

Z N A M E N I E
K R Í Ź A

Objav moc prežehnania

Bert Ghezzi

Odporúčania

„Ako nám pribúdajú roky, milosť nás tým častejšie pobáda, aby sme očistili svoj život a zakorenili ho len v Bohu. Za touto výzvou sa neskrýva pozvanie hľadať čosi moderné a nové, ale ponoriť sa hlbšie do toho, čo je už osvedčené a zároveň pravdivé. Táto krátka, ale nesmierne bohatá kniha Berta Ghezziho nás vedie práve k tomu. Tá najjednoduchšia modlitba, ktorú sa väčšina z nás naučila ešte v detstve, nás totiž zakaždým vyzýva, aby sme prenikli do podstaty svojho krstu a prisvojili si moc kríža a zmŕtvychvstania v každej situácii, v ktorej sa ocitneme. Máme vari ešte niečo mocnejšie a bohatšie na milosť?“

Páter Brad Milunski, OFM Conv.,
rektor Baziliky svätého Stanislava, Chicopee, Massachusetts

„Bert Ghezzi je autorom mnohých úspešných kníh. V tejto knihe nenapodobiteľným spôsobom rozoberá čosi, čo napohľad vyzerá ako dačo nepatrné a skromné, no napokon odhaľuje, že je to v skutočnosti niečo obrovské a veľkolepé. Kniha *Znamenie kríža* prepája túto známu sväteninu – prežehnanie – s množstvom krásnych a pôsobivých stránok nášho života s Bohom. Prečítajte si túto knihu: uvidíte, že si celkom nanovo začnete vážiť tento starobylý a hlboký úkon viery.“

Paul Thigpen,
autor knihy *Svätí bojovníci proti satanovi*

„Bert Ghezzi umiestnil tento klenot modlitby – znamenie kríža – do kontextu, ktorý odhaľuje jeho krásu, pôvod a posvätnú silu.“

Páter Alfred McBride, O. Praem.,
autor kníh *Essentials of the Faith* a *Images of Jesus*

„Aj keď je táto kniha krátka, je plná múdrosti a poznania. Od jej prečítania hlbšie prežívam prežehnanie.“

Johnette Benkovicová Williamsová,

moderátorka americkej katolíckej televíznej stanice EWTN
a zakladateľka a riaditeľka organizácie Women of Grace

„Bert Ghezzi má často veľmi výstižné postrehy o duchovnom živote. Pri čítaní tejto knihy možno tiež prídete na to, že jeho nadšenie pre toto „nenáročné duchovné cvičenie“ je silne nákazlivé.“

First Things, americký kresťanský časopis

„Užitočná príručka pre čitateľov, ktorí túžia hlbšie preskúmať vlastnú duchovnú prax. Čitatelia, ktorí sa už o túto tému zaujímajú (najmä tí, ktorí pochádzajú z kresťanského prostredia spätého s tradíciami, ktoré pestujú zvláštnu úctu k liturgii), určite povedia, že Ghezziho mozaika biblickej múdrosti, cirkevnej tradície a zdravého rozumu je poučná i príťažlivá zároveň.“

Publishers Weekly, americký odborný spravodajský magazín

„Ghezzi na podklade Písma, učenia Cirkvi a vlastného duchovného života ukazuje, že sa prostredníctvom prežehnania otvárame Bohu a že v znamení kríža máme k dispozícii obnovenie krstu, pečat' učeníctva, prijatie utrpenia, obranu proti diablu a víťazstvo nad svojou žiadostivosťou.“

Notre Dame Magazine, časopis katolíckej Univerzity
Notre Dame v americkom štáte Indiana

„V tejto užitočnej príručke katolícky spisovateľ Bert Ghezzi rozoberá význam prežehňávania, vychádzajúc zo Svätého písma, učenia Cirkvi, spisov cirkevných otcov, svedectiev svätých, teologických diel i svojej vlastnej osobnej skúsenosti.“

Spirituality and Health, americký časopis
o duševnom a telesnom zdraví



Z N A M E N I E
K R Í Ž A



Z N A M E N I E
K R Í Ź A

Objav moc prežehnanja

Bert Ghezzi



© Bert Ghezzi, 2023

© Redemptoristi – Slovo medzi nami, 2025

Preklad © Lukáš Vaník, 2024

ISBN 978-80-8193-073-7



*Jedným z dôvodov,
prečo si nekonečná Múdrost
vybrala kríž, je ten,
že nepatrným pohybom ruky
dokážeme na sebe vytvoriť
nástroj Božích múk:
jasné a mocné znamenie,
ktoré nás učí všetko,
čo potrebujeme vedieť,
a slúži nám ako štít
pred našimi nepriateľmi.¹*

— SVÄTÝ ALKUIN Z YORKU (735 – 804)

1 In: Jean-Joseph GAUME, *The Sign of the Cross in the Nineteenth Century*, Philadelphia: Peter F. Cunningham, 1873, s. 25.



OBSAH

Odporúčania	1
PRVÁ KAPITOLA	
Znovuobjavenie moci starobylého znamenia	11
DRUHÁ KAPITOLA	
Krátke dejiny znamenia kríža	21
TRETIA KAPITOLA	
O otváraní sa Bohu	29
ŠTVRTÁ KAPITOLA	
Obnova krstu	41
PIATA KAPITOLA	
Znamenie učeníka	53
ŠIESTA KAPITOLA	
Prijatie utrpenia	65
SIEDMA KAPITOLA	
Obrana proti diabli	75
ÔSMA KAPITOLA	
Víťazstvo nad žiadostivosťou	85
ZÁVER	
Milosti a rozhodnutia	95
Bibliografia	103



PRVÁ KAPITOLA

Znovuobjavenie moci starobylého znamenia

*Ale ja sa nechcem chváliť ničím iným,
iba krížom nášho Pána Ježiša Krista,
cez ktorý je svet ukrižovaný pre mňa a ja pre svet.
A odteraz nech ma už nik neobťažuje,
lebo ja nosím na svojom tele Ježišove znaky.*

— LIST GALAŤANOM 6, 14. 17

*Toto znamenie je mocnou ochranou.
Je zadarmo – kvôli chudobným. Je ľahké – kvôli slabým.
Je to pomoc od Boha, norma veriacich, postrach démonov.²*

— SVÄTÝ CYRIL JERUZALEMSKÝ (CCA 315 – 386)

*Ozdobuj a ochraňuj všetky svoje údy
týmto víťazným znamením
a nič ti nebude môcť uškodiť.³*

— SVÄTÝ EFRÉM SÝRSKY (306 – 373)



Alexander Solženicyn sa oprel o lopatu a zadíval sa na sivé mraky, ktoré sa pochmúrne ťahali po oblohe. Cez väzenský mundúr sa doňho opieral nemilosrdný vietor. Mal pocit, že mu preniká až do duše. Bolela ho každá kosť a každý sval. Žalúdok mu zvieral hlad. Roky ťažkej práce v pracovnom tábore na Sibíri mu podlomili zdravie a obrali ho o nádej.

Solženicyn to už viac nemohol zniesť. Odhodil lopatu, odišiel od pracovnej čaty a sadol si na neďalekú lavičku. O chvíľu príde dozorca a prikáže mu, aby sa vrátil k práci. Keď jeho príkaz odignoruje, ubije ho na smrť – pravdepodobne jeho vlastnou lopatou. Už to videl mnohokrát. *Rýchla, krvavá smrť dnes*, pomyslel si Solženicyn, *bude lepšia ako pomalá smrť v bezútešnej a prázdnej budúcnosti*.

Cívil do zeme a čakal na nevyhnutné. Už o malú chvíľu začul kroky a v duchu sa pripravil na tvrdé slová dozorca. No keď zdvihol zrak, namiesto dozorca uvidel pred sebou staršieho vychudnutého väžňa. Starec nič nepovedal, no kľakol si pred ním. Paličkou vyryl do zeme znak kríža a ponáhlal sa naspäť do práce.

2 In: A. A. LAMBING, *The Sacramentals of the Holy Catholic Church*, New York: Benziger Brothers, 1892, s. 63.

3 In: LAMBING, *The Sacramentals*, s. 75.

Solženicyn sa pozrel na kríž a ako nad ním uvažoval, jeho temnými myšlienkami prenikol lúč svetla. V tej chvíli sa jeho pohľad radikálne zmenil. Uvedomil si, že zlu gulagu a Sovietom nemusí čeliť len vlastnou ochabnutou silou. S mocou kríža sa mohol postaviť zlu nielen jednému, ale tisíckam sovietskych impérií.

Vstal z lavičky a vrátil sa k práci. V ten deň sa okolnosti jeho života nijako nezmenili, aspoň nie navonok. Stále trpel pod útlakom. No vo vnútri zažil nežnú revolúciu. Cez znamenie kríža sa doňho vliala milosť nádeje.⁴

Tento príbeh som našiel pri surfovaní na internete a hlboko sa ma dotkol, pretože poukazoval na čosi, čo som prežíval vo svojej modlitbe aj ja sám. Z nejakého dôvodu som začal počas posledných rokov brať prežehnanie sa vážnejšie. Vykonávam ho častejšie a s väčšou úctou a vierou. Postupom času som začal vnímať, že keď sa prežehnávam, napájam sa na zdroj mocnej Božej sily, a že to má mnohé praktické dôsledky. Otvorilo ma to totiž prúdu milosti, ktorý ma posilnil, aby som dokázal čeliť všetkému, čo sa udeje v daný deň.

Keď som uvažoval nad tým, čo sa deje v mojom živote, uvedomil som si, že sa mi väčšmi darí ovládať hnev a ľahšie prekonávam aj iné problémy. Takisto som cítil, že sa slobodnejšie a bezprostrednejšie obraciam na Boha. Kládol som si otázku, čo robím inak a čomu by som teda mohol pripísať zásluhy za tento znateľný pokrok. A prišiel som na jedinú možnú odpoveď: že to súvisí s tým, že beriem vážnejšie modlitbu prežehnania.

V snahe pochopiť, čo sa to so mnou stalo, som sa pustil do čítania článkov a kníh o prežehnaní a znamení kríža. Stačilo

4 O tomto príbehu píšú viaceré zdroje. Pozri napríklad Luke VERONIS, *The Sign of the Cross*. Dostupné online: <https://incommunion.org/2005/08/06/the-sign-of-the-cross/>.

trochu rešerše a prišiel som na to, že to, čo bola pre mňa celkom nová skúsenosť, kresťania v prvých storočiach Cirkvi zažívali úplne bežne. Ako som sa dozvedel, to, že prví kresťania robia často na sebe znak kríža, opisujú mnohí ranokresťanskí spisovatelia. Napríklad Tertulián (cca 160 – 240), teológ píšuci na začiatku 3. storočia, uvádza: „Počas našich ciest i presunov, keď vchádzame dnu aj vychádzame von, keď sa obúvame, vstupujeme do kúpeľa, zapalujeme sviečky, líhame si či sadáme, pri každej činnosti, ktorá nás zamestnáva, si čelo zakaždým značíme znakom kríža.“⁵ A moje čítanie ďalej ukázalo, že cirkevní otcovia svedčia o veľkých milostiach a moci spojenej so znamením kríža. V tejto knihe ich budem hojne citovať, no tu uvediem aspoň citát svätého Jána Zlatoústeho (347 – 407), konštantínopolského patriarchu a výrečného kazateľa, ktorý žil v 4. storočí:

Nikdy neodíď z domu bez toho, aby si na sebe urobil znak kríža. On bude tvojou palicou, zbraňou, nepreniknuteľnou pevnosťou. Ani človek, ani zlý duch sa neodváži zaútočiť na teba, keď uvidí, že si zaodiaty takým mocným brnením. Nech ťa tento znak učí, že si vojak, pripravený bojovať proti zlým duchom i o korunu spravodlivosti. Vari si už zabudol na to, čo vykonal kríž? On porazil smrť, zničil hriech, vyprázdnil peklo, zvrhol satana a obnovil vesmír. Ešte stále teda pochybuješ o jeho moci?⁶

5 In: Herbert THURSTON, *The Sign of the Cross*, The Catholic Encyclopedia, 13. zväzok, New York: Universal Knowledge Foundation 1907, s. 786. Ďalej ako CE.

6 In: LAMBING, *The Sacramentals*, s. 75

Ako malý chlapec som sa pokľačiaccky modlieval večer pred spaním. Moja mama ma vtedy učila, že na začiatku modlitby sa mám prežehnať. Odvtedy sa už celé roky prežehnávam na začiatku aj na konci každej modlitby. No keď sa na to pozerám spätne, vidím, že hoci som vždy vykonával toto gesto úctivo, robil som ho aj akosi automaticky, povrchné a bez toho, aby som si uvedomoval jeho význam. No moja nedávna skúsenosť a štúdium tejto témy zmenili môj pohľad na znamenie kríža i spôsob, akým sa prežehnávam. To, že som objavil a odkryl nesmiernu moc tejto najstaršej kresťanskej modlitby, mi tak prinieslo veľký úžitok.

Keď sa niekedy prežehnávam, predstavujem si, že sa vraciam v čase a prenášam sa na Kalváriu. Spolu s Pannou Máriou, Máriou Magdalénou a Jánom stojím pod krížom ako svedok Pánovej najvyššej obety. Sledujem, ako z lásky ku mne umiera strašnou smrťou. Potom mu vojak prebodne bok a z jeho srdca vytryskuje záplava milostí, ktoré ma zahrňajú nepredstaviteľným požehnaním. Touto knihou vás chcem povzbudiť, aby ste sa ku mne pridali a vybrali sa so mnou ku krížu. Podte spolu so mnou na Golgotu – tam objavíte silu, ktorá mení život, silu tohto posvätného gesta. A väčšmi sa tiež otvoríte úžasným milostiam, ktoré prostredníctvom neho prúdia.

Pozývam vás, aby ste spolu so mnou preskúmali viacrozmernú realitu znamenia kríža. Ak to prijmete – a ja dúfam, že to urobíte, pretože viem, že to neolutujete – preberieme spolu nasledujúcich šesť právd, ktoré obohatia vaše prežívanie tejto starobylej modlitby. Znamenie kríža je totiž:

- úkonom viery, ktorý nás vovádza do Božej prítomnosti,
- formou obnovy nášho krstu,
- potvrdením nášho rozhodnutia nasledovať Krista,
- rozhodnutím prijať podiel na Kristovom utrpení,

- obranou proti diablovi
- a prostriedkom na premáhanie našich chýb a na plnšie pripodobnenie sa Kristovi.

Keď ma pred niekoľkými mesiacmi počul hovoriť o týchto pravdách Jim Manney, môj priateľ a editor, povedal, že znak kríža vlastne stručne vyjadruje celý kresťanský život. Vtedy mi tiež povedal, že by bol rád, keby som o tom napísal knihu. Ja som s týmto jeho postrehom súhlasil a odpovedal som kladne aj na jeho návrh. Túto knihu som napísal, aby som ľuďom bližšie priblížil toto najstarobylejšie kresťanské modlitbové gesto a aby som ňou zároveň ukázal, že prežehnanie je jednoduchým a spoľahlivým prostriedkom na obnovu nášho kresťanského života.

Prameň požehnania

Moje nadšenie zo znamenia kríža, znásobené nadšením ranokresťanských spisovateľov, ktorých budem o chvíľu citovať, vám môže navodiť mylnú predstavu o tom, ako to funguje. Preto si hneď na začiatku ujasnime, že toto gesto *nespôsobuje* požehnanie ani príliv novej sily. Znamenie kríža nás skôr *otvára* Božiemu požehnaniu a Božej moci. Lepšie to pochopíme, keď si vysvetlíme rozdiel medzi sviatosťami a sväteninami.

Cirkev nazýva znamenie kríža *sväteninou*, pretože pôsobí podobne ako *sviatosť*. No svätenina sa od sviatosti niečím aj výrazne líši. Sviatosť je znamenie alebo symbol, ktorý spôsobuje to, čo naznačuje. Napríklad pri krste Boh používa vodu, symbol očisťovania, na zmytie všetkých našich hriechov. Svätenina neudeľuje Božie milosti rovnako ako sviatosť, ale nás skôr pripravuje na prijatie Božieho požehnania

a disponuje nás na to, aby sme s týmto požehnaním dokázali spolupracovať. Keď sa napríklad prežehnávame, otvárame sa tomu, čo v nás Pán chce vykonať. Pripravujeme sa na jeho požehnanie a vyjadrujeme svoju túžbu prijať ho a použiť. Svätosť spôsobuje; svätenina pozýva.

Vždy keď sa prežehnávame, pozývame Pána, aby nás požehnal, a on na to neustále aj odpovedá. Jeho konanie môžeme vnímať podobne ako Solženicyň, keď opätovne našiel nádej. No väčšinou, keď sa prežehnávame, necítíme vôbec nič. Boh totiž používa pohyby nášho tela, aby sa dotkol nášho ducha, a naše zmysly z toho veľa nedokážu zaregistrovať. No zakaždým, keď na sebe robíme znamenie kríža, Pán nám udeľuje novú dávku svojej sily. Keď sa v jeho mene dotýkame svojho čela, svojej hrude a svojich pliec, on sa dotýka nášho ducha požehnaniami plynúcimi z kríža.

Cirkev používa na opis požehnaní, ktorých sa nám dostáva prostredníctvom sviatostí a svätenín, slovo *milosť*. *Milosť* označuje vyliatie Ducha Svätého, ktoré k nám prichádza ako dar od Boha. *Posväcujúca milosť* je prítomnosť Ducha, ktorý nám prináša spásu a robí nás svätými. Pojem *pomáhajúca milosť* zasa označuje špecifické udelenie Božej sily, ktorá nám pomáha viesť kresťanský život. Solženicyň napríklad zotrval v posväcujúcej milosti, ktorá ho zaplavila pri krste, kým pomáhajúcou milosťou bol Boží zásah, ktorý mu dal nádej potrebnú na to, aby vydržal gulag.

Tak ako všetky sväteniny, aj prežehnanie nás disponuje na lepšie využívanie posväcujúcej milosti a zároveň prosí Boha, aby nás zahŕňal pomáhajúcimi milosťami. Túto skutočnosť zdôrazňuje aj *Katechizmus Katolíckej cirkvi*:

„Pre dobre disponovaných veriacich takmer všetky udalosti života sú posväcované Božou milosťou vyvierajúcou z Kristovho veľkonočného

tajomstva utrpenia, smrti a zmŕtvychvstania, z ktorého čerpajú svoju účinnosť všetky sviatosťi a sväteniny. A takmer každé správne používanie hmotných vecí sa dá zamerať na posvätenie človeka a oslavu Boha.“⁷

Tu *Katechizmus* preberá a odporúča starobylú kresťanskú prax každodenného posväcovania svojho života sväteninami – pričom medzi nimi vyniká práve znamenie kríža. Prežehnanie sa v kľúčových okamihoch, keď je konané s prosbou o požehnanie, pozdvihuje bežné činnosti a premieňa ich na príležitosti na priblíženie sa Bohu. Sú to činnosti ako vstávanie, jedenie, zavážanie detí do školy, púšťanie sa do práce na začiatku dňa, odpovedanie na e-maily, nakupovanie, oddych s rodinou a ukladanie sa na odpočinok.

Starobylým kresťanským zvykom je aj žehnanie druhých znakom kríža a aj požehnávanie predmetov. Toto znamenie robíme vo vzduchu nad danou osobou či vecou, pričom vzývame meno Otca, Syna i Ducha Svätého. Cirkev túto formu znamenia kríža hojne využíva pri liturgických požehnaníach. Napríklad počas svätej omše robí celebrant znak kríža nad chlebom a vínom, aby ich pripravil na obeť, a na konci svätej omše udeľuje požehnanie ľuďom, aby ich posilnil na službu Bohu a bližným. Okrem toho kňazi požehávajú aj náboženské predmety ako ružence, medailóny, škapuliare alebo krížiky.

Odporúčania mnohých duchovných kníh sa mi ťažko uvádzajú do praxe. Často ma zavalia zoznamami siedmich, dvanástich alebo rovno stoštyridsiatich štyroch vecí, ktoré

7 *Katechizmus Katolíckej cirkvi* 1670. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2007. Ďalej citované už ako KKC.

musím urobiť, aby som dosiahol nejaký duchovný výsledok, alebo ma zahrnú zložitými postupmi duchovných úkonov, na ktoré treba vynaložiť viac námahy, než je v mojich silách. Aj keď obdivujem múdrosť týchto kníh, zriedka dokážem robiť to, čo navrhujú. Vy sa tak možno cítite tiež. No v tejto knižke vám chcem dať len jednu radu. Stačí, keď sa budete usilovať robiť jednoduché gesto a modliť sa jednoduchú modlitbu. To ťažké už za nás vykonal Kristus, keď pretrpel trýznivé mučenie a smrť a keď zo svojho kríža urobil pre nás prameň požehnania. Čerpať silu z tohto starobylého znamenia môžete začať už teraz. Stačí ho s úctou a vierou urobiť na svojom tele. Pokojne toto znamenie urobte aj teraz – aj keď čítate túto knihu na verejnosti.

Skôr než sa spoločne zamyslíme nad šiestimi pravdami, ktoré vám pomôžu lepšie pochopiť a vnímať túto modlitbu, chcem vám priblížiť, ako kresťania robili znak kríža v minulosti a ako sme dospeli k tomu, že dnes na sebe robíme veľký kríž, no dávame si aj malé krížiky. Ak vás však dejiny tejto starobylej modlitby nezaujímajú, môžete preskočiť rovno na tretiu kapitolu a ponoriť sa do hlavného posolstva tejto knihy.