

pútnický list

ISSN 2644 - 4526

február 24

aktuality a zaujímavosti pútnického turizmu na Slovensku



Rehoľa saleziánov dona Bosca si tento rok pripomína 100. výročie oficiálneho príchodu a začatia pôsobenia na Slovensku. Komunita saleziánov vníma rok 2024 ako tzv. **Rok vd'ačnosti**, keď chcú viacerými podujatiami poďakovať a pripomenúť si svoju prítomnosť a prácu na Slovensku. Za začiatok podujatí si zvolili 8. január, deň úmrtia slovenského saleziána bl. Titusa Zemana. Apoštolská penitenciária dokumentom zo dňa 23.11.2023 (Prot. č. 03267/2023-1366/23//I) udeľuje možnosť získať **plnomocné odpustky** pri príležitosti tohto výročia pre tých veriacich, ktorí za obvyklých podmienok v čase **od 8. januára do 8. septembra 2024** navštívia farský kostol vo Vajnoroch, kde sa uchováva relikviár bl. Titusa Zemana, alebo kostol, či verejnú kaplnku saleziánov a saleziánskej rodiny na Slovensku. Dar plnomocných odpustkov môžu využiť aj chorí a všetci tí, ktorí fyzicky nemôžu byť prítomní, a to obetovaním utrpenia Pánovi alebo vykonávaním nábožných praktík.

so Saleziánmi do SÁSOVEJ



Významným miestom pôsobenia saleziánskej rodiny na Slovensku je aj **Banská Bystrica – sídlisko Sásová**. Sásová je dnes mestskou časťou a zároveň najväčším sídliskom Banskej Bystrice. V minulosti to bola samostatná obec s dávnou baníckou históriou. Prvá písomná správa pochádza zo 14. st. Za jej zakladateľa sa považuje Mikuláš Sas, syn Ondreja, banskobystričského richtára. Mestskou časťou Banskej Bystrice sa Sásová stala v r. 1966. Hneď po pripojení k mestu sa začalo s plánmi výstavby moderného sídliska. Začalo sa stavať v 70. rokoch minulého storočia v údolí potoka Jelšovie medzi historickými dedinami Rudlová a Sásová. Výstavba sídliska prebiehala v r. 1970-1991. Obyvatelia sídliska navštevovali spočiatku **unikátny starobylý kostol sv. Antona a Pavla pustovníkov v Starej Sásovej**. Mladé rodiny na sídlisku však potrebovali osobitnú pastoráciu a preto bola v r. 1990 na sídlisku zriadená samostatná farnosť, do ktorej



Stará Sásová



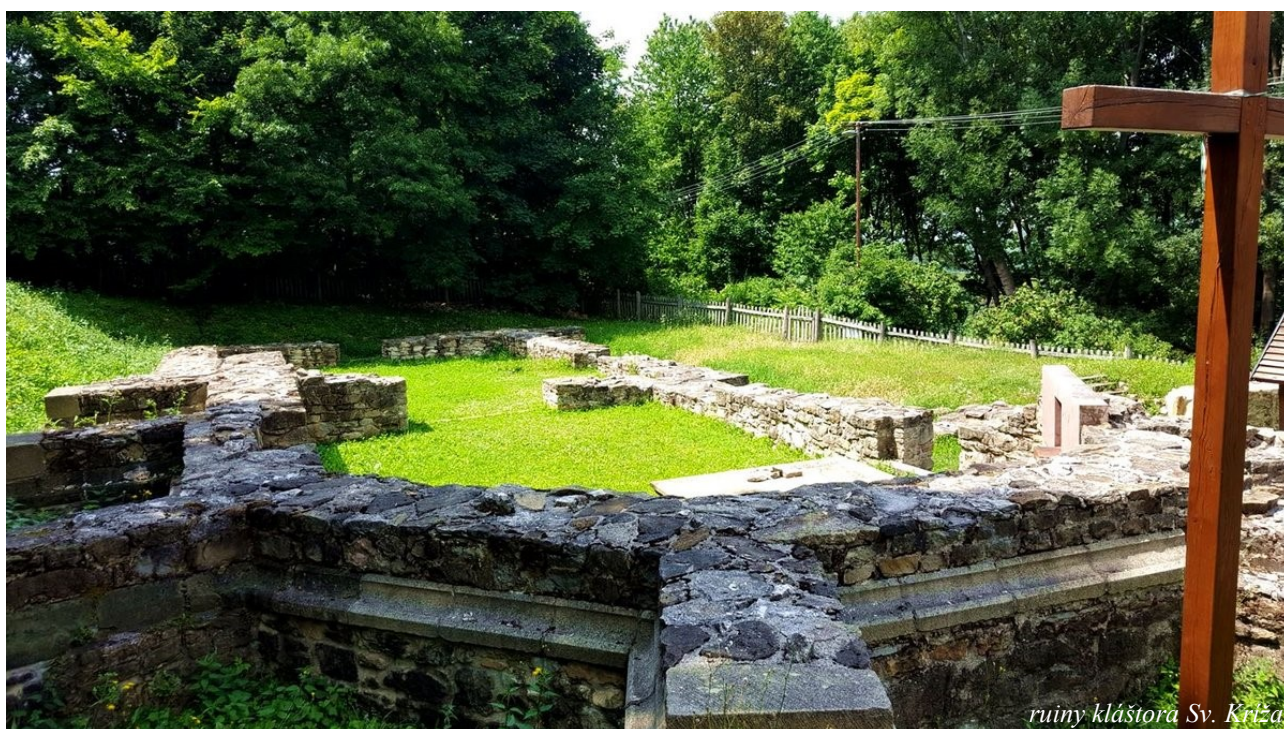
diecézny biskup Mons. Rudolf Baláž pozval *saleziánov*. Do správy dostali malý gotický kostolík, ktorý opravili a vymenili vnútorné zariadenie. Zakrátko však začali uvažovať aj o stavbe nového kostola. Samotná stavba kostola, ktorý je zasvätený Panne Márii Pomocnici kresťanov, sa začala 28. júna 2001 posvätením základného kameňa biskupom Mons. Rudolfom Balážom. Autormi víťazného architektonického návrhu sú Ing. arch. Marián Sitarčík a Ing. Martin Muránsky. Výstavba trvala 1,5 roka. Konsekráciu oltára a posviacku kostola uskutočnil 21. decembra 2002 Rudolf Baláž, banskobystrický biskup. Tento zaujímavý chrám plný symboliky tvorí centrálne usporiadaná chrámová loď so štyrmi radmi lavíc. V zadnej časti lode je 7 stĺpov podopierajúcich podkovovitý chór a rebrový strop. Stĺpy symbolizujú 7 sviatosti a stabilitu Cirkvi. Pevný **kamenný oltár** je vytvorený z 3 blokov kameňa, stupňovito usporiadaných. Znárodňuje drámu Kristovej obety prinášajúcu Otcovi za našu spásu. Nad oltárom je umiestnený veľký kríž. Svätýňa je jasne osvetlená nepriamym svetlom z hora, čo sa v chráme vníma ako studňa svetla, ktoré prichádza z výsosti. V osi apsidy sú nápisy posledných Kristových slov na kríži s ktorými trpiaci Kristus nad oltárom vytvára hlbokú spätosť a vyzýva k meditácii. Na čelnej stene je socha Panny Márie Pomocnice kresťanov v nadživotnej veľkosti. **Bohostánok z nerezu** je umiestnený na kamennom pastofóriu, vo výklenku ľavej čelnej steny naproti adoračnej kaplnke. Na dverách bohostánku je reliéf pelikána, ktorý kŕmi svoje mláďatá vlastnou krvou, čo symbolizuje Krista, ktorý nám dáva svoje telo za pokrm a krv za nápoj. **Krížová cesta** je umiestnená na čelnej stene. Ambona je z hrubo opracovaného kamenného bloku, do ktorého sú vložené dve hladké kamenné tabule ako symbol božieho slova. Pri putovaní do tejto saleziánskej farnosti môžeme navštíviť aj **kostolík sv. Antona a sv. Pavla Pustovníkov** v susednej farnosti **Stará Sásová**. Je dominantou a pamätníkom starých čias. Tento kostolík je typom malého vidieckeho kostola s pravouhlo zakončenou svätýňou a vstavanou západnou vežičkou, ktorý dal postaviť Mikuláš, syn magistra Donča, niekedy okolo r. 1330. V tejto podobe sa zachoval až do rozsiahlej neskorogotickej prestavby, ktorú financoval na prelome 15. a 16. st. bohatý banskobystrický mešťan, banský podnikateľ a mecén umenia Michal Königsberger. V tomto období bola stavba obohnaná aj obranným múrom a dostala unikátnu neskorogotickú rebrovú klenbu podľa kompozičného návrhu významného viedenského majstra Antona Pilgrama, staviteľa viedenského dómu sv. Štefana. V interiéri sa zachovali dva z troch pôvodných gotických oltárov. Najstarší bočný oltár sv. Žofie z r. 1440 je v zbierkach Stredoslovenského múzea v Banskej Bystrici. **Hlavný neskorogotický oltár sv. Antona a Pavla** pochádza z obdobia okolo r. 1500. V oltárnej skrini sú sochy sv. Pavla a Antona modliacich sa pri kríži. Oltárne krídla zobrazujú scény zo života sv. Antona, štyri scény pokušenia a zjavenia Ježiša svätcovi vo sne, svätca s karavánou, svätca v truhle a svätca s anjelom. Nadstavec tvorí päť sôch, Madona s Ježiškom, po stranách sv. Martin, sv. Mikuláš, sv. Ladislav a sv. Barbora. Na predele je obraz znázorňujúci Veronikinu šatku nesenú anjelmi. V kostole sa nachádza ešte neskorogotický oltár sv. Heleny a sv. Egídia z obdobia okolo r. 1510. K zaujímavostiam Sásovej patrí aj *evanjelická zvonica* zo začiatku 20. st., pred ktorou je umiestnená busta Milana Rastislava Štefánika.



pešie putovanie v roku modlitby a vďačnosti

Rok 2024 je rokom prípravy veľkého jubilea, ktoré sa v súčasnosti v Cirkvi slávi každých 25 rokov. Tradícia tzv. "Svätých rokov" bola založená pápežom Bonifáčom VIII. už v r. 1300. Pre Jubileum r. 2025 vybral pápež František názov: "Pútnici nádeje." Vo svojom liste k tejto téme uvádza: "Musíme udržiavať pochodeň nádeje, ktorá nám bola darovaná, a urobiť všetko pre to, aby každý znovu nadobudol silu a istotu, že môže hľadiť do budúcnosti s otvorenou, prezieravou myslou a dôverujúcim srdcom. Rok 2024, bude možné venovať veľkej „symfónii“ modlitby. Predovšetkým na obnovu túžby byť v Pánovej prítomnosti, počúvať ho a klaňať sa mu.“

Púť do alebo z **národnej svätyne Sedembolestnej Panny Márie** má vždy osobitnú príchut'. Je to totiž náš domov. Miesto, kde sa stáročia modlia ľudia z nášho národa. Miesto plné milostí. Aj webová stránka (www.bazilika.sk) baziliky pozýva domov k mame. A hoci naša národná svätyňa leží „za kopečkami“, predsa by sme ju mali aspoň z času na čas navštíviť. Preniknúť cez bory a hoci aj vlakom (ak sa nedá pešo) zavítať do Šaštína. Bolo tu historicky prvé pôsobisko saleziánov na území dnešného Slovenska (pozn. prvá komunita bola založená 8. septembra 1924). V súčasnosti spravujú národnú svätyňu bratia pavlíni - Rád sv. Pavla Prvého pustovníka. V ich kláštore sa dá celoročne ubytovať a úprimne nikdy tu nie je plno, azda len v čase hlavnej septembrovej púte. Maličké mestečko na Záhorí pôsobí skôr dojmom, že sa na neho zabudlo. O to viac, osobnejšie, preniká dušu pútnika pohľad na Sedembolestnú madonu, patrónku Slovenska. Bratia pavlíni sú otvorení a srdeční, radi poskytnú o pútnickom mieste zaujímavé informácie. Rovnako ochotne, po vzájomnom dohovore, vytvoria priestor na duchovný rozhovor či spoveď. Sú strážcami, nenáhli sa. Ich heslo je: SOLUM CUM DEO SOLO (Byť sám len s Bohom). Ich zakladateľom je **bl. Eusébius Ostrihomský**. Pochádzal z Uhorska a bol kňazom a kanonikom. V r. 1246 sa zriekol všetkého svojho majetku a so súhlasom ostrihomského arcibiskupa odišiel žiť ako pustovník do jaskyne v lese. Na podnet zjavenia počas rozjímania, zjednotil pustovníkov z okolitých hôr a pri dnešnej dedine **Kesztölc - Klastrompuszta** založil kláštor. Dodnes volajú toto miesto Klastrompuszta. Ruiny kláštora sv. Kríža ostali čiastočne zachované. Za patróna a svoj príklad si zvolil sv. Pavla z Téb (228 - 341), ktorý sa považuje za prvého pustovníka V r. 1308 pápež Klement V. potvrdil pre Rád pavlínov regulu sv. Augustína. Aj my sme pozvaní zostať v tichu, v modlitbe, iba s Bohom. Pôstnu púť odporúčame začať večer,



ruiny kláštora Sv. Kríža



vtáčia rozhľadňa, Adamov



kostolík, Kopčany

v postoji Nikodéma, v túžbe „znova sa narodiť v Duchu“. Pešia časť (v dĺžke 36 km), cestou ku **kostolu sv. Margity Antiochijskej v Kopčanoch**, ktorý patrí medzi naše najvzácnejšie, starobylé kostoly, začína skoro ráno. Z baziliky vedie trasa popri rieke Myjave smerom na obec Čáry. Za kostolom sv. Martina z Tours treba odbočiť na sever k horárni do Smolinského lesa. Nakolko cesta nie je označená a v lese sa križuje viacero chodníkov, orientujte sa v tejto časti pomocou máp! Kráčajte smerom k obci Brodské, cesta vedie popri Dolnom brodskom kanále, nezachádza do obce. Pokračuje popri židovskom cintoríne na štrkoviská Adamov, kde sa nachádza vtáčia pozorovateľňa. Práve na jar je tu živo. Následne pútnická trasa kopíruje rieku Moravu, vedie po hrádzi. V samom závere pešej púte sa trasa napája na **Európsku kultúrnu cestu sv. Cyrila a Metoda**, ktorú sme Vám predstavili už v minulých číslach Pútnického listu. Za lávkou Veľkej Moravy totiž vedie popri modrej turistickej značke aj táto zaujímavá medzinárodná pútnická trasa. Obe sa odkláňajú z hrádze doprava, smerom na obec Kopčany. Dovedú Vás až ku kostolíku. Odtiaľ pokračujú na rázcestie, kde modrú turistickú značku strieda zelená turistická značka. Po nej prídete bezpečne až do Holíča. Tu sa končí ozaj dlhé celodenné pôstne pešie putovanie, ktoré sa mohlo stať príležitosťou pre duchovné rozjímanie a osvieženie. Nocľah Vám poskytne napr. turistická ubytovňa v centre mesta, so samostatnou kuchynkou. Ráno si tak budete môcť vychutnať prechádzku mestom, ktoré mal v obľube tiež manžel rakúskej cisárovnjej Márie Terézie - knieža František Štefan Lotrinský. Chodieval sem - na **Holíčsky zámok** - veľmi často, a to aj napriek tomu, že cesta z Viedne mu trvala asi 8 hodín. Venoval sa tu poľovníckym honom a v zámku sa hralo prvé divadlo vo francúzskom a nemeckom jazyku. V meste založil jednu z prvých manufaktúr na Slovensku. Neďaleko mesta sa nachádza aj unikátny *veterný mlyn*.



zdroje: www.sk.wikipedia.org, www.mozgasvilag.hu, www.mapy.dennikn.sk, www.blog-o-kc.blogspot.com,
www.planetslovakia.sk, www.holic.sk, www.slovenskycestovatel.sk, fotoarchív Márie Prekopovej

STAŇTE SA PRAVIDELNÝMI ODBERATEĽMI PÚTNICKÉHO LISTU

Ak máte záujem dostávať Pútnický list do Vašej e-mailovej pošty, prosíme Vás, napíšte nám na adresu: prekopova@gmail.com. Zaradíme Vás **do adresára čitateľov Pútnického listu**.

Vydávanie Pútnického listu môžete podporiť dobrovoľným príspevkom na č.ú:

SK18 7500 0000 0040 1664 7114, do správy pre prijímateľa uveďte: **PÚTNICKÝ LIST**

ĎAKUJEME!

Legenda o živote sv. Pavla I. pustovníka a sv. Antona

podľa sv. Hieronyma:

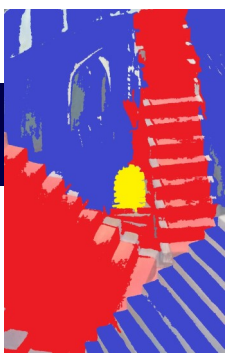


„Odohralo sa to počas Déciovoho prenasledovania (ok.r.230n.l). V tom čase v dolných Tébach býval spolu so svojou vydatou sestrou Pavol. Ich rodičia zomreli, no zanechali veľký majetok. Pavol mal okolo 16 rokov, bol zbehlý v náuke gréckej a egyptskej, mal jemné spôsoby a vrúčne miloval Boha. Keď prepukla búrka prenasledovania, ukryl sa na skryté a vzdialené miesto. Muž Pavlovej sestry však zamýšľal udať svojho švagra, aby tak získal do dedičstva celý Pavlov podiel. Aj napriek slzám jeho ženy – Pavlovej sestry – sa vybral k nemu do jeho úkrytu a predstieral starosť oňho. Pavol však bol múdry a rozumný mládenec a vycítil, že švagor ho chce udať. Preto utiekol ďaleko na púšť, aby tam prečkal až do skončenia prenasledovania. Po čase putovania púšťou našiel skalnatú horu a na jej úpätí veľký otvor, ktorý bol privrätý balvanom. Keď balvan odsunul a nazrel dnu uvidel priestranné nádvorie – jaskyňu – s veľkým otvorom v strope. Uprostred jaskyne, pod otvoreným nebom, rozprestierala konáre stará palma pri ktorej vyvíeral pramienok najčistejšej vody, ktorý hneď aj vsakoval do zeme (takže vlastne nikam neodtekal). V jaskyni bolo zopár izbíc, v ktorých boli hrdzavé nákovy a kladivá. Tieto nástroje boli používané na razenie mincí. Na tom mieste, ako hovoria egyptské písma, bola kedysi dielňa, kde boli razené falošné mince v čase, keď sa Kleopatra spojila s Antoniom. Keďže sa Pavlovi zapáčilo toto miesto ostal tam, ako už vieme, na celý život v modlitbe a v samote pričom pokrm i odev mu poskytovala stará palma z jaskyne.“ O stretnutí oboch svätých pustovníkov sv. Hieronym napísal: „Blahosladený Pavol mal už 130 rokov a viedol na zemi nebeský život, keď na inom pustovníckom mieste žil 90 ročný Anton. Anton si raz pomyslel o sebe, ako to niekedy býva,

že už niet nikoho takého dokonalého ako je on sám. Potom však raz v noci mal zjavenie kde mu Boh dal na vedomie, že žije ešte niekto iný a oveľa lepší ako je on sám a že sa musí za tým človekom vybrať, aby ho spoznal. Hneď na úsvite dňa po tomto zjavení sa stariec Anton, podpierajúc o palice, vybral na cestu nevediac kam. Aj keď slnko žeravo páľilo, on pokračoval stále v ceste lebo veril, že Boh mu čoskoro ukáže svojho sluhu, ako mu sľúbil vo sne. Ako šiel zrazu uvidel potvora. Na pol človeka na pol koňa, ktorému fantázia básnikov dala pomenovanie kentaurus. V momente ako uvidel toho tvora poznačil svoje čelo znakom kríža. Nabral odvahu a opýtal sa ho, kde v týchto končinách prebýva sluha Boží? Nato ten tvor, ktorého tvár bola pokrytá srstou, zdvihol pravicu a ukázal priamu cestu. Potom rýchlosťou vtáka prebehol otvorenou krajinou a zmizol z očí udivenému pustovníkovi Antonovi. Nevie, či to satan aby ho postrašil vzal na seba takú podobu, alebo púšť, ako to niekedy býva, je schopná vydať také spotvorené zviera. Prekvapený Anton zamýšľajúc sa nad tým, čo sa stalo, pokračoval ďalej vo svojej ceste. Uprostred kamennej doliny uvidel človeka nižšieho vzrastu s krivým nosom s rohmi na čele a jeho dolná časť tela sa končila kozími nohami. Anton pri pohľade na ten zjav, ako dobrý Boží vojak vzal štít viery a pancier nádeje. Ale to spomenuté stvorenie mu podarovalo na cestu dar. Ovocie palmy – datľu na znak pokoja. Rozrušený Anton to prijal a opýtal sa ho kto je? Dostal takúto odpoveď: Som smrteľníkom, jeden z tých, ktorých poznačil pohanský život, skazený rôznymi bludmi. Spolu s ostatnými ako som ja prosíme, aby si za nás orodoval u všemohúceho Pána. Dozvedeli sme sa, že bol ukrižovaný Syn Boží pre spásu sveta i po celej zemi sa rozľahol jeho hlas. Na tieto slová sa tvár starca Antona zaliala slzami. Zaplakal pre úžasný objav viery, ktorá rozpaľovala jeho srdce. Tešil sa z chvály Pána i zo záhuby satana. Začudoval sa, že porozumel reči tvora a udierajúc palicou o zem povedal: Beda ti Alexandria, ktorá namiesto Boha si ctíš potvory. Beda ti, nezriadené mesto, v ktorom sa satani z celého sveta zhromaždili. Čo povieš teraz? Beštie hovoria o Kristovi a ty namiesto Boha, vzdávaš česť potvorám. Keď dokončil, to rohaté stvorenie odletelo ako vták. Ak si niekto myslí, že nie je možné tomu veriť, vedzte, že podobného tvora raz priviedli do Alexandrii pred celé obecenstvo ľudí. Skončil sa deň a jemu ostalo len jedno, dúfať že ho Kristus neopustí. Noc strávil po tme v modlitbách. Potom prešiel aj druhý deň a po neznámom svätcovi ani chýru. Na zemi bolo vidieť len stopy zvierat. Nevedel kam majú ďalej smerovať jeho kroky. Aj druhú noc strávil na modlitbách. Len čo opäť svitlo zbadal neďaleko vľičiu ako dychčiac sa vyťahuje z akéhosi otvoru na úpätí hory. Pozoroval ju a keď sa zviera vzdialilo, priblížil sa k tomu otvoru a nazrel dnu. Najprv nevidel nič len tmú. Vošiel dnu a napínal sluch, či niečo nie je počuť. Potom uvidel svetlo.

Rozbehol sa tým smerom, ale zakopol o kameň a to urobilo veľký hluk. Na ten hluk blahoslavený Pavol zatvoril svoje otvorené dvere izbice a zasunul závoru. Anton sa v momente hodil na tie dvere a prosil, aby mu bolo dovolené vojsť. Takto hovoril: Vieš kto som ja, odkiaľ som a prečo som tu? Viem, že si nezasluhujem ťa vidieť ale aj tak neustúpim kým ťa neuvidím. Zvieratá prijímaš prečo človeka odháňaš? Hľadal som ťa i našiel som. Klopem, aby mi otvorili. Ak ťa neuprosím umriem tu pri твоjich dverách. Určite počováš mŕtvolu. Takto hovoril nepohnúc sa z toho miesta. Na to dostal od Pavla takúto skromnú odpoveď: Nik neprosí hrozbou, nik slzami neuráža. A divíš sa že ti neotváram? I smejúc sa otvoril Pavol Antonovi dvere. Po otvorení dverí sa obaja objali predstavili svojimi menami a ďakovali Bohu. Po udelení svätého bozku si Pavol sadol a začal s Antonom takýto rozhovor: Ten, ktorého si hľadal tak ťažko, má už slabé svoje kosti i preriedené sú jeho vlasy. Vidíš človeka, ktorý sa čo chvíľa stane prachom. Pretože je pravda, že láska všetko vydrží, povedz mi prosím, čo sa dnes deje medzi ľuďmi. Či sa v starých mestách týčia nové budovy, kto dnes vládne svetom, či sú takí, ktorí sa držia satanských bludov? Počas rozhovoru priletel havran, ktorý si sadol na konár stromu a z neho spokojne zletel k nim a pred udivenými tvármi zložil pred nimi celý chlieb. Keď odletel Pavol povedal: Aký láskavý a milosrdný je Pán – posielá nám obed. Už cez 60 rokov prijímam stále len polovičku chleba, ale pre tvoju prítomnosť Kristus svojim vojacom zväčšil mieru živnosti. “ Po vzdaní vďaka Pánu si obaja sadli na okraj čistého ako krištál prameňa. Tu sa začal medzi nimi spor, kto má podeliť chlieb. Trvalo im to celý deň až presne do večera. Pavol sa odvolával na spôsob pohostinnosti, Anton poukazoval na rozhodujúci vek, kto je starší. Nakoniec sa dohodli, že každý chytí chlieb z druhej strany a bude ho ťahať k sebe až zostala každému v rukách jeho časť. Keď sa posilnili, napili sa trochu vody z prameňa a poďakovali opäť Pánovi. Noc strávili bdením na modlitbách. Keď nastal nový deň povedal Pavol Antonovi: „Vedel som už od dávna, že bývaš v tejto krajine. Vedel som už od dávna, že Boh mi prisľúbil teba za priateľa. A pretože sa priblížil deň mojej smrti, lebo stále som túžil rozlúčiť sa s týmto životom a byť s Kristom po dokončení behu (môjho života) a obsiahnuť korunu spravodlivosti, teba Pán poslal, aby si pochoval moje telo a zem dal zemi. Pri týchto slovách Anton zaplakal i zavzdychal, prosil Pavla, aby ho neopúšťal a vzal ho so sebou na tú cestu. Na to Pavol odvetil: Nemáš hľadať to, čo je твоjím ale čo cudzím dobrom. Bolo by ti príjemnejšie, keby si tu zanechal celé bremeno a zasadol vedľa Baránka, ale твоjím poslaním je, aby si poučal bratov твоjím príkladom. Preto prosím, choď ak ti to nebude ťažké a prines mi plášť, ktorý si dostal od biskupa Atanáza, aby si ním ovinul moje telo.“ Pravdou bolo, že blahoslavený Pavol nie preto poprosil Antona o plášť žeby mu veľmi záležalo na tom, či jeho hnijúce telo bude odeté, či neodeté. Ved' po celý život sa odieval len do šiat upletených z listov palmy. V skutočnosti chcel odchádzajúceho Antona uchrániť od smútku, ktorý by mu jeho smrť učinila. Keď Anton počul o Atánázovi a jeho plášti, nemohol odporovať iba s plačom sa rozlúčil a vybral sa na spiatočnú cestu do svojho kláštora. Úplne utrápený, ledva dýchajúc sa vrátil do kláštora. Príbehli k nemu dvaja jeho učni, ktorí mu už oddávna posluhovali. Chceli vedieť, kde tak dlho bol a čo stalo. Ale Anton iba hovoril: „Beda mi hriešnikovi, odvetil, lebo neprávom nosím meno mních. Videl som Eliáša, videl som Jána na púšti a videl som v celej pravde Pavla v raji.“ Zatvoril ústa a bil sa rukou do prs vzlykajúc pritom. Keď ho učni prosili aby im podrobnejšie povedal čo sa stalo, odvetil: „Je čas mlčať a čas hovoriť.“ Potom vyrazil bez toho žeby bol niečo zjedol tou istou cestou. Túžil len po jednom, vidieť toho, ku ktorému ho jeho oči a celá myseľ viedla. Báł sa toho, čo sa udeje bez jeho neprítomnosti, že Pavol odovzdá svojho ducha Kristovi. A keď už sa rozvidnelo na druhý deň a ostávalo mu už len tri hodiny cesty. Vtedy uvidel sneho-bielo žiariaceho Pavla, ako obkolesený anjelmi, chórom prorokov a apoštolov vznáša sa do neba. Anton v momente padol na tvár, posypal pieskom svoju hlavu a plačúc, vzdychajúc povedal: „Prečo ma Pavol opúšťaš? Prečo odchádzaš, bez rozlúčky so mnou? Tak som ťa neskoro spoznal a tak rýchlo sa vzdaluješ.“ Neskôr rozprával sv. Anton, že s akou rýchlosťou prebehol posledný úsek cesty, že priam letel ako vták. Rýchlo vhuhol do jaskyne uvidel bezduché telo v stojacej polohe s rozopätými pozdvihnutými rukami. Najprv si myslel, že Pavol ešte žije a začal sa s ním modliť. Keď dlho nepočul žiadnych obvyklých povzdychov modliaceho, s plačom ho pobozkal a pochopil že trup mŕtveho ostal v takejto úctivej polohe. Vyniesol ho vonku prezliekol do prineseného plášťa a spieval hymny a žalmy podľa kresťanských zvykov. Uvedomil si, že nemá motyku, aby mohol vykopať hrob. Začal rozmýšľať, čo urobí. Keď tak v duchu uvažoval, príbehli z hĺbky púšte dva levy. Najprv sa ich zľakol. Levy ale príbehli priamo k mŕtvemu telu blahoslaveného starca a vrtiac chvostami, ľahli si k jeho nohám a začali strašný rev. Anton chápal, že ho oplakávajú ako vedia. Potom začali labami vyhrabávať zem, i vykopali jamu, do ktorej bolo možné uložiť človeka. Hneď potom, akoby sa domáhali odmeny za vykonanú prácu pokývali ušami a so zohnutými krkami príbehli k Antonovi a lízali mu ruky i nohy. Pochopil, že prosia o požehnanie. Velebiac Boha zato, že zvieratá počúvajú želanie Boha, tak sa pomodlil: „Pane, bez ktorého sa ani lístok na strome nepohne, ani jeden vrabec na zem nespadne, daj im to čo považuješ za potrebné.“ Pokynúc rukou im ukázal, aby sa vzdialili. Keď odbehli vzal Anton starecké ramená mŕtveho a uložil telo do hrobu a ako je zvykom zasypal zemou. Keď svitol nový deň Anton vzal tuniku, ktorú si Pavol uplietol z palmových listov. Vrátil sa do kláštora, a po poriadku všetko vyrozprával všetkým svojim spolu bratom. Na slávnosti ako bola Veľká Noc a Zoslanie Ducha svätého sa Anton vždy obliekal do tejto Pavlovej tuniky.





cestou k vnútornému hradu

Na chvíľu si zatvorte oči predstavte si hrad z krištálu. V centrálnom zoskupení ho tvorí viacero komnát. Nenasledujú za sebou, skôr akoby sa stáčali do hĺbky. V samom strede žiari svetlo. Presvetľuje celý hrad. Tak takýto pohľad na dušu poskytla Cirkvi jej učiteľka - sv. Terézia z Ávily (1515 - 1582). Každý/á z nás je povolaný/á prejsť do hĺbky hradu a spočinúť v jeho svetle. Vydajme sa púťou k malým kostolíkom na cestu k nášmu vnútornému hradu, inšpirujme sa slovom sv. Terézie Veľkej.

Kostol sv. Margity Antiochijskej v Kopčanoch

K vnútornému hradu dnes zamierime cez kostolík sv. Margity Antiochijskej. V jeho príbehu môžeme rozpoznávať aj svoj osobný. Základy, korene, prostredie formujú náš vnútorný hrad podobne ako nenápadný kostol, ktorý stojí neďaleko obce Kopčany, pri slovensko-českej hranici blízko veľkomoravského sídla Mikulčice-Valy. Prvá zmienka o ňom je z r.1392. Pravdepodobne by mohol byť súčasťou neodkrytého veľkomožného dvorca, ktorý by sa na základe leteckého prieskumu mal nachádzať južne od kostola. Typologicky patrí do skupiny malých jednoloďových kostolov s pravouhlým uzáverom lode, ktoré sa stavali v strednej a západnej Európe v 8. -11. st. Rozmerovo je malý, vnútorná šírka lode je 3,8 m, dĺžka sa pohybuje od 4,7 do 4,9 m, zadná stena svätyne má dĺžku 1,85 m, bočné steny 2,3 m. Svätyňa je zaklenutá valenou klenbou, loď bola donedávna plocho zastropená, dnes má priamy priehľad do krovu. Od 90. rokov 20. st. sa uskutočnilo na objekte viacero odborných výskumov (archeologický, umelecko-historický, architektonicko-historický, reštaurátorský). Ich výsledky dokazujú intenzívne osídlenie okolia už od neskorej kamennej doby. Svoj vrchol dosiahlo v 9.-10. st., kedy sa pozdĺž predpokladanej historickej cesty z mikulčického sídliska Valy na východ sformovala na ľavom brehu rieky Moravy v katastri dnešných Kopčian skupina osád, ktorej organizačnú štruktúru dosiaľ nepoznáme. Funkčne súvisela s hradiskom Valy. Aj po zániku mikulčického hradiska pokračoval život v dvoch doteraz známych osadách v blízkosti kostola sv. Margity Antiochijskej až do 13. st., kedy sa tento priestor stáva pravdepodobne posledným obývaným miestom niekdajšej mikulčickej aglomerácie. Keď zaniklo pôvodné veľkomoravské hradisko, obyvatelia sa začali postupne z osád sťahovať a poslední z nich odišli približne v 16. – 17. st. Kostol však slúžil naďalej až do 18. st., keď bol postavený nový kostol priamo v dedine Kopčany. Neskôr sa tu až do r. 1994 konali príležitostné púte, ktoré súviseli s patrónkou kostola, sv. Margitou z Antiochie. Ku kostolu patrila aj prilahlý cintorín, na ktorom sa pochovávalo až do 17. – 18. st. a ktorý sa zachoval až do 20. st. Kostol je gotizovaná, pôvodne predrománska stavba so zachovanými pôvodnými bočnými múrmi takmer ku korunnej rímse. Ide o jednoloďový kostol s jednotlivými miestnosťami zoradenými za sebou (predsieň – loď – presbytérium). Archeologický výskum odhalil v mieste zámurovky pôvodného okna na omietke severnej stene lode zvyšky veľkorozmernej mandorly s dúhovou lavičkou a fragmentmi svätožiary a vlasov postavy. Vytvorená bola pravdepodobne v 11.-12.st. Mandorla pokračovala nad úroveň stropu. Lem mandorly z červených, ružových, tyrkysových a sivookrových pruhov má šírku asi 27 cm. Časť výjavu - tróniaci Kristus - sa nezachovala.



Kostol sa nachádza 800 m severozápadne od obce Kopčany. Vede k nemu asfaltová cesta a mlatový cyklochodník z východného konca obce Kopčany (1,9 km). Asfaltový cyklochodník je možné využiť aj zo smeru od Holičského zámku (3,8 km). Asfaltový cyklochodník a štrková cyklotrasa spája kostol s Lávku Veľkej Moravy (2 km). Okolo kostola vedú 2 turistické trasy: Cyrilometodejská cesta a modrá turistická trasa č. 2452 (Rieka Morava, lávka – Kostol sv. Margity).

Počas svojej existencie bol viackrát upravovaný. Vo svojej dobe bol netypicky postaveným kostolom. V 13. st. bol upravený v gotickom štýle. Obsahuje veľa pôvodných prvkov a architektonických detailov, ktoré sú predmetom výskumu a dodnes priťahujú pozornosť historikov (napr. pôvodné okenné otvory, povrchová úprava stien, valená klenba v presbytériu, znaky vyryté do kameňa na fasáde). Výskum na východnej stene mechanicky rozlíšil fragmenty dvoch výmalieb, mikroskopický rozbor vzoriek zistil celkovo štyri farebné vrstvy, čo svedčí o relatívne častých zásahoch. Realizované boli na bordovom podklade. Prvá má zvyšky modrej (obloha?) a zelenej s tmavšími linkami (stromy?). Vrchná vrstva odhalila na modrom pozadí fragment trištvrt'profilu ženskej tváre so svätožiarou. Rozbor pigmentov určuje vznik malieb od 2. pol. 16. st. Na základe zachovaných zvyškov ženskej tváre na mladšej z vrstiev môžeme temer s istotou tvrdiť, že to je **sv. Margita Antiochijská**. Historici sa domnievajú, že **výjav plnil funkciu oltárneho obrazu**. Pri začiatku výskumov v 90. rokoch sa stala ťažiskovou otázkou datovania vzniku kostola. Už v priebehu 20. st. sa objavovali tvrdenia o jeho stredovekom pôvode. Počas archeologických výskumov sa v r. 2004 našli tri hroby so šperkami typickými pre veľkomoravské obdobie a maltovinou vo veľkosti a v tvare charakteristickom pre fázu murovania a omietania, na základe ktorej kostol pôvodne dotali. Keďže bol v tom čase jedinou známou stále stojacou sakrálnou stavbou na území bývalého Česko-Slovenska, získal širokú mediálnu pozornosť. Podobné zachované stavby sa nachádzajú v krajinách, ktoré patrili v 8. a 9. st. do Franskej ríše, resp. inde v západnej Európe. Pri datovaní veku tejto sakrálny stavby je potrebné vylúčiť najmä druhotnú kontamináciu stavebným materiálom. Podľa neskoršej dendrochronologickej analýzy bol kostol postavený v 2. pol. 10. st. podobné datovanie (rok 925 ± 60) potvrdila aj rádiokarbónová analýza. Význam kostola posilňuje skutočnosť, že hoci je skromných rozmerov a od 16. st. stál osamotený v bažinatom prostredí, nezanikol, ale naopak, bol vždy predmetom mimoriadnej pozornosti a náročných úprav. A je naozaj výnimočné, že tento malý objekt prináša stále prekvapujúce poznatky. K spresneniu dátumu jeho vzniku snáď prispeje aj rozbor dreveného trámu zo štítu a analýza dosiaľ neidentifikovaných znakov pod oknom južnej steny lode. V r. 1995 bol kostolík vyhlásený za národnú kultúrnu pamiatku.

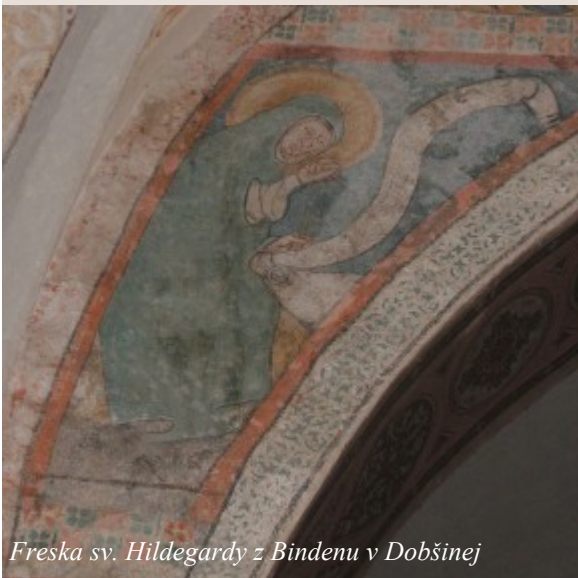
Z učenia sv. Terézie z Ávily:

„Vstupnou bránou do hradu je modlitba a rozjímanie. Podmienkou, aby mohol niekto vstúpiť do hradu a zotrvať v jeho komnatách, je modlitba. Terézia píše, že človek, ktorý sa nemodlí, je ako ochrnutý z evanjelia; postihnutý, ktorý má ruky a nohy, ale nemôže sa hýbať. Toto prízvukuje, lebo sama vie, že „veľa duší zostáva stát v blízkosti hradu, tam, kde sú strážne, a nesnažia sa ani o to, aby sa len dozvedeli, čo sa v tom hrade skrýva, alebo kto tam býva, či aké sú tam miestnosti“ (I, 1, 5). To, čo Terézia nazýva interiorizácia – vstúpenie do seba – je práve toto. Neskôr napíše o poznávaní seba, čo definuje ako stav, kedy by sa „duše mali snažiť pochopiť svoju veľkú chudobu, a ak sa nepolepšia, je to preto, že sa nezaoberali sebou“ (I, 1, 6). „Sebapoznanie je také dôležité, že by som nechcela, aby ste v tom prestali, ani keby ste dospeli do najvyšších nebies, lebo pokiaľ sme na zemi, nič nie je také potrebné ako pokora.



Znova teda opakujem, že je veľmi užitočné, aby sme pred letmi do iných príbytkov vstúpili do tých, ktoré sú vyhradené sebapoznaniu, lebo sú to cesty, po ktorých sa ide k oným vyšším“ (2, 9). „Ako získať toto sebapoznanie? Neustále pozorovať seba a skúmať svoje svedomie? Vari Terézia odporúča sabaanalýzu? V žiadnom prípade! Sebapoznanie sa paradoxne získava práve odstupom (odchodom) od seba. „Lenže ako včela neprestáva vyletúvať, aby nasávala z kvetov, tak aj duša sa musí tu a tam povzniesť k rozjímaniu o Božej veľkosti a velebnosti, aj keď sa cvičí v sebapoznaní. Lepšie totiž spozná svoju nízkosť“ (I, 2, 8). A ďalej hovorí: „Podľa mňa sa však nikdy dobre nespoznáme, ak sa nebudeme súčasne snažiť o to, aby sme spoznali Boha. Ak sa zahľadíme na jeho veľkosť, objavíme svoju úbohosť, ak uvažujeme o jeho čistote, uznáme, koľko špiny je v nás, a pred jeho pokorou uvidíme, ako sme od nej ďaleko“ (I, 2, 9). „Pravá pokora sa začína až vtedy, keď zbadáme, že nám chýba. Sebapoznanie založené na nesprávne nasmerovanej sabaanalýze alebo jej prílišnom používaní však spôsobuje postupné znižovanie ‚letu‘. Môže to viesť k znechuteniu – najväčšiemu nebezpečenstvu na duchovnej ceste.“

Hildegarda z Bingenu (1098-1179) bola jednou z najvýznamnejších osobností európskej kláštornej medicíny. Bola mniškou benediktínskeho rádu a zakladateľkou kláštora na Rupertsbergu pri Bingene. Dnes môžeme povedať, že bola tiež prírodovedkyňou, lekárkou, spisovateľkou, botaničkou a skladateľkou. S jej dielom sú spojené počiatky vlastnej nemeckej filozofie, tzv. Frauenmystik. V r. 2012 ju pápež Benedikt XVI. vyhlásil za učiteľku Cirkvi. Zaujímavosťou je, že kult Hildegardy z Bingenu je doložený aj na území Slovenska, a to v Dobšinej. Pre reštaurátorov a pamiatkárov bolo veľkým prekvapením, keď našli pri odkrývaní fresiek v dnešnom evanjelickom gotickom kostole v Dobšinej fresku svätice, ktorú sprvu nevedeli identifikovať. Zistilo sa, že ide o Hildegardu z Bingenu. Tento kult sem priniesli nemeckí baníci zo Saska, ktorí kolonizovali Dobšínú. Viac sa s ňou zoznámite v ponúkanom celoročnom cykle.



Freska sv. Hildegardy z Bingenu v Dobšinej

Pojmy ako čnosti a neresti majú dnes tendenciu pôsobiť staromódne až morálne nevkusne. V skutočnosti však čnosti znamenajú hodnoty, ktoré slúžia životu a ktoré ho robia hodnotným a zmysluplným. Neresti predstavujú nedostatok, záťaž alebo zdravotnú nemohúcnosť. Všetci veľmi túžime po pozitívnych hodnotách, ktoré podporujú lásku, šťastie a život. Duchovné sily, čo podporujú život a udržiavajú zdravie, sú ukryté ako potenciál v každej ľudskej bytosti. Sú nevyhnutné na duchovný rozvoj osobnosti a umožňujú prežiť život dobre. Šťastní môžeme byť len vtedy, ak žijeme v súlade so svojou božskou prirodzenosťou, ktorá je nám k dispozícii ako duchovné kráľovstvo. Protichodné sily oslabujú človeka, ničia život a vyvolávajú choroby. Bránia nám v účasti na plnosti života. Keď klameme a podvádzame, sme rezignovaní, nahnevaní alebo

cynickí, strácame silu. O to viac je zarážajúce, že sa toľko ľudí dobrovoľne rozhodne prežiť život na temnej strane života a vystaviť sa tak riziku ochorenia. Takmer všetky choroby majú psychickú príčinu a na dosiahnutie úplného uzdravenia je nevyhnutné identifikovať rizikové faktory a odstrániť ich. Sv. Hildegarda hľadá do neba a vidí našu dušu ako nebeské mesto, v ktorom prebýva Ježiš so svojimi 35 alegorickými čnosťami. Každý, kto hľadá život, potrebuje 35 síl duše, čo premieňajú ľudskú prirodzenosť na božskú. Životné sily, ktoré v nás prebývajú, formujú náš život, liečia nás a chránia pred nebezpečenstvami hmotného sveta. Obe strany – čnosti aj ich protiklady – zvädzajú neľútostný slovný súboj, v ktorom negatívna deštruktívna sila argumentuje takmer racionálne a logicky. Duchovná uzdravujúca sila sa odvážne stavia „neresti“, niekedy aj bojovným a trúfalým výberom slov, po ktorom zvyčajne nasleduje uzdravujúce a upokojujúce slovo. Všetci sme opakovane sklamaní sami zo seba alebo z iných ľudí, keď robíme nesprávne rozhodnutia, klameme alebo podvádzame, alebo s veľkým nasadením plánujeme pomstu, aby sme oplatili krivdu, ktorú sme utrpeli. Na našu slobodnú vôľu pôsobia mnohé skutočnosti, takže naše rozhodnutia ovplyvňuje „náhoda“, priatelia alebo duch doby – prispôbenie sa spoločenským konvenciam. Keď však robíme veci, ktoré sú v rozpore s našim vlastným svedomím a zraňujú našu dušu, strácame svoju autentickosť a energiu. „Urob to tak, robia to tak všetci!“ podobné hlúpe výroky nás zvädzajú k tomu, aby sme urobili niečo, čo vnútorne ľutujeme a čo trápi našu dušu. Sv. Hildegarda pripisuje psychosociálne chyby ľudí démonickým vplyvom. Démoni sú sily, čo ničia alebo ovplyvňujú naše dobré úmysly a skutky. Všetky múdre náboženstvá poznajú boj dobra so zlom. Dnes sa démoni vracajú v mnohých podobách, aby nás ovplyvnili. Nech už pod pojmom démoni rozumieme čokoľvek, v okamihu, keď si ich všimneme a nazveme ich menom, strácajú nad nami svoju moc. Modlitba – teda vnútorný dialóg s Bohom je vzácnym liekom a prináša okamžitú pomoc. Môžeme sa modliť sami doma, vonku, v kostole či v spoločenstve. Takmer všetky choroby majú duchovno-psychickú príčinu. Preto sa uzdravenie musí uskutočniť aj v duchovnej oblasti, inak sa choroby budú opakovať alebo sa stanú chronickými, t. j. nevyliciteľnými. Ak sa príčiny neodstránia, nemôže dôjsť k celostnému uzdraveniu. Túto skutočnosť ortodoxná medicína neuznáva ani nepraktizuje, a preto sa netreba čudovať, že 80 % všetkých autoagresívnych ochorení je nevyliciteľných. Vďaka Bohu a jeho zjaveniu však môže každý nastúpiť na cestu duchovného uzdravenia, samozrejme, ak chce a prevezme za seba zodpovednosť.

Viete, že dvaja lekári – Dr. Larry Dossey a Dr. Herbert Benson – dokázali liečivú silu slov a modlitieb v klinických štúdiách? Sv. Hildegarda vedela, že modlitby a meditácie, ako aj tiché rozjímanie môžu pozitívne ovplyvniť uzdravenie. Modlitba a vypovedané slová ovplyvňujú aj fyzické procesy: bolesť je menšia; rany sa hoja rýchlejšie a bez komplikácií; znižuje sa vysoký krvný tlak a hladina škodlivých tukov (LDL cholesterolu); dobrý cholesterol (HDL) sa zvyšuje; srdcový rytmus sa normalizuje; imunitný systém mobilizuje svoju obranu; proces hojenia po operáciách je menej komplikovaný. Kalifornskí lekári trikrát zopakovali svoj experiment na 393 pacientoch s ochorením srdca v sanfranciskej kardiologickej nemocnici, aby preukázali vplyv modlitby na proces uzdravovania, a trikrát získali ten istý prekvapujúci výsledok: pacienti, za ktorých sa modliło, potrebovali menej liekov a operácií srdca a mohli opustiť nemocnicu skôr ako pacienti, za ktorých sa nik nemodlil. Vedúci výskumu Dr. Randolph Byrd mal veľké problémy s uverejnením svojich výsledkov v lekárskejších časopisoch. V súčasnosti existujú stovky vedeckých štúdií, ktoré dokazujú, že hlboká viera podporuje duševné zdravie. Duchovne založení ľudia sú oveľa menej náchylní na depresie, užívanie drog, samovraždy a rozvody ako ľudia bez duchovného zázemia. Hildegardino liečivé umenie nás podporuje v úsilí o zachovanie duševného aj telesného zdravia.

Feniklový čaj

Podľa Hildegardy je feniklový čaj najlepšia kozmetika: zabezpečuje nielen jasné oči, ale stará sa aj o žalúdok, črevá a celkovú zdravú vôňu tela. Odporúča sa piť 1 x denne.

Dobrá rada: odporúča sa kúpiť si feniklové semienka v celku, nepomleté a zväčša väčšie množstvo. Na internete sú už aj menší predajcovia bylín, ktorí vedú prekvapiť ponukou aj cenou. Čaj sa môže piť každé ráno, stačí nasypať trošku semienok do šálky a nechať odstáť. Semienka sa môžu požiť a zjesť. Feniklový čaj je skvelý prvý teplý napoj do žalúdka – otvára trávenie pre ďalší príjem potravy.

Petržlenové víno (pri srdcovo-cievnych problémoch, stresom vyvolaných bolestiach srdca a staršom srdiečku)

Potrebujeme: 8-10 čerstvých petržlenových listov/stoniek, 150 g. medu, 1 liter červeného vína, 2 čajové lyžičky vínneho octu

Petržlenovú vňať necháme zovrieť a bublať v octe a víne cca. 5 min. Následne pridáme med (diabetici vezmú polovičnú dávku medu). Opäť všetko spolu necháme zovrieť. Vzniknutú penu odstránime, precedíme všetko cez sitko a naplníme do vysterilizovanej fľaše. Petržlenové víno pijeme denne po jedle a to len jeden líkérový pohárik. Keď má niekto problém so zaspávaním, nech vypije po dúškoch, pomaly, večer, pol šálky.

Dobrá rada: Petržlenové víno sa osvedčilo pri problémoch so srdcom, keď sa nervy a duša ozývajú cez srdce. Veľakrát v tomto prípade ani EKG nevie nič nájsť, keďže nejaký konflikt tlačí na srdce.

**Recept na záver:
Keksíky na dobré nervy
a na podporu koncentrácie**

Čo potrebujeme:

400g špaldovej múky, 250g masla,
150g hnedého cukru, 200g sladkých mandlí (mletých),
2 vajcia, 20g mletej škorice, 20g muškátového orieška (postrúhaného),
5g klinčekov (v mažiari rozdrobíme), trošku soli a vody podľa potreby.

Múku dáme na dosku a pridáme do nej na kúsky pokrúpané maslo, cukor, mandle, vajcia ako aj všetky korenia. Spolu všetko pomiešame, sformujeme do valca a zabalené do fólie odložíme na 30 min do chladničky. Medzitým dáme na plech papier na pečenie a zapneme rúru na 180-200 stupňov – nech je vopred vyhriata. Cesto vyberieme z chladničky, nakrájame na 2-3 mm hrubé krúžky a poukladáme na plech. Pečieme dozlatista, cca. 25 min.

Denne môžeme zjesť 3-5 keksíkov. Dobré sa osvedčili aj pri deťoch, ktoré majú problém sa koncentrovať. A pamätajte si, že: „Nie mnoho vedomostí nasycuje dušu, ale vnútorné precítenie a vychutnanie vecí.“ (sv. Ignác z Loyoly)

zdroje: Strehlow, Wighard: Die Ernährungstherapie der heiligen Hildegard.

Rezepte, Kuren und Diäten. Bauer. 1994. 426s. Preklad: Jana Kovács

Strehlow, Wighard: Die Heilkunde der Hildegard von Bingen. Gesundheit aus der Weisheit der Natur. Weltbild. 2007. 560s. Preklad: Jana Kovács

Strehlow, Wighard. Hertzka, Gottfried: Große Hildegard-Apotheke. Christiana. 2009. 530s. Preklad: Jana Kovács, www.hildegarda.sk, www.ecavdobsina.sk

Zoznam 35 síl duše (čností) a k nim prislúchajúcich nerestí podľa sv. Hildegardy z Bingenu

Čnosti žijú v piatich spoločenských, ktoré zodpovedajú piatim etapám nášho života.

stanica života: život pred životom

1. pozemská láska – nebeská láska
2. nespútanosť – disciplína
3. hľadanie rozkoše – skromnosť
4. nemilosrdenstvo – súcit
5. zbabelosť – dôvera v Boha
6. hnev – trpezlivosť
7. cynizmus – túžba po živote

stanica života: tehotenstvo

8. závislosť na požitkoch – šetrnosť
9. zatrpknutosť – veľkodušnosť
10. zloba – dobrota
11. klamstvo – pravda
12. hádavosť – mierumilovnosť
13. melanchólia – šťastie
14. nenásytnosť – umiernenosť
15. chlad duše – vyžarovanie duše

stanica života: detstvo

16. pýcha – pokora
17. závisť – dobročinnosť
18. hľadanie slávy – úcta k stvoreniu
19. neposlušnosť – poslušnosť
20. nevera – viera
21. zúfalstvo – nádej
22. zhýralosť – jednoduchosť

životná etapa: dospelosť

23. nespravodlivosť – spravodlivosť
24. ľahostajnosť – činorodosť
25. zabudnutie na Boha – svätosť
26. nestálosť – stálosť
27. starosť o pozemské – základná dôvera
28. tvrdohlavosť – obrátenie
29. závislosť – oslobodenie zo závislosti
30. disharmónia – harmónia

stanica života: staroba

31. neúcta – úcta
32. labilita – stabilita
33. mágia – pravé uctievanie Boha
34. pripútanosť – nezištnosť
35. nezmyselnosť – radosť zo života



„Pre dušu je radosťou, byť činnou v tele.“
sv. Hildegarda

Každý z 35 párov síl (čností) je priradený k jednému z 35 stavcov chrbtice, z ktorých vedú nervy do konkrétneho orgánu alebo časti tela. Takto sa informácie súvisiace s psychikou prenášajú do tela alebo z tela do centrálného nervového systému. Palpáciou chrbta možno zistiť bolesť alebo napätie v určitých polohách stavcov, čo poskytuje jednoduchý diagnostický postup na identifikáciu psychických a telesných ťažkostí.



Pútnický list vydáva Asociácia pútnických organizácií
Farský úrad, 913 31 Skalka nad Váhom I/41
ISSN 2644-4526

www.putnickemiesta.sk/asociacia-putnickych-organizacii/archiv-putnickych-listov
Autori textu: Mária Hatalová, Jana Kovács, Mária Prekopová

NEPREDAJNÉ, VOLNE ŠÍRITELNÉ

pútnický list

príloha

prehľad hlavných pútí
v Bazilike Sedembolestnej Panny Márie v Šaštíne



zdroje: www.bazilika.sk, www.nazahori.sk

Púť mužov: 13. apríl

Púť grékokatolíkov: 9. jún

Púť miništrantov: 11. máj

Púť motorkárov: 29. jún

Púť matiek: 12. máj

Národná púť: 15. september

Turičná púť: 18. - 20. máj

Púť ružencových bratstiev: 5. október

Púť hasičov: 20. máj

Púť za svetlom radosti: 12. október

ŽELEZNÝ PÚTNIK celonočné pešie putovanie z Trstína do Šaštína: 15. marec



pešo s Domom Pútnika na Turíce; info bude na: www.spojeneruky.sk