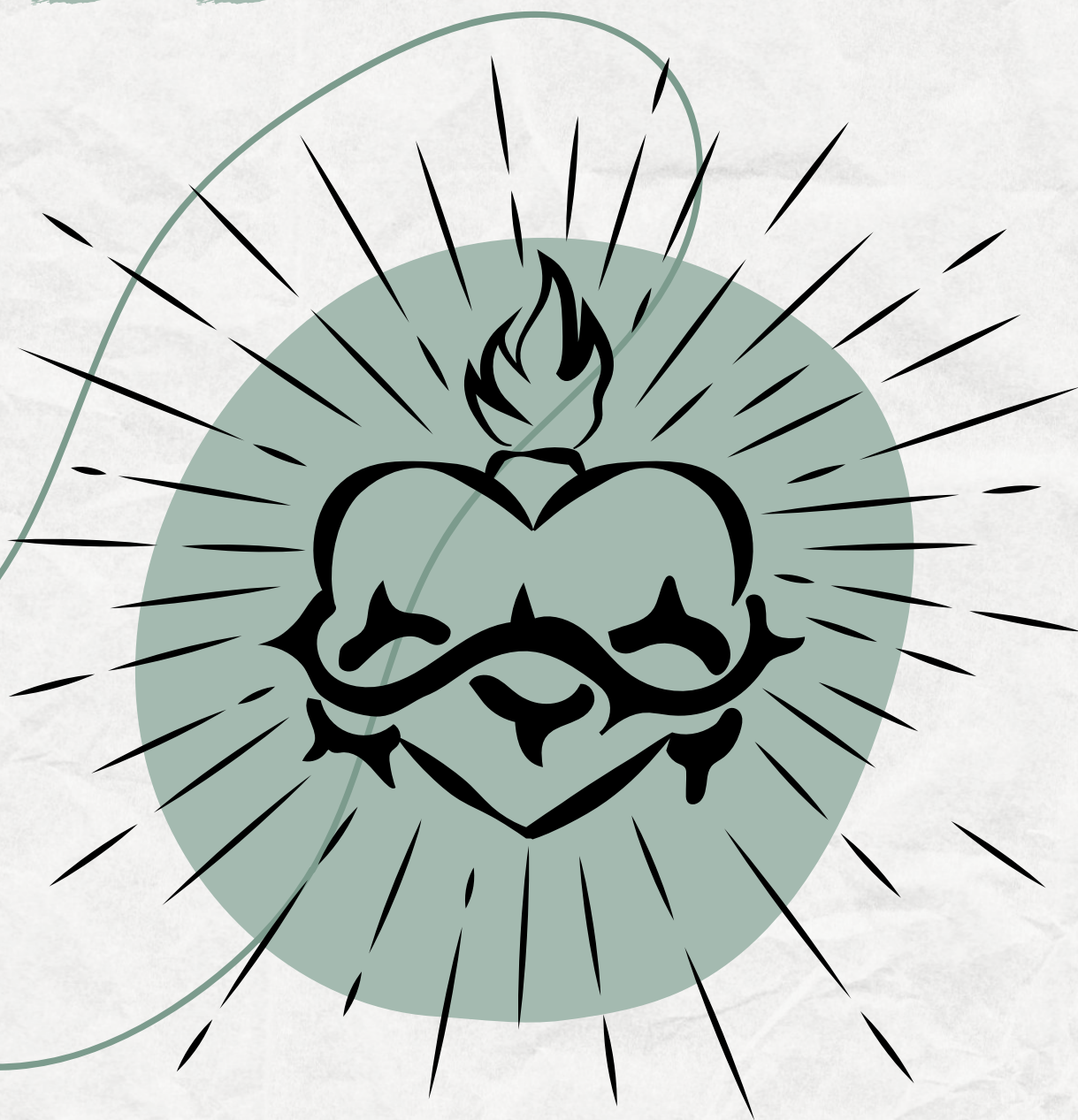


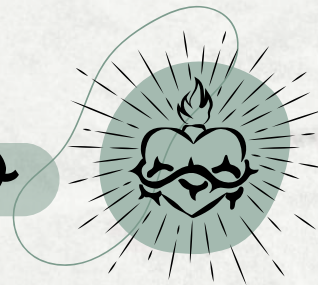
*Eucharistia*

*a* T I C H O





# Eucharistia a ticho



**Zazvoní sa a ide pieseň (odporúčame zvoliť mládežnícky žáner)**

**(Kňaz príde pred oltár a ide do bohostánku, aby vyložil monstranciu na oltár. Počas celého vykladania znie pieseň, kludne aj dlhšie)**

**Po skončení piesne sa kňaz modlí úvod:**

**Kňaz:** Nech je zvelebený Ježiš Kristus v NAJSVÄTEJŠEJ OLTÁRNEJ SVIATOSTI.

Ludia: Od tohoto času až naveky.

**Úvodný žalm:**

**R: Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.**

Iba v Bohu spočíň, duša moja, lebo od neho mi prichádza spása.

Iba on je moje útočisko a moja spása, moja opora, nezakolíšem sa nikdy viac.

**R: Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.**

Dokedy chcete napádať človeka, dokedy ho chcete všetci krušiť ako stenu, čo sa nakláňa, ako múr, čo sa váľa?

Stroja sa zvrhnúť ho z popredného miesta, v klamaní majú záľubu, dobrorečia svojimi ústami, no v srdci zllorečia.

**R: Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.**

Iba v Bohu spočíň duša moja, lebo len on mi dáva nádej,

Iba on je moje útočisko a moja spása, moja opora, nezakolíšem sa.

**R: Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.**

V Bohu je moja spása i sláva; Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.

Dúfajte v neho, ľudia, v každom čase, pred ním si srdce otvorte; Boh je naše útočisko.

**R: Boh je moja sila a v Bohu je moje útočisko.**

**Úvodný text číta kňaz, alebo iná ním poverená osoba (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara):**

**Úvodný text:** „Ticho, prosím!“ – zvykneme hovoriť, ak záplava slov a zvukov prevýšila dôležitosť prítomného okamihu.

„Ticho, prosím!“ – sám Boh schádza zo stupňov neba, aby k nám prehovoril vo svojom Slove a v pokore vstúpil do kúska bieleho chleba počas najväčšieho zázraku dejín – sv. omše.

Dnes sa budeme spoločne vnárať do tajomstva Eucharistie a ticha. Práve dnes sme pozvaní objaviť, nájsť a osvojiť si hĺbku tohto daru.



Áno, ticho je darom. Ticho nie je neprítomnosť slov, neschopnosť niečo vypovedať.... ticho nie je prázdno.....Ticho je prítomnosť Boha. Ticho je On Sám.

Ticho pripravuje človeka na nové stretnutie s Ním. V tichu môže Božie slovo zasiahnuť skryté zákutia srdca. V tichu sa Božie slovo zjavuje „účinné a ostrejšie ako dvojsečný meč; preniká až po oddelenie duše od ducha“ (Hebr 4,12). Keď zotrávame v tichu, prestávame sa skrývať pred Bohom a Kristovo svetlo môže zasiahnuť, uzdraviť a premeniť dokonca aj to, za čo sa hanbíme. V tichu vidíme ďalej, jasnejšie a hlbšie. Kto dokáže zotrvať v tichu, ten sa stane ďalekozraký a získa schopnosť vidieť hlbšie do vecí a udalostí. Brat, sestra, túžiš po Bohu?

Naplňa Tvoje srdce skrz – naskrz nestopnutelná túžba prebývať so svojim Bohom? Načúvať tlkotu Jeho Srdca? Začuť nežný, neopísateľný a predsa tak identický hlas prichádzajúceho Ženícha? Zakúsiť pre Teba zrozumiteľným spôsobom láskavú prítomnosť Pána? Pod' teda, zostúpme do tajov Eucharistie a ponorme sa do ticha. Započúvajme sa do ticha Eucharistického Krista. Počúvajme ticho Tajomného. Počúvajme Ticho.

### **Nasleduje chvíľa ticha a následne pieseň**

**Kňaz: (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara):**

Najväčšie a najsilnejšie udalosti spásy sa v dejinách odohrali v tichu. V tichu noci vstúpil milovaný Boží Syn na túto Zem. V tichu nevysloviteľných bolestí a utrpenia odovzdal na Golgote svoju Dušu Otcovi a dokonal dielo vykúpenia človeka. V nočnom tichu Getsemany prijal na Seba neopísateľnú agóniu. V posvätnom tichu jeruzalemského Večeradla sa nám navždy daroval celý. A tak je tomu dodnes. Boh k nám prichádza v tichu, Boh sa našich životov dotýka v tichu a mlčaní.

**Text Svätého písma (číta kňaz, alebo lektor Mud 18,14-15):**

**V knihe Múdrosti čítame: „Veď kým všetko objímalo hlboké ticho a noc v rýchlom behu došla do polovice, zoskočilo tvoje všemohúce slovo z neba, z kráľovského trónu, ako tvrdý bojovník doprostriedka zeme, odsúdenej na záhubu.“**

**Kňaz: (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara):**

Láskavý Pane, či sa tak nedeje pri každej svätej omši v bohoslužbe Slova?

Keď naše srdcia objíme hlboké ticho, Tvoje všemohúce Slovo vtedy zoskakuje z trónu, aby počuté našimi ušami, vyplnilo prázdno našich duší a mocne – ako tvrdý bojovník – zalomcovalo našou rutinou, na ktorú sme si tak zvykli. Ponáraj nás do hlbok ticha, aby sme sa naučili vnímať a prežívať Tvoju prítomnosť v Slove.



## **Volajme: Zvelebujeme Ťa, Vtelené Slovo (Božie).**

Za pokoru, ktorou si sa nechal spútať do ľudských slov, Nevýslovný Bože!

Za bohoslužbu Slova!

Za to, že ticho umocňuje vážnosť slov – Tvojich i ľudských!

Za to, že v tichu môže Božie slovo zasiahnuť skryté zákutia srdca!

Za to, že ticho uchováva to, čo vyrástlo v modlitbe!

Že Teba možno počuť v tichu!

Že Ty hovoríš, aj keď mlčíš!

Že si ticho povýšil na jediný priestor stretnutia s Tebou!

Že ticho necháva Tvoje Slová vyznieť a usadiť v srdci!

Že si k nám prišiel v hlbokom tichu noci!

## **Nasleduje chvíľa ticha a následne pieseň**

**Text Svätého písma (číta kňaz, alebo lektor Jn 12, 1-17):**

Šesť dní pred Veľkou nocou prišiel Ježiš do Betánie, kde býval Lazár, ktorého vzkriesil z mŕtvych. Pripravili mu tam hostinu. Marta obsluhovala a Lazár bol jedným z tých, čo s ním stolovali. Mária vzala libru pravého vzácneho nardového oleja, pomazala ním Ježišove nohy a poutierala mu ich svojimi vlasmi; a dom sa naplnil vôňou oleja. Tu jeden z jeho učeníkov, Judáš Iškariotský, ktorý ho mal zradiť, povedal: "Prečo nepredali tento olej za tristo denárov a nerozdali ich chudobným?" Lenže to nepovedal preto, že mu šlo o chudobných, ale že bol zlodej. Mal mešec a nosil to, čo doň vkladali. Ježiš povedal: "Nechaj ju, nech to zachová na deň môjho pohrebu! Ved' chudobných máte vždy medzi sebou, ale mňa nemáte vždy." Veľké množstvo Židov sa dozvedelo, že je tam, a prišli nielen kvôli Ježišovi, ale aby videli aj Lazára, ktorého vzkriesil z mŕtvych.

**Kňaz: (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara):**

Zastavme sa v Betánii, ďaleko od vravy veľkého mesta Jeruzalema. Vstúpme do domu Ježišových priateľov a zasadnime spolu s nimi k stolu. Práve je v tomto dome hostina. Podľa opisu evanjelistu Jána sa do istej chvíle všetko odohráva v mlčaní. Hostina v tichosti. V tichu je možné ľahšie sa stretnúť, v tichu môže každý každého počuť..... a aj vidia lepšie – skôr postrehnú jeden druhého. Chceme sa započúvať do tohto ticha. Nasýtme sa ním. Keď prebývame v tichu, vtedy sa nielen viac počuje, vidí, v tichu sa aj viac miluje. Ticho vytvára priestor pre prijímania. Judáš, ktorý je prítomný na tejto hostine v Betánii, neznesie ticho, pretože nedokáže prijať bezplatnú lásku. Hovorí, prepočítava, dodáva, odoberá, obchoduje. Všetko to skrýva za slová o rozdávaní, delení sa s chudobnými. Nedokáže prijímať Ježišovu lásku. Preto ruší ticho a prehlušuje ho prázdnyimi slovami. Musí veľa hovoriť, veľa zdôvodňovať, presviedčať. Nedokáže prijímať lásku.



Kto sa cíti milovaný, prirodzene hľadá ticho, pretože ticho uspôsobuje na prijímanie. Podobne sa zhromažďujeme okolo Eucharistického stola. Stretávame sa okolo Eucharistie = Lásky, ktorá sa obetuje až po úplné uponíženie sa, Lásky, ktorá miluje bez slov, ale o to výrečnejšie. Ticho obety na oltári.

### **Prosme: Sprav naše srdce tichým a pozorným**

Prosme o pohľad živej viery hľadiac na Eucharistického Krista!

Prosme o milosť uzobranosti a sústredenia vo chvíli Premenenia!

Prosme o dar vnútorného ticha pri adorácii Eucharistického!

Prosme o túžbu po neustálom tichu srdca, zmyslov i vôle!

Prosme o dar zamilovania si ticha!

Prosme o lásku k obeti v skrytosti, v tichosti!

Prosme o radosť z prebývania v tichu!

Prosme o dar mlčanlivosti!

Prosme o milosť nechať sa premieňať Jeho láskou!

Prosme o dar hlbokej vďačnosti v tichu po prijatí Eucharistického Krista!

### **Nasleduje chvíľa ticha a následne pieseň**

**Ak to uznáte za vhodné, sem vložte aktivitu, ktorú najdete na strane 6)**

**Kňaz: (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara):**

Možno sa niekedy vyhýbame tichu a radšej uprednostňujeme hluk, slová a rozptýlenie, aj preto, že vnútorný pokoj so sebou prináša isté riziko. Vyprázdňuje nás a robí nás chudobnými, rozkladá trpkosť a zavrhnutie a privádza nás k sebadarovaniu. Keď je srdce tiché a chudobné, prichádza doň Duch Svätý, naplňa ho bezpodmienečnou láskou. Nenápadne, no nezadržateľne nás ticho privádza k tomu, aby sme milovali. Mlčanie (v správnom čase) je lepšie ako hovorenie o dobrých veciach. Ticho približuje k sebe, k Bohu, k bližným. Od kontroly jazyka začína obnova duchovného života. Ticho nie je prázdno, to je Božia prítomnosť. Je to príležitosť objaviť seba v Bohu. Vydržať s tým, čo v sebe nosím.

**Text Svätého písma (číta kňaz, alebo lektor Mk 4, 35-41):**

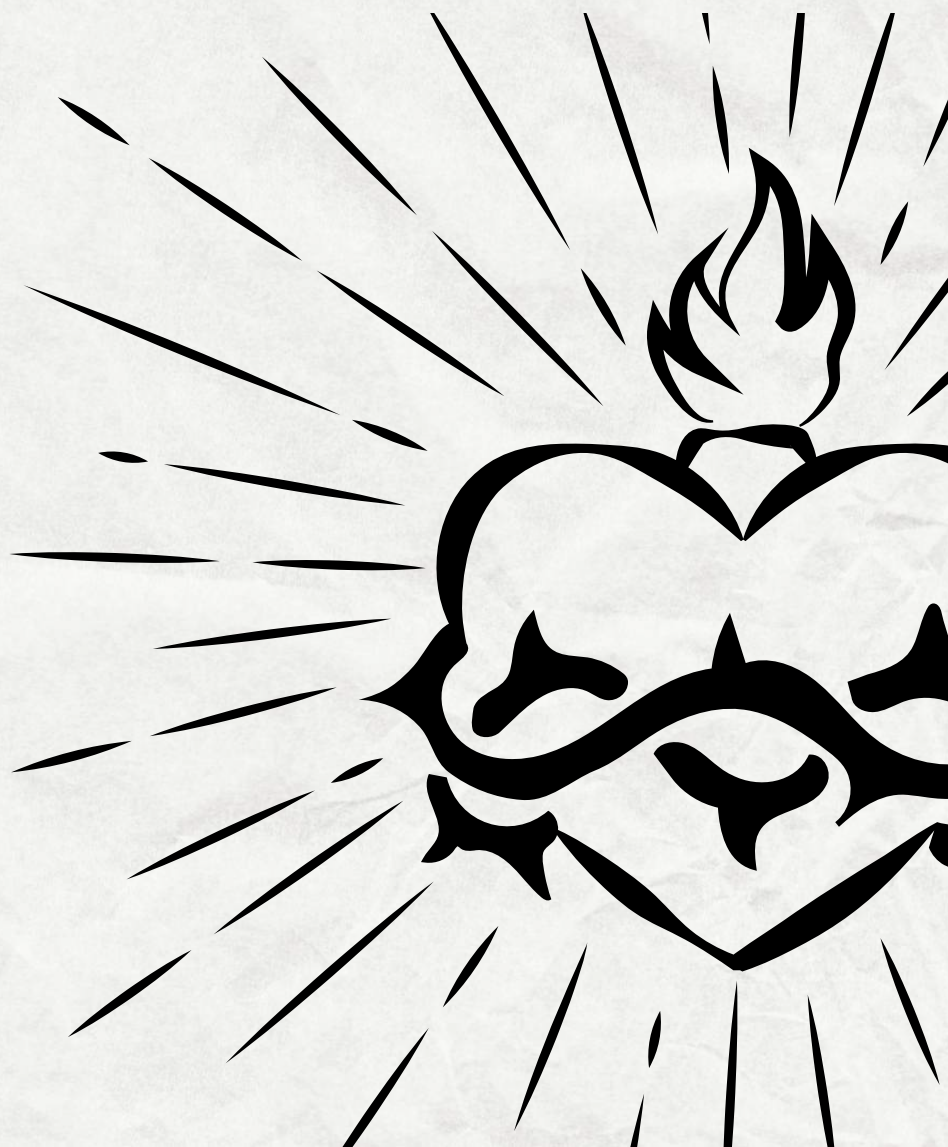
**V ten deň, keď sa zvečeriло, im povedal: "Prejdime na druhý breh." I opustili zástup a vzali ho so sebou tak, ako bol, na lodi. Boli s ním aj iné lode. Tu sa strhla veľká víchrica a vlny sa valili na loď, takže sa loď už naplňala. On bol v zadnej časti lode a spal na poduške. Zobudili ho a povedali mu: "Učiteľ, nedbáš o to, že hynieme?" On vstal, pohrozil vetru a povedal moru: "Mlč, utíš sa!" Vietor prestal a nastalo veľké ticho. A im povedal: "Čo sa tak bojíte?! Ešte stále nemáte vieru?" Zmocnil sa ich veľký strach a jeden druhému hovorili: "Čo myslíš, kto je to, že ho i vietor i more poslúchajú?"**



Vonkajšie ticho si vyžaduje vnútorné mlčanie, vtedy je zdrojom vitality. A je zdravé a vyvážené vtedy, keď nie je uzavretím sa do seba, ale prostriedkom na spojenie sa s Pánom. Ticho chápeme ako prostriedok lásky k Pánovi, ale i voči sebe navzájom. Zachovať ticho znamená nechať na Boha to, na čo nemám dosah a čo prevyšuje moje schopnosti. Aj malý okamih ticha je ako odpočinok, posvätné zastavenie sa, prelomenie múru starostí. Ticho živí modlitbu a našu svätosť. Umožňuje nám počúvať Boha a žiť s Bohom. Na ceste k tichu nám môže pomôcť Panna Mária. Čas modlitby v nás obnoví milosti ticha a pokoja. Prosme našu Matku Ticha, aby vniesla do nášho života ticho: **(Text nasledujúcej modlitby k Matke Ticha, možno dopredu vytlačiť, alebo nasvietiť na obrazovke, ak je v kostole taká možnosť.)**

### **Modlitba k Matke Ticha**

**Mária, daj nám porozumieť Slovu Tvojho Syna a prichádzať k Nemu s láskou pre spásu našej duše. Chceme milovať ticho, aby sme sa vyhli ohováraniu, nenávisti a hriechu, a v mlčaní mohli svedčiť o našej viere. Chceme Ti obetovať ticho, v ktorom žijeme, aby sme Ťa všetci mohli volať Matka a aby sme boli pravými bratmi a sestrami ako Tvoje deti. Prosíme Ťa, prednes našu prosbu svojmu nebeskému Synovi v hodine našej smrti, aby sme vám vo večnosti mohli zaspievať na slávu. Ó, Mária, Matka Ticha, daj, nech v mojom srdci ustavične znie táto modlitba: "Nestrachuj sa, veď si moje dieťa a nebeský Otec ťa miluje."**





# A K T I V I T A

**Kňaz: (do pozadia počas čítania textu môže znieť jemne gitara)**

Ticho - Nastalo ticho... Ježiš upokojí aj naše búrky... Búrky, ktoré sú v našom vnútri, v našich rodinách, vzťahoch, práci či vo farnosti. Nechať utíšiť našu búrku znamená počuť Pánove SLOVÁ. Čo na tvoju búrku hovorí Ježiš? Chceme zažiť aj my ticho po búrke? Pred sebou nájdete citát zo Sv .písma... skúste sa na túto vetu pozrieť ako na SLOVO, ktorým Ježiš utišuje vašu búrku. Toto je to SLOVO, ktoré rozkazuje aj vetru. Necháme si chvíľku ticha. Skúste sa nad týmto slovom zamyslieť a spojiť si to so svojou búrkou, ktorú prežívate.

(Necháme 5 minút ticha. Do pozadia môže znieť hudba).

**(ČO TREBA PRIPRAVIŤ?)**

1. Vytlačiť citáty zo Svätého písma
2. Porozkladať tieto citáty na lavice





**PROJEKT SPIŠSKEJ DIECÉZY**

*Ježišova cesta*



# BIBLICKÉ CITÁTY

MÔJ NÁREK SI OBRÁTIL NA TANEC, ROZTRHOL SI MOJE RÚCHO  
KAJÚCNE A RADOŠŤ OU SI MA OPÁSAL. (Ž 30, 12)

TY SI MOJE ÚTOČIŠTE, OCHRÁNIŠ MA PRED SÚŤENÍM; ZAHRNIEŠ  
MA RADOŠŤ OU ZO SPÁSY (Ž 32, 7)

LEBO TVOJE POČÍNANIE, PANE, MA NAPÍŇA RADOŠŤOU A PLESÁM  
NAD DIEĽAMI TVOJICH RÚK. (Ž 92, 5)

NAPOKON, BRATIA, RADUJTE SA, ZDOKONAĽUJTE SA,  
POVZBUDZUJTE SA NAVZÁJOM, ROVNAKO ZMÝŠĽAJTE, ŽITE  
V POKOJI A BOH LÁSKY A POKOJA BUDE S VAMI. (2 KOR 13, 11)

BOH NÁDEJE NECH VÁS NAPLNÍ VŠETKOU RADOŠŤOU A POKOJOM VO  
VIERE, ABY STE V SILE DUCHA SVÄTÉHO OPLÝVALI NÁDEJOU. (RIM  
15, 13)

V NÁDEJI SA RADUJTE, V SÚŤENÍ BUĎTE TRPEZLIVÍ, V MODLITBE  
VYTRVALÍ. (RIM 12, 12)

VERU, VERU, HOVORÍM VÁM: VY BUDETE PLAKAŤ A NARIEKAŤ,  
A SVET SA BUDE RADOVAŤ. BUDETE ŽIALIŤ, ALE VÁŠ SMÚTOK SA  
PREMENÍ NA RADOŠŤ. (JN 16, 20)



**RADUJTE SA, ŽE SÚ VAŠE MENÁ ZAPÍSANÉ V NEBI." (LK 10, 20B)**

**TY SI MOJE ÚTOČIŠTE, OCHRÁNIŠ MA PRED SÚTENÍM; ZAHRNIEŠ MA RADOŠŤ OU ZO SPÁSY (Ž 32, 7)**

**UPROSTRED TEBA JE PÁN, TVOJ BOH, SPÁSONOSNÝ HRDINA; ZAJASÁ NAD TEBOU OD RADOSTI, OBNOVÍ SVOJU LÁSKU, VÝSKAŤ BUDE OD PLESANIA. (SOF 3, 17)**

**ANJEL IM POVEDAL: "NEBOJTE SA. ZVESTUJEM VÁM VEĽKÚ RADOŠŤ, KTORÁ BUDE PATRIŤ VŠETKÝM ĽUĎOM: DNES SA VÁM V DÁVIDOVOM MESTE NARODIL SPASITEĽ KRISTUS PÁN. (LK 2, 10–11)**

**ÁNO, S RADOŠŤ OU VYJDETE, BUDETE VYVEDENÍ V POKOJI. VRCHY A KOPCE PREPUKNÚ V JASOT PRED VAMI A VŠETKY POĽNÉ STROMY BUDÚ TLIESKAŤ RUKAMI. (IZ 55, 12)**

**A V TEN DEŇ POVEDIA: "HĽA, TOTO JE NÁŠ BOH, V NEHO SME DÚFALI, ŽE NÁS SPASÍ! ON JE PÁN, V NEHO SME DÚFALI, JASAJME A RADUJME SA Z JEHO SPÁSY! (IZ 25, 9)**

**NIET BOHATSTVA NAD BOHATSTVO ZDRAVÉHO TELA; A NIET VÄČŠEJ BLAŽENOSTI NAD RADOŠŤ SRDCA. (SIR 30, 16)**



**BÁZEŇ PRED PÁNOM PLNÍ SRDCE SLASŤOU, DÁVA VESELOSŤ  
A RADOŠŤ A DLHÝ ŽIVOT. (SIR 1, 12)**

**VEĽKÉ VECI UROBIL S NAMI PÁN A MÁME Z TOHO RADOŠŤ .  
(Ž 126, 3)**

**VERU, TAK BUDE POŽEHNANÝ MUŽ, KTORÝ SA BOJÍ PÁNA.  
Ž 128,4**

**ALE IBA AK BUDEŠ POSLÚCHAŤ PÁNA, SVOJHO BOHA, A  
ZACHOVÁVAŤ VŠETKO, ČO TI PRIKÁZAL A ČO TI JA NARIAĐUJEM  
DNES, BUDE Ť A POŽEHNÁVAŤ , AKO SLŮBIL. DT 15,5**

**DÁM TI MÚDROŠŤ A POUČÍM Ť A O CESTE, KTOROU MÁŠ KRÁČAŤ ;  
PORADÍM TI A BUDEM Ť A MAŤ STÁLE NA OČIACH. (ŽALM 32:8)**

**LEBO TÚŽIM VIDIEŤ VÁS A DAŤ VÁM NEJAKÝ DUCHOVNÝ DAR NA  
VAŠU POSILU, TO JEST, ABY SME SA NAVZÁJOM POTEŠILI  
SPOLOČNOU VIEROU, VAŠOU I MOJOU. (RIM 1:11–12)**

**MILOVAŤ BUDEŠ SVOJHO BLÍŽNEHO AKO SEBA SAMÉHO! INÉHO,  
VÄČŠIEHO PRIKÁZANIA, AKO SÚ TIETO, NIET. (MK 12:31)**