

Pät

Denné zamyslenia

minút

nad evanjeliom

s Bohom

2025

Denné zamyslenia
nad evanjeliom

2025

Päť

Denné zamyslenia

minút

nad evanjeliom

& Bohom

2025

© Nakladatelství PAULÍNKY, 2024
www.paulinky.cz

podľa českého originálu: *Evangelium na každý den 2025*

Vydal © Zachej.sk, 2024
Preklad © Silvia Koscelanská-Hajdučková
Grafika © Bookwork.sk

Jazyková korektúra: Michaela Gočalová

Nihil obstat: prof. ThDr. Cyril Hišem, PhD.
Imprimatur: Mons. Bernard Bober, arcibiskup – metropolita,
ABÚ Košice – Prot. č. 587/24, 27. 5. 2024

Evanjeliové texty sú použité z Lekcionárov I. – IV.
so súhlasom Liturgickej komisie Konferencie biskupov
Slovenska, prot. č. 635/2021 vydaný v Rožňave
22. novembra 2021.

ISBN 978-80-8211-737-3

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto publikácie
sa nesmie reprodukovať v žiadnej podobe ani žiadnym
spôsobom (elektronicky, mechanicky, fotokópiami ani iným
spôsobom) bez súhlasu vlastníka autorských práv.

PREDHOVOR

Po skončení štúdia teológie a po diakonskej vysviacke som nastúpil na vojenskú službu. V našich kasárňach v Kroměříži v tej dobe ešte fungovala „mazácka vojna“ – teda nadvláda služobne starších vojakov nad mladšími. Keď sa tomu človek vzoprel, čo bol môj prípad, stal sa terčom rôznych vyhrážok a niekedy aj fyzických útokov. Bolo to psychicky veľmi náročné obdobie. Dostal som ponuku požiadať o „modrú knižku“ – teda o prepustenie z vojenskej služby zo zdravotných dôvodov. Vnímal som však, že tam mám svoje miesto a svoju úlohu. Napriek tomu mi k ďalšiemu pokračovaniu dochádzali sily.

V tej chvíli ku mne pri čítaní Biblie prehovoril Boh prostredníctvom veršu zo 118. žalmu: „*Pán je so mnou, nuž nebojím sa; čože mi môže urobiť človek?*“ Túto vetu som si v nasledujúcich týždňoch a mesiacoch opakoval stokrát, tisíckrát... Doslova ma držala pri živote a pomohla mi prekonať to ťažké obdobie.

Verím, že takto živo a účinne chce Pán prehovárať do života každého z nás. A tak ti prajem, aby sa aj pre teba Božie slovo stávalo čoraz viac zdrojom svetla, sily a pokoja na tvojej životnej ceste.

P. Peter Karas

Nm 6, 22-27; Ž 67; Gal 4, 4-7; Lk 2, 16-21

Evanjelium

Lk 2, 16-21

Pastieri sa poponáhľali do Betlehema a našli Máriu a Jozefa i dieťa uložené v jaslach. Keď ich videli, vyrozprávali, čo im bolo povedané o tomto dieťati. A všetci, ktorí to počúvali, divili sa nad tým, čo im pastieri rozprávali. Ale Mária zachovávala všetky tieto slová vo svojom srdci a premýšľala o nich.

Pastieri sa potom vrátili a oslavovali a chválili Boha za všetko, čo počuli a videli, ako im bolo povedané.

Po ôsmich dňoch, keď ho bolo treba obrezať, dali mu meno Ježiš, ktorým ho anjel nazval skôr, ako sa počal v živote matky.

Podnet na zamyslenie

Do nového občianskeho roka vstupujeme v spoločnosti Božej Matky. Tento „titul“ bol Márii priznaný na koncile v Efeze v roku 431. Nie je to také samozrejmé, ako by sa mohlo zdať. V časoch pred koncilom sa objavovali otázky, či je Ježiš skutočným Bohom. A ak áno, tak odkedy. Na prvú otázku odpovedali – samozrejme, na základe biblických výrokov – už predchádzajúce dva koncily („pravý Boh z Boha pravého, jednej podstaty s Otcom“). A Efezský koncil dodáva: Ježiš nebol Bohom „adoptovaný“ až pri krste v rieke Jordán. Človečenstvo s božstvom sa v ňom spája od jeho počatia.

My dnes môžeme rozjímať predovšetkým nad samotným menom Ježiš, ktoré znamená „Boh, ktorý zachraňuje“. Do ďalšieho roka svojho života vstupujem s Tým, ktorý túži po mojej záchra-ne. S Tým, ktorý mi bude stále nablízku. S Ježišom, mojím Pánom, Spasiteľom a Dobrým pastierom.

1 Jn 2, 22-28; Ž 98; Jn 1, 19-28

Evanjelium

Jn 1, 19-28

Toto je Jánovo svedectvo: Keď Židia z Jeruzalema poslali k nemu kňazov a levitov, aby sa ho pýtali: „Kto si ty?“, on vyznal a nič nezaprel. Vyznal: „Ja nie som Mesiáš.“

„Čo teda,“ pýtali sa ho, „si Eliáš?“ Povedal: „Nie som.“

„Si prorok?“ Odpovedal: „Nie.“

Vraveli mu teda: „Kto si? Aby sme mohli dať odpoveď tým, čo nás poslali. Čo hovoríš o sebe?“

Povedal: „Ja som hlas volajúceho na púšti: ‚Vyrovnajte cestu Pánovi,‘ ako povedal prorok Izaiáš.“

Tí vyslaní boli spomedzi farizejov. A pýtali sa ho: „Prečo teda krstíš, keď nie si Mesiáš ani Eliáš, ani prorok?“

Ján im odpovedal: „Ja krstím vodou. Medzi vami stojí ten, ktorého nepoznáte. On prichádza po mne a ja nie som hoden rozviazať mu remienok na obuvi.“

To sa stalo v Betánii za Jordánom, kde Ján krstil.

Podnet na zamyslenie

Ďalším dôležitým impulzom, ktorý ma môže počas celého roka sprevádzať, je výrok: „Vyrovnaj cestu Pánovi!“

Včera som sa uistil o tom, že Ježiš je vždy so mnou. Vždy si nájde spôsob, ako mi byť nablízku. Je tu však otázka, či aj ja verne a úprimne hľadám cesty a spôsoby, ako mu otvárať svoje srdce, ako ho pozývať do svojich rozhodnutí. Je dôležité mu to povedať. Napríklad slovami: Ježišu, pozývam ťa do celého tohto roka, do každého dňa. Buď jeho Pánom. Buď prítomný vo všetkom, čo budem robiť, myslieť a hovoriť. Veď ma po svojich cestách, lebo verím, že ony sú cestami života.

1 Jn 2, 29 - 3, 6; Ž 98; Jn 1, 29-34

Evanjelium

Jn 1, 29-34

Keď Ján videl, ako k nemu prichádza Ježiš, zvolal: „Hľa, Boží Baránok, ktorý sníma hriech sveta. Toto je ten, o ktorom som hovoril: Po mne prichádza muž, ktorý je predo mnou, lebo bol prv ako ja. Ani ja som ho nepoznal, ale preto som prišiel a krstím vodou, aby sa on stal známym Izraelu.“

Ján vydal svedectvo: „Videl som Ducha, ktorý ako holubica zostupoval z neba a spočinul na ňom. Ani ja som ho nepoznal, ale ten, čo ma poslal krstiť vodou, mi povedal: ‚Na koho uvidíš zostupovať Ducha a spočinúť na ňom, to je ten, čo krstí Duchom Svätým.‘ A ja som to videl a vydávam svedectvo, že toto je Boží Syn.“

Podnet na zamyslenie

„Hľa, Baránok Boží, ktorý sníma hriechy sveta.“ Tieto Jánove slová z dnešného evanjelia počúvame pri každej svätej omši pred svätým prijímaním. Rovnako ako iné často opakované slová ich už možno vnímame automaticky a rovnako na ne odpovedáme: „Pane, nie som hoden...“

Pritom ide o niečo veľmi zásadné. Ježiš prišiel práve preto, aby tento svet už nebol v zajatí hriechu. Prišiel preto, aby som ja sám nebol otrokom zla. Prišiel zmyť hriech sveta – aj ten môj. Nikto iný to nedokáže. Žiadny psychológ ani mentálny kouč ma nezbaví mojej viny. Iba Ježiš má tú moc – moc lásky, božstva, obety...

Aký hriech by som mu práve v tejto chvíli chcel zveriť s prosbou o odpustenie a oslobodenie?

1 Jn 3, 7-10; Ž 98; Jn 1, 35-42

Evanjelium

Jn 1, 35-42

Ján stál s dvoma zo svojich učeníkov. Keď videl Ježiša ísť okolo, povedal: „Hľa, Boží Baránok.“

Tí dvaja učeníci počuli, čo hovorí, a išli za Ježišom. Ježiš sa obrátil a keď videl, že idú za ním, opýtal sa ich: „Čo hľadáte?“

Oni mu povedali: „Rabbi – čo v preklade znamená: Učiteľ –, kde bývaš?“

Odpovedal im: „Podte a uvidíte!“

Šli teda, videli, kde býva, a zostali v ten deň u neho. Boli asi štyri hodiny popoludní.

Jeden z tých dvoch, čo to počuli od Jána a nasledovali Ježiša, bol Ondrej, brat Šimona Petra. On hneď vyhľadal svojho brata Šimona a povedal mu: „Našli sme Mesiáša,“ čo v preklade znamená Kristus. A priviedol ho k Ježišovi.

Ježiš sa naňho zahľadel a povedal: „Ty si Šimon, syn Jánov, ale budeš sa volať Kéfas,“ čo v preklade znamená Peter.

Podnet na zamyslenie

V dnešnom evanjeliu hrajú veľkú úlohu mená i oslovenia. Zostaňme pri prvom z nich: „Rabbi“ – čo v preklade znamená: Majster. V 23. kapitole Matúšovho evanjelia Ježiš jasne hovorí, že len on si zaslúži toto oslovenie. Majster je ten, od ktorého sa učím, ten, koho nasledujem. Je to skutočne tak? Môžem sa pýtať ďalej: Čo som sa v poslednom čase od Pána naučil? Kedy naposledy ma pri čítaní evanjelia alebo počas svätej omše oslovili Ježišove slová? Nosím niektoré z nich v srdci? A snažím sa ich uvádzať do života?

Sir 24, 1b-2. 12-16; Ž 147; Ef 1, 3-6. 15-18; Jn 1, 1-18 alebo kratšie Jn 1, 1-5. 9-14

Evanjelium

Jn 1, 1-5. 9-14

Na počiatku bolo Slovo a Slovo bolo u Boha a to Slovo bolo Boh.

Ono bolo na počiatku u Boha. Všetko povstalo skrze neho a bez neho nepovstalo nič z toho, čo povstalo. V ňom bol život a život bol svetlom ľudí. A svetlo vo tmách svieti, a tmy ho neprijali. Právě svetlo, ktoré osvecuje každého človeka, prišlo na svet. Bol na svete a svet povstal skrze neho, a svet ho nepoznal.

Prišiel do svojho vlastného, a vlastní ho neprijali. Ale tým, ktorí ho prijali, dal moc stať sa Božími deťmi: tým, čo uverili v jeho meno, čo sa nenarodili ani z krvi, ani z vôle tela, ani z vôle muža, ale z Boha.

A Slovo sa telom stalo a prebývalo medzi nami. A my sme uvideli jeho slávu, slávu, akú má od Otca jednorodný Syn, plný milosti a pravdy.

Podnet na zamyslenie

„A svetlo vo tmách svieti a tmy ho neprijali.“ V Ježišovi prišlo na tento svet Božie svetlo, ktoré má moc zahnať každú temnotu: temnotu strachu, temnotu hriechu, temnotu pookušenia i duchovnej spútanosti. Niekedy aj my, veriaci ľudia, máme dojem, že v tomto svete víťazí temnota. Dotýkajú sa nás negatívne správy o vojnách, nepokojoch, katastrofách, ekonomických či ekologických krízach... Sami sme tvárou v tvár týmto negatívnym veciam slabí a bezmocní. O to viac potrebujeme pozývať Ježiša s jeho svetlom do našich srdc, do našich myslí, do nášho pohľadu na svet, ktorý nás obklopuje. Potom sa i my môžeme stávať

svetlom; môžeme sa stávať požehnaním, ako to kedysi povedal Boh Abrahámovi.

Môžem uvažovať: som vo svojich slovách a skutkoch tým, kto okolo seba šíri pokoj a svetlo alebo sa ľahko pridávam k negatívnym pohľadom a rečiam? Možno v tejto oblasti vidím svoj nedostatok. A tak môžem s dôverou prosiť Krista: Pane, pomáhaj mi byť nositeľom tvojho svetla a života!

Iz 60, 1-6; Ž 72; Ef 3, 2-3a. 5-6; Mt 2, 1-12

Evanjelium

Mt 2, 1-12

Keď sa za čias kráľa Herodesa v judejskom Betleheme narodil Ježiš, prišli do Jeruzalema mudrci od východu a pýtali sa: „Kde je ten novonarodený židovský kráľ? Videli sme jeho hviezdu na východe a prišli sme sa mu pokloniť.“

Keď to počul kráľ Herodes, rozrušil sa a celý Jeruzalem s ním. Zvolal všetkých veľkňazov a zákonníkov ľudu a vyzvedal sa od nich, kde sa má narodiť Mesiáš.

Oni mu povedali: „V judejskom Betleheme, lebo tak píše prorok: „A ty, Betlehem, v judejskej krajine, nijako nie si najmenší medzi poprednými mestami Judey, lebo z teba vyjde vojvoda, ktorý bude spravovať môj ľud, Izrael.““ Tu si dal Herodes potajomky zavolať mudrcov a podrobne sa ich povypytoval, kedy sa im zjavila hviezda. Potom ich poslal do Betlehema a povedal: „Chodte a dôkladne sa vypytujte na dieťa. Keď ho nájdete, oznámte mi, aby som sa mu aj ja šiel pokloniť.“

Oni kráľa vypočuli a odišli. A hľa, hviezda, ktorú videli na východe, išla pred nimi, až sa zastavila nad miestom, kde bolo dieťa. Ako zbadali hviezdu, nesmierne sa zaradovali.

Vošli do domu a uvideli dieťa s Máriou, jeho matkou, padli na zem a klaňali sa mu. Potom otvorili svoje pokladnice a dali mu dary: zlato, kadidlo a myrhu. A keď vo sne dostali pokyn, aby sa nevracali k Herodesovi, inou cestou sa vrátili do svojej krajiny.

Podnet na zamyslenie

Mudrci sú jednými z prvých, ktorí sa stretávajú s novonarodeným Ježišom. Prišli od východu, pravdepodobne z veľkej diaľky. Vydali sa na namáhavú cestu spojenú s nebezpečenstvom a neistotou. Podobne to kedysi bolo aj s Abrahámom. Aj on sa na Boží pokyn vydal na cestu tak ako mudrci.

Aj ľudský život je cestou. Pokiaľ človek len sedí na mieste – hoci sa aj modlí –, ale nič nepodnikne, nepohne sa ďalej. Niekedy je potrebné urobiť krok viery a ísť do neistoty. Urobiť ho vo viere, že Boh povedie moje kroky. Potom môžem prežiť stretnutie s Ježišom, ktorý koná skrze mňa aj napriek mojej slabosti. Môže to byť stretnutie, ktoré premení môj život či životy druhých.

1 Jn 3, 22 – 4, 6; Ž 2; Mt 4, 12-17. 23-25

Evanjelium

Mt 4, 12-17. 23-25

Keď sa Ježiš dopočul, že Jána uväznili, odobral sa do Galiley. Opustil Nazaret a prišiel bývať do pobrežného mesta Kafarnaum, v končinách Zabulon a Neftali, aby sa splnilo, čo povedal prorok Izaiáš: „Krajina Zabulon a krajina Neftali, na ceste k moru, za Jordánom, Galilea pohanov! Ľud bývajúci v temnotách uvidel veľké svetlo. Svetlo zažiarilo tým, čo sedeli v temnom kraji smrti.“

Od tej chvíle začal Ježiš hlásať: „Robte pokánie, lebo sa priblížilo nebeské kráľovstvo.“

A Ježiš chodil po celej Galilei, učil v ich synagógach, hlásal evanjelium o kráľovstve a uzdravoval každý neduh a každú chorobu medzi ľuďmi.

Povešť o ňom sa rozniesla po celej Sýrii. Prinášali k nemu všetkých chorých, postihnutých rozličnými neduhmi a trápením, posadnutých zlými duchmi, námesačníkov a ochrnutých, a on ich uzdravoval. A šli za ním veľké zástupy z Galiley a Dekapola, z Jeruzalema, Judey a Zajordánska.

Podnet na zamyslenie

„Robte pokánie, lebo sa priblížilo nebeské kráľovstvo.“ Ježiš nám hovorí, že Božie kráľovstvo, to nie je len večný život, na ktorom túžime mať účasť. Božie kráľovstvo môžem už dnes zakúšať vo svojom srdci, vo svojom živote i vo svojich vzťahoch. Aby sa tak stalo, je nutné sa vždy znovu odvracať od hriechu a vrátiť sa na Božie cesty.

Naozaj túžim po tom, aby sa skrze mňa šírilo Božie kráľovstvo v tomto svete? Čo pre to urobím práve dnes?

1 Jn 4, 7-10; Ž 72; Mk 6, 34-44

Evanjelium

Mk 6, 34-44

Keď Ježiš videl veľký zástup, zľutoval sa nad nimi, lebo boli ako ovce bez pastiera. A začal ich učiť mnohým veciam.

Keď už bolo veľa hodín, pristúpili k nemu jeho učeníci a hovorili: „Toto miesto je púste a je už veľa hodín. Rozpusť ich, nech sa rozídu do okolitých osád a dedín kúpiť si niečo na jedenie.“

On im odpovedal: „Vy im dajte jesť!“

Vraveli mu: „Máme ísť nakúpiť za dvesto denárov chleba a dať im jesť?“

Opýtal sa ich: „Kolkto máte chlebov? Choďte sa pozrieť!“

Keď to zistili, povedali: „Päť a dve ryby.“

Tu im rozkázal usadiť všetkých po skupinách na zelenú trávu. A posadali si v skupinách po sto a po päťdesiat.

Potom vzal päť chlebov a dve ryby, pozdvihol oči k nebu, dobrorečil, lámal chleby a dával svojim učeníkom, aby im ich rozdávali. Aj obe ryby rozdelil všetkým. Všetci jedli a nasýtili sa, ba ešte nazbierali dvanásť plných košov odrobín a zvyškov z rýb. A tých, čo jedli chleby, bolo päťtisíc mužov.

Podnet na zamyslenie

Ježiš nie je šikovný politik, ktorý využíva svoje schopnosti na to, aby si získal priazeň ľudí. Jeho motivácia je celkom odlišná – je ňou súcit. Je mu ľúto ľudí, vníma ich núdzu a ich potreby. Pán má súcit aj so mnou, s mojím trápením, s mojou núdzou. Zároveň odo mňa čaká, že sa od neho budem učiť tomuto postoju.

Kto z ľudí okolo mňa v tomto čase zvlášť potrebuje pocítiť moju spoluúčasť a môj súcit?

1 Jn 4, 11-18; Ž 72; Mk 6, 45-52

Evanjelium

Mk 6, 45-52

Keď Ježiš nasýtil päťtisíc mužov, hneď prinútil svojich učeníkov, aby nastúpili na loď a išli napred na druhý breh k Betsaide, kým on rozpustí ľud. Keď ich rozpustil, odišiel na vrch modliť sa.

A keď sa zvečeralo, loď bola uprostred mora a on sám na zemi. Videl ich, ako sa namáhajú pri veslovaní, lebo vietor dul proti nim. A nad ránom, kráčajúc po mori blížil sa k nim a chcel ich obísť.

Keď ho videli kráčať po mori, mysleli si, že je to mátoha, a vykriekli; všetci ho totiž videli a zľakli sa. Ale on sa im hneď prihovril: „Vzchopte sa! To som ja, nebojte sa!“

Vstúpil k nim do lode a vietor utíchol. A boli celí ohromení, lebo nepochopili, ako to bolo s chlebmi; ich srdce bolo otupené.

Podnet na zamyslenie

Učeníci sa vydali na cestu na druhý breh jazera, ako im Ježiš prikázal. Namáhavo veslujú proti vetru. Môžeme v tom vidieť symboliku. Snaha o život podľa Ježišových slov alebo o dobrý život vôbec sa vždy skôr či neskôr bude musieť konfrontovať s „protivetrom“ – s nepochopením druhých, s únavou, s pocitom, že moje úsilie neprináša očakávané výsledky... A pritom každý záber vesiel približuje človeka k brehu, hoci to v tej tme nevidí...

Dnešné Ježišove slová povzbudenia patria aj mne: „Vzmuž sa, som ti nablízku! Neprestávaj veslovať dobrým smerom!“

1 Jn 4, 19 – 5, 4; Ž 72; Lk 4, 14-22a

Evanjelium

Lk 4, 14-22a

Ježiš sa v sile Ducha vrátil do Galiley a chýr o ňom sa roznesol po celom kraji. Učil v ich synagógach a všetci ho oslavovali.

Prišiel aj do Nazareta, kde vyrástol. Podľa svojho zvyku vošiel v sobotu do synagógy a vstal, aby čítal. Podali mu knihu proroka Izaiáša. Keď knihu rozvinul, našiel miesto, kde bolo napísané: „Duch Pána je nado mnou, lebo ma pomazal, aby som hlásal evanjelium chudobným. Poslal ma oznámiť zajatým, že budú prepustení, a slepým, že budú vidieť; utláčaných prepustiť na slobodu a ohlásiť Pánov milostivý rok.“

Potom knihu zvinul, vrátil ju sluhovi a sadol si. Oči všetkých v synagóge sa upreli na neho. A on im začal hovoriť: „Dnes sa splnilo toto Písmo, ktoré ste práve počuli.“

Všetci mu prisviedčali a divili sa milým slovám, čo vychádzali z jeho úst.

Podnet na zamyslenie

Pred voľbami sa to zvyčajne len tak hemží rôznymi, často celkom nereálnymi sľubmi, ktoré ľuďom zaručujú ružovú budúcnosť. Väčšinou z nich potom veľa nezostane. A aj keby sa ich podarilo uskutočniť, vieme, že len materiálne zaistenie k naplneniu života nestačí...

Ježiš tiež vystupuje so svojim „programom“. No ten sa veľmi líši od tých politických. Aj preto, že je úplne pravdivý. A ďalej – týka sa celého bytia človeka. Ten, kto „volí“ Ježiša, má istotu, že ho jeho „kandidát“ nikdy neopustí ani nesklame.

1 Jn 5, 5-13; Ž 147; Lk 5, 12-16

Evanjelium

Lk 5, 12-16

Keď bol Ježiš v ktoromsi meste, zjavil sa muž plný malomocenstva. Len čo zbadal Ježiša, padol na tvár a prosil ho: „Pane, ak chceš, môžeš ma očistiť.“

On vystrel ruku, dotkol sa ho a povedal: „Chcem, buď čistý!“ A malomocenstvo z neho hneď zmizlo.

A prikázal mu, že o tom nesmie nikomu hovoriť, ale: „Choď,“ povedal, „ukáž sa kňazovi a prines za svoje očistenie obeť, ako predpísal Mojžiš – im na svedectvo.“

No zvesť o ňom sa tým väčšmi šírila a schádzali sa veľké zástupy, aby ho počuli a dali sa uzdraviť zo svojich chorôb. On sa však utiahol na púšť a modlil sa.

Podnet na zamyslenie

Malomocný si Ježišovu pomoc nevynucuje. Vie, že na ňu nemá žiadny nárok, že si ju nijako nemôže zaslúžiť. Pokiaľ mu Pán pomôže, bude to len a len darom jeho milosrdenstva. No ak veci plynú inak, než sme si naplánovali, mávame to Bohu za zlé. Máme pocit, že zlyhal, že nás oklamal.

Učme sa väčšej dôvere a pokore od malomocného, ktorý – zrejme nevedomky – napĺňa jednu z prosieb modlitby *Otče náš*: Pane, buď vôľa tvoja.