedovoľ mi zúfať!“ (Denník Jána Havlíka)

Rozjímaj: Ježiš je preplnený horlivosťou za spasenie všetkých duší. Chce dokončiť obeť, ale síl mu ubúda, klesá pod krížom tretíkrát.

Malá duša, podobá sa tvoja obeť aspoň trochu Ježišovej? Pochopila si ju natoľko, že pomáhaš Ježišovi niesť ťarchu kríža?

Celkom vysilený Ježiš, uč ma kráčať cestou veľkodušnosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*



NAHOTA

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

„Vyzlečte sa!“ zrukol na neho vyšetrovateľ. Janko si vyzliekol kabát, košeľu a stál. „Všetko, my vás neuhryzneme!“ ... Strašná hanba ho obľiala dočervena... Prvý raz stál pred cudzími nahý. „Rozkročte sa!“ ... „Urobte predklon!“ – čosi sa v ňom vzoprelo. „Rozumeli ste?“ – Poslúchol. Nato bachar po ňom šmaril väzenské handry...

(Spomienky Antona Srholca a Hieronyma Mokrohájskeho z diela Ocelové srdcia)

Rozjímaj: Koľkú hrdinskosť prejavuje Ježiš po bolestnej krížovej ceste pri zvlíkaní rúcha! Jeho duša je až na smrť zronená, že hriešnemu svetu nestačili jeho muky a žiada od Ježiša ešte obeť za tých, ktorí sú ponorení do hriechov nečistoty.

Malá duša, čo prežívaš pri pohľade na takto potupeného najčistejšieho Ježiša?

Porovnaj Ježiša, seba a hriešny svet.

Celkom vysilený Ježiš, uč ma kráčať cestou veľkodušnosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*



PRIBÍJANIE NA KRÍŽ

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

„Keď Boh zosiela na teba mnohé utrpenia, je to dôkazom, že chce z teba urobiť veľkého svätého. Na kriesenie a udržiavanie ohňa božskej lásky nieto lepšieho paliva nad drevo kríža, ktoré si sám náš Spasiteľ vyvolil pre obeť nekonečnej lásky.“ (Denník Jána Havlíka)

Rozjímaj: Ježiš je poslušný až na smrť na kríži. Leží v ukrutných bolestiach, a predsa sa s úsmevom pozerá na nebeského Otca a sľubuje mu radostne dokončiť obeť za záchranu duší.

Malá duša, chápeš veľkosť hriechov, ktoré pribili Ježiša na kríž? Ak nie, pozri sa a pochop ich škaredú tvár. Svojou obeťou môžeš zachytávať údery, ktoré dopadajú na Ježiša.

Ježiš, horliteľ za spásu duší, uč ma kráčať cestou horlivosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očisti.*

XII. SMRŤ

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„V hodinách múk a utrpenia utiekal sa na kríž na Golgote a v duchu si nechal tiecť na hlavu Ježišovu krv, čakajúc uľahčenie... Čo sa však nestalo. Pravý opak. Začul zúfalý ‚výkrik duše‘ nad vyliatím Svätej krvi. Z toho nastala i zmena rytmu v dýchaní... arytmia srdca. Opakovalo sa to často, najmä pri modlitbe, až sa zastavoval dych.“ (Janko v skromnosti píše o sebe, akoby sa to stalo priateľovi)

Rozjímaj: Ježiš dokončil svoju obetu. Preukázal nám tú najväčšiu lásku a najväčšiu horlivosť za spasenie našej duše, vytrvalosť v poslušnosti a v plnení Božej vôle. Malá duša, pozri na svojho Ježiša a uzri v ňom najkrajší vzor pravej hrdinskej obety. Nezarmucuj sa nad ukrižovaným Ježišom, ale nasleduj ho v jeho obeti pre záchranu duší. Zriekni sa všetkého, aj seba, nech ti zostane jedine túžba čo najkrajšie dokončiť svoju obetu.

Ukrižovaný Ježiš, uč ma kráčať cestou vytrvalosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

XIII. V NÁRUČÍ MATKY

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečíme ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

„Keď som bola za ním v nemocnici, tak mi ukazoval bok a bol napuchnutý až na chrbát... Potom došiel domov. Pripravila som mu vodu a on vraj – ‚Už sa nebudem umývať, však som sa už kúpil.‘ Popravde sa však už nevládal umyť. ... Keď sa zdvihol, chrbát mal celý čierny... On sa však nestážoval. On sa nikdy nestážoval!

Iba postonával... ticho stonal...“ (Spomienky Jankovej mamy)

Rozjímaj: Mŕtve telo Ježiša položili do lona jeho Matky. Jej duša je preniknutá bolesťou nad stratou Miláčika svojho srdca, ale zároveň je naplnená aj nesmiernou radosťou nad dokončenou obetou za hriechy sveta. Malá duša, smútiš nad smrťou Ježišovou? Teš sa, že svet je vykúpený, že si spoznala cenu Ježišovej obety. Na ceste svojej obety si odpočín pod Ježišovým krížom a vytrvaj ako Ježiš!

Bolestná Matka Božia, uč ma kráčať cestou hrdinskej statočnosti.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

XIV. HROB

*Klaniame sa ti, Kriste, a dobrorečime ti,
lebo si svojim krížom vykúpil svet.*

*„... v jedno ráno, asi o ôsmej hodine, som vynášal popol od ústredného kúrenia na ulicu do popolnice. Tam som našiel o popolnicu opretého pána, oslovil som ho, neodpovedal, siahol som mu na pulz – prakticky nič som nenahmatal... Vniesli sme ho do bytu, že sa naňho pozriem, prípadne ošetrím a zavolám sanitku... Pulz som nenahmatal ani na radiálke, ani na karotíde, zistil som smrť.“
(Svedectvo skalického lekára MUDr. Jozefa Baráta, ktorý našiel mŕtveho Jána)*

Rozjímaj: Ježiš je položený do hrobu. Jeho telo spokojne odpočíva po ukončenej obeti a čaká veľkú odmenu a slávu od svojho Otca.

A čo ty, malá duša, naučila si sa obetám? Pamätaj, že každá tvoja obeta je jeden biely kvietok v tvojej ruke, ktorý môžeš položiť na obetnú paténu a podať ho svojmu Ježišovi.

Ježiš, obeta za moje hriechy, som celkom tvojou obetou.

*Ukrižovaný Ježiš, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

ZÁVEREČNÁ MODLITBA

„Ludia získavajú tituly, honorované miesta, vynikajú nad inými. Čo dokážem ja – keď životným priestorom je mi iba posteľ? Ukáž, čo vieš o nesení kríža! A nebuď malicherný v láske! Dokonalosť nepríde k tebe sama od seba. Musíš ju nájsť, uchvátiť a vlastniť! Svet potrebuje dobrých ľudí. Modlitbou urobíš veľa. Príkladom a dobrým slovom ešte viac...“ (Denník Jána Havlíka)

Drahý Ježiš, ďakujem ti, že si ma na tejto krížovej ceste naučil kráčať cestou obetí malých duší. Pred očami mám stále teba ako svoj vzor. Tvoja veľká duša sa stala malou v živote a na krížovej ceste, aby nám dala príklad, ako sa s detskou dôverou máme vinúť k svojmu Bohu. Tak ako ty k nebeskému Otcovi. Prosím ťa, udeľ mi rukami svojej bolestnej Matky milosť, aby som vždy viac a lepšie chápala cenu a veľkosť malých duší, ktoré sú tvojimi obetami.

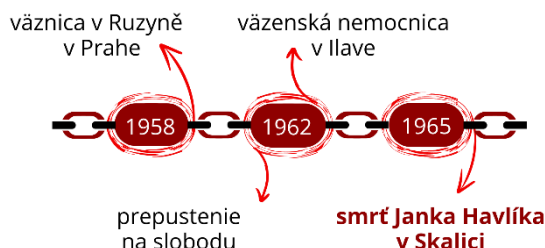






HMLA POCHYBNOSTÍ

Od jesene 1958 je Janko vo **väzení Ruzyně v Prahe** – najobávanejšej z väzníc v ČSR, kde prebieha tzv. „mučenie v bielych rukavičkách“, ktorého cieľom je zničenie osobnosti zvnútra. Izolovanú obeť v cele bez okien, vystavenú pôsobeniu elektriny alebo omámenú psychotropnými látkami oslabujúcimi vôľu (ako pri nadrogovaní), mučia rôznymi zvukmi – od cirkulárky a vrtáčky po nadávky a usvedčenia nevinnej obete.



- Hranica reality a vlastnej sugescie u Janka postupne slabne. Janko vie, že nie je zdravý, jeho fyzické sily sú slabé a jeho dušu prenikajú **úzkosti a boje**. V istých momentoch prestáva myslieť, podlieha určitým fanatickým **halucináciám**, jeho myseľ je akoby rozštiepená, čo hraničí so schizofréniou... Halucinácie pochádzajú z preexponovaného čítania a vžívania sa do stavov postáv.
- Vie, že ho bijú a mučia a že týmito neustálymi nátlakmi je zasiahnuté jeho vnútro, duša, myslenie a konanie. Prosí o milosť, snaží sa statočne prijať kríž, **zápasí s vlastnými myšlienkami**, ktoré ho privádzajú na pokraj zúfalstva. **Pochybuje o sebe samom...**
- V modlitbe sa snaží nerozjímať, pretože predstavy pri rozjímaní prinášajú ďalšie zápasy medzi realitou a fikciou. Modlí sa preto **strelné modlitby** a niekedy pociťuje fyzickú prítomnosť svojho anjela strážcu: „**Pane, ty vieš, že Ťa mám rád. Nedaj, aby ma akákoľvek myšlienka odvádza od teba. Keďže už uvažujem niekedy tak, že neviem, čo je správne a čo nie, daj, aby som sa spamätal; daj, nech ma môj anjel strážny kopne aj do boku.**“
- Veľká fyzická námaha a životu nebezpečná práca v Jáchymove, ako aj psychická tyrania v Ruzyni sa podpisujú na Jankovom zdraví. Je prevezený do **váženskej nemocnice v Ilave ako nevyliciteľne chorý**.
- **Ako 34-ročný je 29. októbra 1962 prepustený na slobodu**, aby sa nestal „mučeníkom režimu“, a prichádza domov. Ako nepriateľa štátnej moci ho ŠtB neustále sleduje. Janko sa lieči doma. Niekedy chodí, inokedy sa pripútaný k lôžku nevládze ani posadiť. Napriek podlomenému zdraviu hľadá s otcom možnosť, ako by sa mohol zamestnať, aby uľavil rodinnému rozpočtu.
- Na sviatok svätého Jána evanjelistu – **27. decembra 1965 – Janko Havlík zomiera** na zlyhanie srdca následkom krutej beštiality, ktorej bol vystavený. Odchádza zdanlivo opustený, sám v skalickej ulici, opretý o smetný kôš s pokazeným rádiom v ruke, ktoré máme niesol do opravy.



POVZBUDENIA PÁPEŽA FRANTIŠKA

„Prijaté rany ťa môžu viesť k pokušeniu izolovať sa, stiahnuť sa do seba, živiť nenávisť; ale nikdy neprestaň počúvať Boha, ktorý ťa pozýva, aby si odpustil. Ako správne učia biskupi Rwandy, zmierenie s druhým človekom si vyžaduje, aby sme v ňom objavili dobro, ktoré v ňom stvoril Boh. [...] Z tohto zorného uhla je podstatné rozlišovať medzi hriešnikom a jeho hriechom a urážkou, aby sme dosiahli autentické zmierenie. Znamená to, že nenávidíš zlo, ktoré ti iný spôsobuje, ale neprestávaš ho milovať, pretože spoznávaš jeho slabosť a vidíš v ňom Boží obraz.“
(Christus vivit 165)

- „Čo by sme mali robiť počas krízy? Po prvé, prijmite to ako čas milosti, ktorý nám bol poskytnutý, aby sme rozpoznali Božiu vôľu pre každého z nás a pre celú Cirkev. Musíme vstúpiť do zdanlivo paradoxnej predstavy, že ‚keď som slabý, vtedy som silný‘ (2 Kor 12, 10). Mali by sme mať na pamäti upokojujúce slová svätého Pavla Korinťanom: ‚On vás nedovolí skúšať nad vaše sily, ale so skúškou dá aj schopnosť, aby ste mohli vydržať‘ (1 Kor 10, 13). Je nevyhnutné neprerušovať náš dialóg s Bohom, nech je to akokoľvek ťažké. Modliť sa nie je ľahké. Nesmieme sa unaviť neustálou modlitbou (porov. Lk 21, 36; 1 Sol 5, 17). Nepoznáme iné riešenie problémov, ktoré zažívame, ako to, že sa budeme vrúcnejšie modliť a zároveň robiť všetko, čo je v našich silách, s väčšou dôverou. Modlitba nám umožní dúfať proti všetkej nádeji (porov. Rim 4, 18).“
(príhovor Rímskej kúrii, 21. 12. 2020)
- „Moment krízy je momentom voľby, je momentom, ktorý nás stavia pred rozhodnutia, ktoré musíme vykonať. Všetci sme v živote mali a budeme mať chvíle krízy: krízy rodinné, manželské, krízy spoločenské, pracovné krízy, mnoho kríz... Toto nám pomôže, nám všetkým, prežívať momenty krízy. V mojej vlasti je jedno príslovie, ktoré hovorí: ‚Keď ideš na koni a musíš prejsť cez rieku, len nemeň koňa uprostred rieky.‘ Vo chvíľach krízy buďme veľmi pevní v presvedčení viery... V čase krízy treba vytrvalosť, mlčanie: zostať, kde sme, pevní. Nie je to čas na konanie zmien. Je to čas vernosti, vernosti Bohu, vernosti tomu, čoho sme sa ujali predtým; je to tiež čas obrátenia, lebo táto dôvera nás bude zaiste inšpirovať k nejakej zmene v prospech dobra, nie k oddialeniu sa od dobra. Chvíle pokoja a chvíle krízy. My kresťania sa musíme naučiť zvládať oboje.“
(homília pápeža Františka, 2. 5. 2020)



OTÁZKY DO DUŠE & DO DISKUSIE

- Zažil si vo svojom živote zlomový bod, keď si už nevedel ako ďalej?
- Ako sa to napokon vyriešilo?
- Na akých ľuďoch sa obraciaš, keď potrebuješ pomoc?

- Aký bol tvoj najsilnejší duchovný boj, ktorý otriasol základmi tvojej viery?
- Čo ho zapríčinilo?
- Dokážu podľa teba duchovné boje posunúť človeka ďalej?
- Čo ti najviac pomáha v hmlistých chvíľach, keď nevieš, čo je správne a ako pokračovať ďalej?

- Aké bežné „malé skutky“ vykonávaš pre druhých?
- Akým spôsobom dokážu tvoje malé skutky lásky meniť svet?
- Aký účinok má pre teba úsmev od druhého človeka?
- Aký je pre teba najťažší druh obety?

- Zažil si vo svojom živote odpustenie od niekoho? Čo to pre teba znamenalo?
- Prečo niektorí ľudia nevedia odpustiť?
- Čo by si poradil tým, ktorí tvrdia, že nedokážu odpustiť?
- Čo by si ty nikdy nedokázal odpustiť?
- Ako prežívaš, keď ťa niekto napomenie spravodlivo (vidí pravdivo tvoju chybu), a ako, keď ťa napomenie nespravodlivo?

- Zažil si už smrť blízkeho človeka?
- Ako si sa s tým vyrovnal?
- Čo znamená smrť pre kresťanov?
- Môžeme pre zosnulých ešte niečo urobiť?



AKTIVITY

Pomôcky: Sväté písmo, písacie potreby, papiere, loptičky, šípky alebo papierové gule, väčší kôš/vedro alebo hrniec, lepiaca páska na označenie štartovacej čiary, košíky na citáty.

ŠTART

- Rozdeľ účastníkov do 4 skupín. Každá skupina bude mať svoj štart (lepiaca páska na zemi) a cieľ (kôš, vedro, väčší hrniec...), do ktorého budú hádzať „loptičky“. Nemusíš mať skutočné loptičky, namiesto nich dokonale poslúžia papiere veľkosti A4 pokrčené do gule. Takýto pokrčený papier môžeš použiť aj v nasledujúcej aktivite... Použiť sa dá aj skutočný terč a šípky...
- Jednotlivé skupiny si vyžrebujú stanovište, na ktorých budú hádzať „loptičky“. Za každý zásah cieľa získavajú bod. Každé stanovište má iné podmienky:
 - prvé stanovište má cieľ veľmi blízko štartovacej čiary;
 - druhé stanovište má cieľ veľmi ďaleko od štartovacej čiary;
 - na treťom stanovišti dostanú účastníci viac „loptičiek“ ako ostatní;
 - na poslednom stanovišti je medzi štartovacou čiarou a cieľom veľká prekážka (napr. kus nábytku) alebo majú účastníci zaviazané oči.

STRELNÉ MODLITBY

- Vysvetli účastníkom, že Janko zažíval vo väzení ťažké zápasy medzi realitou a fikciou. Modlil sa preto **strelné modlitby**. Spýtaj sa účastníkov, či poznajú a či aj používajú strelné modlitby, ktoré vyjadrujú vzťah k Bohu uprostred bežných udalostí dňa...
- Vráťte sa k hádzaniu – resp. strieľaniu „loptičiek“ do cieľa. Loptičky symbolizujú naše strelné modlitby a cieľ predstavuje Boha. Ten je vždy rovnaký, pripravený, počúvajúci s otvorenou náručou. Štartovacie čiary si však vyberáme sami, podobne ako sme si ich losovali v hre. Pýtaj sa účastníkov, či si za jednotlivými stanovišťami vedia predstaviť konkrétne životné okolnosti...
 - **štart blízko k cieľu:**
trafiť do cieľa je ľahké, ak sme blízko k Bohu, ak žijeme v milosti, sviatostne, ak s ním budujeme vzťah v modlitbe, čítaním Božieho slova...;
 - **štart ďaleko od cieľa:**
trafiť sa do cieľa je náročnejšie, vzťah k Bohu sa ťažko udržuje, ak chýba blízkosť, ak ho nevnímame ako vzťah, ale ako povinnosť, ako niečo chladné, vzdialené, nepoznané...;
 - **viac „loptičiek“:**
trafiť sa do cieľa je oveľa pravdepodobnejšie, časté strelné modlitby upevňujú vzťah a vedomie Božej blízkosti;
 - **prekážka pred cieľom/neviditeľný cieľ:**
trafiť sa do cieľa je veľmi ťažké, prekážky alebo neschopnosť vidieť cieľ symbolizujú prekážky vo vzťahu s Bohom, naše hriechy, zlozvyky...
- Vyzvi účastníkov, aby si vzali „loptičku“ z pokrčeného papiera, rozvinuli ho a napísali si naň svoje strelné modlitby. Pokrčený papier môže znázorňovať našu slabosť a krehkosť. Boh nás však miluje takých, akí sme... Pokrčený papier so strelnou modlitbou si môžu účastníci vziať domov a vystaviť na viditeľné miesto, aby si pri pohľade naň spomenuli na strelné modlitby.

POCHYBNOSTI

- Vysvetli účastníkom, že Jankovu dušu vo väzení prenikali úzkosti a boje, zápasil s vlastnými myšlienkami, ktoré ho privádzali na pokraj zúfalstva. Pochyboval aj o sebe samom. V takých momentoch nie je jednoduché objasniť svoj kríž a nasledovať Krista. Je to neustály boj sprevádzaný pádmi, ale aj výstupmi nahor. Cieľ je v nedohľadne, lebo človeka obklopuje zvláštna hmla. Spýtaj sa účastníkov, s akými pochybnosťami zápasia oni.
- **pochybnosti o sebe** (*Dokážem v živote naozaj milovať? Viem sa postaviť na vlastné nohy? Zvládnem milovať niekoho celý život? Postarám sa raz o rodinu? Dokážem odpustiť sám sebe?*);
- **pochybnosti o správnosti svojich rozhodnutí** (Ako často sa v mojom slovníku, či už vyslovenom, alebo pomyslenom, opakuje fráza: *Keby som bol/bola... Keby som vtedy nebol/nebola...?*);
- **pochybnosti o láske rodičov** (*Je so mnou mama/otec spokojný? Správam sa/študujem podľa ich očakávaní?*);
- **pochybnosti o láske priateľa/priateľky** (*Keby si vedel, aký/aká v skutočnosti som, čo by si si o mne pomyslel?*);
- **pochybnosti o Bohu a jeho odpustení** (*Zaujíma sa Boh o môj život? Dokáže mi odpustiť vždy a všetko? Ako som reagoval na vlastné zlyhanie? Prosbou Bohu o odpustenie a istotou, že aj tak som milovaný? Alebo som si povedal – Aký som zlý...?*)
- Rozdeľ účastníkov do dvojíc. Všetci účastníci si na papier napíšu svoje vlastné pochybnosti, s ktorými bojujú. Za každou pochybnosťou nechajú voľný riadok. Potom si papiere vymenia a za pochybnosti priateľa budú hľadať v Božom slove odpoveď, čo im na to Božie slovo hovorí. K dispozícii budú mať pripravené citáty alebo len súradnice. Potom si vrátia svoje zoznamy pochybností aj s odpoveďami.

Pane, trápi ma pochybnosť

.....

a ty mi hovoríš: „Na mňa zlož všetky svoje starosti, ja sa postarám!“
(porov. 1 Pt 5, 7)

- Aktivita môže prebiehať aj spoločne. Účastníci napíšu svoje pochybnosti na malé papieriky, ktoré vložia do spoločného košíka. Každý účastník môže napísať aj viac pochybností, každú na samostatný papierik. Potom ich budú náhodne vyťahovať, prečítajú ich nahlas v neutrálnej forme a spoločne hľadajú odpoveď z Božieho slova. Citáty z Písma môžete mať vytlačené na väčšom papieri, viditeľnom pre všetkých, alebo tiež samostatne na malých papierikoch v druhom košíku. Náhodné losovanie pochybností a Božích odpovedí môže mať formu modlitby, ktorá trochu pripomína litánie... Ty najlepšie zväz, aká forma bude pre tvoju skupinku najlepšia...

... a ty mi hovoríš:

- „Neboj sa, ja som s tebou!“ (*Iz 41, 10*)
- „Neboj sa, veď som s tebou ja, neobzeraj sa, veď ja som tvoj Boh, posilňujem ťa, ba pomáham ti, držím ťa svojou spásnou pravicom.“ (*Iz 41, 10*)
- „Láskou odvekou ťa milujem!“ (*porov. Jer 31, 3*)
- „Či zabudne žena na svoje nemluvňa a nemá zľutovania nad plodom svojho lona? I keby ona zabudla, ja nezabudnem na teba. Hľa, do dlaní som si ťa vryl!“ (*porov. Iz 49, 15 – 16*)
- „Ja, Pán, ktorý som tvojím vodcom, budem s tebou, nenechám ťa a neopustím ťa. Neboj sa, ani sa neľakaj!“ (*Dt 31, 8*)
- „Poď ku mne a ja ťa posilním!“ (*porov. Mt 11, 28*)
- „Vo svete máte súženie, ale dúfajte, ja som premohol svet!“ (*Jn 16, 33*)
- „Pokoľ vám zanechávam, svoj pokoj vám dávam. Ale ja vám nedávam, ako svet dáva. Nech sa vám srdce nevzrušuje a nestrachuje“ (*Jn 14, 27*)
- „... si drahý mojím očiam, vzácny a ja ťa milujem.“ (*Iz 43, 4*)
- „Ja, tvoj Boh, ti zotriem z očí každú slzu.“ (*porov. Zjv 7, 17*)
- „Ak som ja, tvoj Boh, za teba, kto môže byť proti tebe?“ (*porov. Rim 8, 31*)
- „Či som ti neprikázal: Buď silný a udatný, neboj sa a neľakaj sa!? Veď Pán, tvoj Boh, je s tebou pri všetkom, čo podnikneš!“ (*Joz 1, 9*)



KONKRÉTNE VÝZVY & PREDSAVZATIA

- Začnem si viesť duchovný denník.
- Pomodlím sa za všetkých ľudí, ktorým nedávno zomrel niekto blízky.
- Pomodlím sa za niekoho, kto mi ublížil.
- Napíšem človeku, ktorý odišiel z nášho spoločenstva, budem sa zaujímať o to, ako sa má.
- Pokiaľ mám nejakú nevyriešenú záležitosť (napr. som pohádaný, nahnevaný na niekoho alebo niekto na mňa), skontaktujem sa s danou osobou a dám jej svoje odpustenie/požiadam ju o odpustenie.
- Zorganizujem v miestnom spoločenstve (v spolupráci s miestnym kňazom) adoráciu na tému „odpustenie“.



MODLITBA

V Jankovom živote malo dôležité miesto **Ježišovo Srdce** – už ako dieťa zažil procesie na sviatok Božského Srdca Ježišovho. V období väznenia sa pár dní po vynesení rozsudku stretol so svojimi spolubratmi v bratislavskom Justičnom paláci v jednej cele. Po radostných rozhovoroch vraj ktosi nakreslil na stenu väznice Ježišovo Srdce. Spájalo ich, milovalo ich, identifikovali sa s ním.

Ruzyň, väznica povestná svojou krutosťou psychického mučenia, bola pre Janka miestom toho najväčšieho utrpenia, ale zároveň najväčších milostí. „*Všetko pre teba, Najsvätejšie Srdce Ježišovo!*“ napísal si do svojho denníka. Tomuto Srdcu sa pripodobňoval, keď ho psychicky mučili, keď zápasil o svoju dušu, keď hmla zastrela jeho duchovný zrak. Doráňaný na duši i na tele, neskôr pripútaný k nemocničnému lôžku prosil, aby sa Božia láska stala preňho vzorom, aby sa ňou nechal úplne prežiarit: „*Pane, daj, aby moje srdce len po tebe túžilo, aby som bol s tebou stále spojený.*“ Jankovo srdce, poznačené dlhoročnou drinou, vyčerpaním, zimou, biednou stravou a duševnou krízou, chradlo a bilo čoraz nepravidelnejšie. Spojenie dvoch srdiec sa napína... „*Celý svet mi je ničím, ak ťa nemám v srdci, Pane!*“

Janko sa veľmi rád modlieval *Litánie k Božskému Srdcu*. Pre mnohých dnešných mladých sú ďalšou veľkou neznámou... Táto modlitba odhaľuje, že všetky invokácie sú pevne zakotvené v Písme. **Klaníme sa vtelenému Slovu a jeho Srdcu, ktoré sa z lásky k ľuďom nechalo prebodnúť za naše hriechy (KKC 2669).** Litánie schválil pápež Lev XIII. v roku 1899.

- Rozdaj mladým text litánií alebo ho premietni na stenu. Nechaj im čas, aby si spomedzi invokácií vybrali najkrajšie, osobne blízke, nepochopiteľné... Potom sa spoločne o všetkom zdieľajte.
- Pýtaj sa účastníkov, prečo je srdce takým dôležitým symbolom, kde všade sa s ním stretajú, či niekomu darovali/od iného dostali symbolické srdce...
- Srdce bolo v dávnej minulosti považované za centrum človeka. Dodnes používame označenia ako „človek s dobrým/veľkým srdcom“. Vyzvi účastníkov, či si spomenú aj na iné opisy ľudských vlastností/slovné spojenia so srdcom (*napr. dobrosrdečnosť, kamenné srdce, srdcové záležitosti...*).
- Ak máte medzi sebou niekoho šikovného v biológii, študenta medicíny alebo lekára, môžete o srdci hovoriť aj ako o dôležitom a fascinujúcom ľudskom orgáne (*napr. je to najaktívnejší sval tela, ktorý prečerpá 5 litrov krvi za minútu, teda denne 7 200 litrov!*).
- Vyzvi účastníkov, aby ostali chvíľu v úplnom tichu a uvedomili si/nahmatali si vlastný tep. Môžete spolu ďakovať Bohu za život, že nám naše srdcia „bijú“...
- Po diskusii rozdeľ účastníkov do skupín. Každé skupine daj časť litánií na samostatnom papieri a zoznam súradníc biblických citátov odkazujúcich na dané invokácie. Ich úlohou bude vyhľadať v Písme dané súradnice a priradiť biblické citáty k invokáciám.
- Po skončení sa pozdieľajte, čo podnetné vás oslovilo... Každá skupinka nech predstaví ostatným biblické pozadie jednotlivých invokácií.
- Na záver sa spolu pomodlite celé znenie litánií.

LITÁNIE K NAJSVÄTEJŠIEMU SRDCU JEŽIŠOVU

Pane, zmiluj sa. *Pane, zmiluj sa.*
 Kriste, zmiluj sa. *Kriste, zmiluj sa.*
 Pane, zmiluj sa. *Pane, zmiluj sa.*

Otec na nebesiach, Bože, *zmiluj sa nad nami.*
 Syn, Vykupiteľ sveta, Bože, *zmiluj sa nad nami.*
 Duch Svätý, Bože, *zmiluj sa nad nami.*
 Svätá Trojica, jeden Boh, *zmiluj sa nad nami.*

Srdce Ježišovo, Srdce Syna večného Otca, (1 Jn 4, 14 – 15)
 Srdce Ježišovo, Duchom Svätým utvorené v lone panenskej Matky, (Lk 1, 34 – 35)
 Srdce Ježišovo, podstatne zjednotené s Božím Slovom, (Jn 1, 14)
 Srdce Ježišovo, Srdce nekonečnej velebnosti, (2 Pt 1, 16)
 Srdce Ježišovo, svätý chrám Boží, (Jn 2, 19 – 21)
 Srdce Ježišovo, stánok Najvyššieho, (Zjv 21, 2 – 3)
 Srdce Ježišovo, dom Boží a brána do neba, (Jn 10, 9)
 Srdce Ježišovo, horiace ohnisko dobročinnnej lásky, (Hebr 12, 28 – 29)
 Srdce Ježišovo, schránka spravodlivosti a láskavosti, (Lk 23, 47)
 Srdce Ježišovo, plné dobroty a ľúbosti, (Ef 2, 4 – 7)
 Srdce Ježišovo, hĺbokosť všetkých čností, (Hebr 7, 26 – 27)
 Srdce Ježišovo, najhodnejšie všetkej chvály, (Zjv 5, 12 – 13)
 Srdce Ježišovo, kráľ a stredisko všetkých srdc, (Jn 18, 37)
 Srdce Ježišovo, v ktorom sú všetky poklady múdrosti a poznania, (Rim 11, 33 – 36)
 Srdce Ježišovo, v ktorom prebýva všetka plnosť božstva, (Jn 10,30)
 Srdce Ježišovo, v ktorom má Otec zaľúbenie, (2 Pt 1, 17 – 18)
 Srdce Ježišovo, z ktorého plnosti my všetci sme čerpali, (Jn 1, 16 – 17)
 Srdce Ježišovo, túžba za večnými výšinami, (Jn 14, 1 – 3)
 Srdce Ježišovo, trpezlivé a veľmi milosrdné, (Joel 2, 12 – 13)
 Srdce Ježišovo, bohaté pre všetkých, čo Ťa vzývajú, (Rim 10, 12 – 13)
 Srdce Ježišovo, prameň života a svätosti, (Ef 5, 25 – 27)
 Srdce Ježišovo, zmierna obeta za naše hriechy, (1 Jn 4, 10)
 Srdce Ježišovo, potupami preplnené, (Iz 50, 6)
 Srdce Ježišovo, pre naše neprávosti strýznené, (Iz 53, 5)
 Srdce Ježišovo, až na smrť poslušné, (Flp 2, 6 – 8)
 Srdce Ježišovo, kopijou prebodnuté, (Jn 19, 33 – 34)
 Srdce Ježišovo, prameň všetkej útechy, (2 Kor 1, 3 – 4)
 Srdce Ježišovo, náš život a naše vzkriesenie, (Jn 11, 25 – 26)
 Srdce Ježišovo, náš pokoj a naše zmierenie, (Ef 2, 14 – 16)
 Srdce Ježišovo, obeta za hriešnikov, (Iz 53, 10)
 Srdce Ježišovo, spása všetkých, čo v teba dúfajú, (1 Tim 4, 10)
 Srdce Ježišovo, nádej všetkých, čo v tebe umierajú, (1 Sol 4, 13 – 14)
 Srdce Ježišovo, slasť všetkých svätých, (Ž 16, 11)

V Jankovom denníku nachádzame hlboké myšlienky k litániovým invokáciám. Môžeš ich použiť pri odkrývaní tajomstiev litánií alebo pri modlitbe...

Srdce Ježišovo, hlbokosť všetkých čností

Pán Ježiš nás učil nielen poznať Otca, ale ho i milovať.
 Ako? Nič zvláštne – nasledovať Krista.
 Stvárňovať ho v sebe.
 Zahodiť formalizmus, fingované svätuškárstvo.
Zatiahni na hlbinu!
 Odteraz budeš loviť ľudí! Ako? Príkladom... dobrým životom.
 Prežívať a uvedomovať si často prítomnosť Krista v nás!
 Je možné potom mať zatvrdnuté srdce voči milosti?
Proste a dostanete...
 Hľadajte...
 Klopte...
V hlbokom živote Kristovom nájde každý za každej okolnosti nielen povzbudenie, ale i pomoc.

Srdce Ježišovo, potupením nasýtené

Boh, Ježiš Kristus – uteká pred ľudskou zlobou do Egypta.
 Zajatie v Getsemanskej záhrade... Judášov bozk.
 Tvorstvo súdi svojho Pána! Či to nie je opovážlivosť?
 Potupa... bičovanie... trním korunovanie... plúvanie... posmech... posmešné klaňanie.
 Ukrižovanie medzi lotrami a potupná smrť.
 Urážanie Najsvätejšej sviatosti oltárnej.
 Výsmech, rúhanie. I dnes!
 Ako ďalej?
 Boh tak miloval svet... za potupu nám dáva svoju lásku.

Záver: Zvrúčniť svoj vzťah k Najsvätejšiemu Srdcu, nechať sa prežiariť jeho láskou.
 Odprosovanie... zmierovanie... aj za iné duše.
Široký rámeč pokánia...

Srdce Ježišovo, až na smrť poslušné

Pán Ježiš sa nikdy nestážoval na bolesť a utrpenie.
Otče, nie moja, ale tvoja vôľa...
 Mojím pokrmom je plniť vôľu Toho, ktorý ma poslal.
Mňa prenasledovali – i vás budú.
 Kalvária.
Do tvojich rúk porúčam svojho ducha.
 Pane, z lásky prijímam svoj kríž.
 Pomôž mi ho niesť. Daj silu.
Najsvätejšie Srdce Ježišovo, tvoja Láska nech je mi vzorom!

