
Extrémna
Krížová Cesta
CESTA RODINY
ROZJÍMANIA EXTRÉMNEJ
KRÍŽOVEJ CESTY 2027
Jubilejný 10. ročník na Slovensku



ÚVOD.....01
I. ZASTAVENIE
Ježiš je odsúdený na smrť.....03
II. ZASTAVENIE
Ježiš berie kríž na svoje plecia.....05
III. ZASTAVENIE
Ježiš padá prvýkrát pod krížom.....07
IV. ZASTAVENIE
Ježiš sa stretáva so svojou matkou.....09
V. ZASTAVENIE
Šimon pomáha Ježišovi niesť kríž.....11
VI. ZASTAVENIE
Veronika utiera Ježišovu tvár.....13
VII. ZASTAVENIE
Druhý Ježišov pád.....15
VIII. ZASTAVENIE
Ježiš sa stretáva s plačúcimi ženami...17
IX. ZASTAVENIE
Ježiš padá tretíkrát.....19
X. ZASTAVENIE
Ježišovi strhávajú šaty.....21
XI. ZASTAVENIE
Ježiš je pribitý na kríž.....23
XII. ZASTAVENIE
Ježiš zomiera na kríži.....25
XIII. ZASTAVENIE
Ježiš sňatý z kríža.....27
XIV. ZASTAVENIE
Ježiš je uložený do hrobu.....29
ZÁVER.....31



CESTA RODINY – 10. ročník EKC

Rodina ako základ zdravej spoločnosti

Úvod – *prečítaj si ho ešte pred svätou omšou*

Začínaš Extrémnu Krížovú Cestu, preto:
Prestaň sa šetriť. Začni tvoriť sám seba. Na tejto ceste nejde o to, ako ďaleko dôjdeš, ale o to, ako sa zmeníš. Choď tak dlho, kým nezabudneš, kým si bol - aby si sa mohol znovu narodiť. Pamätaj: tvojím najväčším väzením nie je utrpenie, ale zotrvávanie v pohodlí.

„Každému človeku je zverená úloha byť tvorcom vlastného života: v istom zmysle z neho vytvoriť umelecké, majstrovské dielo“ (sv. Ján Pavol II.).

Skutočná Extrémna Krížová Cesta sa nezačína kilometrami, ale rozhodnutím zmeniť seba samého.

Ticho, tma a Boh

Ticho je najintímnejšou formou modlitby. Boh nekričí - Boh šepká. Samota nie je vzdialením sa, ale priestorom, v ktorom sa možno konečne stretnúť s Bohom. Tma nie je opakom svetla. Je miestom, kde sa svetlo rodí. EKC je rozhodnutie vystúpiť z kolotoča priemernosti. Je to noc, v ktorej mlčíš a Boh hovorí.

Kam ťa má EKC 2027 doviesť:

- K pravde o sebe, k rozbitiu schém, masiek a automatizmov,
- k vstupu do vzťahu s Bohom založeného na dialógu,
- k tomu, aby si sa stal tvorcom svojho života,
- k tichu, ktoré je miestom stretnutia.

Rozjímania „Výprava do vlastného vnútra“ sú:
14 krokov k stretnutiu s Bohom.
„Chcem vstúpiť do hĺbky. Už nechcem žiť na povrchu.“
Každé zo 14 zastavení je jedným krokom v procese, v ktorom zostupuješ čoraz hlbšie: od zdania k pravde, od hluku k tichu, od kontroly k dôvere, od strachu k rozhodnutiu, od starých rolí k vlastnej skutočnej identite.
EKC sa nemeria kilometrami, ale vnútornou premenou. Stretnutím s Bohom.

Choď. Choď tak dlho, kým nezabudneš, kým si bol.
Tma je miestom, kde sa rodí svetlo. Preto kráčaš nocou. Preto kráčaš v tichu. Preto kráčaš sám alebo v malej skupine.
EKC nie je pohodlná. EKC kladie nároky. Pretože len to, čo je náročné, vedie do hĺbky. Je to noc, v ktorej „vystupuješ z kolotoča priemernosti“. Noc, v ktorej mlčíš a Boh konečne môže hovoriť. A On nekričí. Boh šepká. Preto potrebuješ ticho.

Ak to pochopíš, požiadavky EKC budú ľahké. Tu sú:

1. 40 km v noci (alebo 30 km pri prevýšení väčšom ako 500 m).
2. Sám alebo v malej skupine, vždy v tichu a sústredení. Ak by niekto svojím nadmerným hlukom vyrušoval druhých neboj sa ho upozorniť.
3. Nie je to šport, ale putovanie s rozjímaním a preto je stanovená aj minimálna dĺžka prechodu 8 hodín. Nezabudni na to.
4. Jesť a piť sa smie, ale nesmú sa organizovať pikniky. Zákaz akýchkoľvek alkoholických nápojov.
5. Povzbudzujeme vás k odriekaniu, ale rešpektujeme každé rozhodnutie o predčasnom návrate domov.
6. EKC sa líši od iných akcií - nie je pohodlná, ale náročná. Pomáha prekročiť vlastné obmedzenia.
7. Na trase vyžadujeme sústredenie. Ak niekto ruší ostatných, požiadajte ho, aby zachoval ticho. Rešpektujte prosím pravidlo – na trase bez psov.
8. EKC sa nemeria iba fyzickou námahou - očakávame plody, vnútornú zmenu k lepšiemu. EKC je životný štýl.

Choď. Choď tak dlho, až stretneš Boha. Táto noc má výnimočnú silu. V noci - v tom, čo nepoznáš - môžeš konečne počuť Boha. Nie Boha z obrazu, nie Boha zo zvyku, ale Boha, ktorý šepotom hovorí: Konečne si sa stíšil. Počuješ? Som tu. Som v šepote. Som Šepotom.

Na počiatku bolo Slovo.

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

I. ZASTAVENIE

Pán Ježiš odsúdený na smrť

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

Ježiš bol odsúdený, pretože bolo jednoduchšie zbaviť sa Ho, než sa Mu pokúsiť porozumieť.

Prvý krok na ceste k Bohu: Nesúď, ale snaž sa porozumieť.

„Čo je pravda?“ vyhlásil Pilát. Ježiš sa nezmestil do jeho predstáv ani stereotypov. Pýtal sa Ho, ale len tak, aby si potvrdil vlastný pohľad. Dav aj mocní už rozsudok očakávali, a tak splnil ich vôľu. Nemusel viac premýšľať, skúmať ani rozlišovať. Mohol si oddýchnuť. Pilát si nechcel komplikovať život. Lenže zjednodušovanie reality nevedie k priamosti, ale k primitívnosti.

Živá myseľ dieťaťa a nepokojná myseľ dospievajúceho sa pod vplyvom kompromisov a pohodlnosti menia na zatvrdnutú hlavu. „Takto to je a takto to musí zostať.“ Takému človeku stačí jediný pohľad na druhého, aby ho hneď odsúdil: tento je taký, tamten onaký. Myseľ, ktorá si zvykla škatuľkovať, začína škatuľkovať aj ľudí.

A čo zvedavosť na svet a na ľudí? Neexistujú dvaja rovnakí ľudia. Neexistujú dve rovnaké situácie. Obmedzený človek súdi, pretože nerozumie citlivosti, pozornosti ani otvorenosti. Hlavne nech netreba veľa premýšľať. Hlavne nech je to pohodlné. Hlavne nech sa nič nenaruší. Nie, takto to nemá byť.

„Moje myšlienky nie sú vaše myšlienky,“ hovorí Boh. Ak si myslíš, že presne vieš, čo má Boh na mysli, klameš sám seba. Boha sa môžeme iba pokúšať pochopiť - a dôraz je práve na tom: pokúšať sa. Veď svojím rozumom Ho nikdy celkom neobsiahneme. A Boh? Boh človeka nesúdi, ale usiluje sa mu porozumieť. Rešpektuje, že človek myslí inak. Boh je láska a láska predpokladá dialóg dvoch odlišných osôb. Len vzájomné porozumenie vedie k láske.

VNÚTORNÁ SPOVEĎ

Môj vnútorný Pilát je aktívny od rána. Rýchly, bystrý, logický. Vidí, súdi, komentuje. Vždy vie, kto za to môže. Vždy má pravdu. Niet v ňom ticha. Niet v ňom zvedavosti. Len hluk vlastných presvedčení. Počujem svoje myšlienky a hanbím sa za ne.

Ježiš hovorí: „Čím srdce prekypuje, to hovoria ústa“ (Mt 12, 34).

Pane, chcem zmeniť svoje srdce. Opakuj si v duchu. Stretnutie s Bohom vždy vyvádza zo schém. Boh nesúdi. Boh rozumie. Boh myslí inak. Láska spočíva v trpezlivom porozumení druhému. Zjednodušovanie reality nevedie k priamosti, ale k primitívnosti. Nemáš rád, keď ťa iní škatuľkujú. Preto to nerob ani ty. Myslieť bolí. Pozerať sa do vnútra človeka si vyžaduje odvahu.

MODLITBA

Pane, rozbi vo mne betón istoty. Znič moje stereotypy. Nauč ma načúvať. Nauč ma rozumieť. Amen.

PREDSAVZATIE

Pozri sa do svojho vnútra. Koho si sa v poslednom čase snažil pochopiť a koho si odsúdil? Uvidíš seba v pravde. Čo môžu ľudia od teba očakávať? Piláta? Primitívnosť? Alebo citlivého človeka?

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

II. ZASTAVENIE

Pán Ježiš berie na seba kríž

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

Ježiš sa vydáva na cestu. Vie, že nejde o to len trpieť, ale nechať sa premeniť: zo smrteľného človeka na vzkrieseného.

Druhý krok na ceste k Bohu: Prestaň sa šetriť. Začni tvoriť sám seba.

Manifest extrémnosti

Ježiš povedal: „Choďte do celého sveta.“ V EKC berieme tieto slová doslova. A tak kráčame.

Na tejto ceste nejde o to, ako ďaleko dôjdeš, ale o to, ako veľmi sa zmeníš. Každý tvoj krok je rozhodnutím: zostať, alebo sa stať. Prestávaš byť niekým vtedy, keď sa prestávaš meniť.

Zostaň a zíď z trasy, ak chceš zostať taký, aký si. Ak chceš len to, čo už máš. Ak neplánuješ zmenu. Ale ak túžiš po premene, po novom živote, ak v sebe nosíš nekonečné túžby - choď ďalej. Choď tak dlho, kým nezabudneš, kým si bol. Z tejto cesty sa nikdy nevrátiš rovnaký. Tvojím najväčším väzením nie je utrpenie. Tvojím väzením je pohodlie. Pohodlná posteľ, teplá káva, predvídateľný deň.

Takéto prežívanie ťa pomaly zabíja. Beznádejný život zo dňa na deň - len preto, že sa bojíš zmeny.

Loď, ktorá stojí v prístave, je v bezpečí. Lenže práve preto sa lode nestavajú. Ani ty si nebol stvorený na to, aby si uviazol na mieste, ale aby si rástol. Predstav si dieťa, ktoré nechce dospieť. V najlepšom prípade z neho vyrastie zakrpatený človek. Ak chceš naozaj žiť, musíš vyplávať na otvorené more. Život sa nepýta, či si pripravený na zmenu. Buď prijmeš výzvu, alebo premárniš to, čo ti bolo zverené.

Svedectvo

Bál som sa tejto cesty. Nie kilometrov - ale toho, čo v sebe uvidím. Už na druhom kilometri som sa chcel vrátiť. Vtedy mi to došlo: celý život robím to isté. Vzdávam to, keď to začne bolieť. Najväčším hriechom môjho života je, že som sa príliš dlho šetril.

Opakuj si v duchu: Boh je Bohom cesty. Tvojím väzením je pohodlie. Ak sa nemeníš, márniš svoj život. Nejde o to, ako ďaleko dôjdeš, ale ako sa zmeníš.

PODOBENSTVO O ČLOVEKU, KTORÝ NIKDY NEUROBIL CHYBU

Nikdy neurobil chybu. Nikdy neriskoval. Nikdy nešiel do neznáma. Keď umieral, Boh sa ho opýtal:
- Čo si sa naučil? - Nič, - odpovedal. - Bál som sa to skúsiť.
Boh prikývol: - To znamená, že si nikdy nežil.

MODLITBA

Pane, príliš dlho som sa šetril. Príliš dlho som bol zbabelcom.
Príliš dlho som predstieral, že žijem. Pane, rozbi moje väzenie pohodlia.
Spáľ moje výhovorky. Postav ma na cestu, z ktorej sa už nebudem môcť vrátiť. Amen.
EKC - cesta, z ktorej sa nikdy nevrátiš rovnaký. Prestaň sa šetriť. Začni tvoriť sám seba.

PREDSAVZATIE

3:48. Tma. Zima. Ľudia mlčia. Už nikto nehovorí. Na začiatku ešte niekto žartoval, niekto komentoval trasu, a teraz je počuť už len kroky a dych. Akoby sa v každom vo vnútri niečo upokojilo, ale aj zlomilo. Niekto ide vedľa teba a plače. Nie nahlas. Slzy len tečú. Nikto sa nepýta prečo. Všetci vedia, že každý má svoje „prečo“. Niekto vpredu si kľakne, upraví si batoh, chvíľu sedí a pozerá do zeme. Nemodlí sa. Len sedí — akoby si chcel na chvíľu odd-ýchnuť od seba samého. V noci sa človek stáva pravdivým. Už nepredstiera, že je silný, že mu nie je zima, že má všetko usporiadané. Zostáva len telo, dych a akýsi zvláštny pokoj.

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

†

III. ZASTAVENIE

Pán Ježiš prvýkrát padá pod krížom

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

Ježiš sa vydal na cestu a hneď padol. Bol to Boží plán?

Tretí krok na ceste k Bohu: Objav Jeho plán pre svoj život.

Boh má plán pre tvoj život: chce sa s tebou dohodnúť, čo môžete spoločne urobiť. Často sa verí, že Boh už za nás rozhodol, ako máme konať, a že my máme Jeho plán len uhádnuť.

Aký je Boh? Ako pristupuje k stretnutiu s človekom?

Boh je dôležitý, ale dôležitý si aj ty. On je pozorný a aj ty máš byť pozorný. Keby Boh pri stretnutí s človekom zdôrazňoval predovšetkým svoju veľkosť, všemohúcnosť a vládu, nemalo by to zmysel. Človek, s ktorým sa Boh stretáva, má tiež svoj názor. Obaja sa môžu dohodnúť. Všetko vo vesmíre je pod Božou kontrolou, ale výsledok dohody medzi Bohom a človekom nie. To je vždy niečo nové a jedinečné.

Nie je to scenár, v ktorom hráš úlohu bábky. Je to priestor, kde sa Boh stretáva s tebou tvárou v tvár. Nerozhoduje za teba. Chce, aby si sa rozhodoval spolu s Ním.

Boh Ježiša nekontroluje - On sa s Ním rozpráva.

Keď sa modlíš, hovor málo a veľa načúvaj. Nehovor Bohu, aký máš plán na to, čo má urobiť On. Povedz Mu, čo si myslíš, a potom načúvaj. Neboj sa, že Boh má iný názor. Neodmietaj to, čo ti povie. Uchovaj si to v srdci ako Mária. Na to, že niekto myslí inak, si treba zvyknúť. Toto zastavenie je o Bohu, ktorý neplánuje namiesto teba, ale s tebou.

Boh ťa stvoril. Teraz je však čas, aby si spolu s Ním tvoril svoj život. Boh nepíše scenáre. Nestavia ťa ako figúrku v hre. Nerozhoduje za teba. Chce sa s tebou dohodnúť. Dohodnúť sa znamená rozhodnúť sa spoločne. Neboj sa, že Boh myslí inak ako ty. Neboj sa, že má iný nápad na tvoj život.

OPAKUJ SI V DUCHU

Boh má plán. Jeho plánom je, aby sme si porozumeli. Myslíme inak. Som zvedavý, čo vzíde z nášho rozhovoru. Možno sa nám podarí niečo spoločne vymyslieť. Ach, ako by som chcel žiť krásny život. Nie sám, ale spolu s Bohom.

MODLITBA

Pane, tak veľmi by som chcel vyhrať svoj život. Nechcem byť len bábkou. Chcem spolu s Tebou tvoriť svoj život. Amen.

PREDSAVZATIE

Cestou si začni plánovať svoj život. Na rok dopredu, na päť rokov, na desať rokov. Naplánuj si aj to, s kým o tom budeš hovoriť. Koho budeš počúvať. A kto bude chcieť počúvať teba. V duchu sa modli k Bohu, aby si sa naučil plánovať spolu s Ním.
Predsavzatie splníš, keď si vytvoríš plán na rok, na päť a na desať rokov, keď si naplánuješ, s kým ho preberieš, a keď sa pomodlíš o schopnosť načúvať Bohu.

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

IV. ZASTAVENIE

Pán Ježiš stretáva svoju Matku

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

Mária porodila Ježiša. A On svoj život rozvíjal.

Štvrtý krok na ceste k Bohu: Je potrebné znovu sa narodiť v bolestiach.

Zrkadlo Matky – obraz materstva a znovuzrodenia

Čo je zrkadlo matky? Je to zrkadlový odraz procesu materstva. Mama nás porodila v bolestiach. A tak sme sa narodili prvý raz. Ale to je málo, priveľmi málo. Treba sa narodiť znovu. Ako povedal sv. Gregor Naziánsky: „rodíme sa“ svojimi rozhodnutiami.

Nestačí byť narodený. Pri našom pôrode trpela mama. Teraz nastal čas, aby sme sa narodili znovu. Aj to treba vytrpieť.

Naše prvé narodenie. Pred pôrodom sme žili v lone mamy. Čerpali sme z jej životnej sily, z jej života. Boli sme v nej ukrytí, živili sme sa z nej. Dokonca za nás aj dýchala. Po narodení sme mali dlhšie či kratšie detstvo. Napokon však treba dospieť. Uchopiť život. Svoj vlastný život. Život sa sám nevytvorí.

Ježiš hovorí: *„Musíte sa znovu narodiť.“*

Ján Pavol II. povedal:

„Každému človeku je zverená úloha byť tvorcom vlastného života: v istom zmysle z neho vytvoriť umelecké, majstrovské dielo.“

LIST MATKE

„Ďakujem, že si ma porodila, ale teraz sa musím narodiť sám“

Mama, ďakujem, že si ma porodila. Ale dnes viem, že to nestačí. Vtedy si dýchala za mňa. Teraz sa musím naučiť dýchať sám. Vtedy si ma nosila v sebe. Teraz sa musím narodiť v bolesti rozhodnutia. Chcem Ti povedať: už nepotrebujem opateru. Potrebujem odvahu. Porodila si ma z tela. Daj mi dnes požehnanie, aby som sa mohol narodiť z ducha.

Správa od Boha

Ozvi sa mi, keď budeš pripravený narodiť sa.

USPORIADAJ SI TO V HLAVE

Pokrytectvo mnohých ľudí počuť vo vete: taký už som. V zmysle: taký už som a to sa nezmení. Nezávisí to odo mňa - aká veľká lož to je! Tvoj život závisí od teba a len od teba. Nie všetko máš pod kontrolou, ale svojimi rozhodnutiami sa môžeš stať akoby rodičom samého seba. Skutočná Extrémna Krížová Cesta sa nezačína kilometrami, ale rozhodnutím zmeniť seba samého. Potrebuješ sny: kým by som mohol byť, keby som na sebe začal pracovať.
Extrémna Krížová Cesta k tebe prehovára v Božom mene: treba sa znovu narodiť. Ale ako je to možné? - pýtaš sa. U ľudí je to nemožné, ale u Boha je všetko možné.

OTÁZKY BEZ ODPOVEDE

Si unavený zo svojho starého ja? - Nudili ťa už tvoje vlastné výhovorky? - Snívaš o lepšej verzii seba samého? Je čas na úplný reštart! Život sa sám nevytvorí!

PREDSAVZATIE

Pomodli sa za svoju mamu. Naplánuj si svoje znovuzrodenie. Dohodni sa s Bohom, čo musíš urobiť, aby si mohol všetko začať odznova.

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

V. ZASTAVENIE

Šimon z Cyrény pomáha Ježišovi niesť kríž

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

Šimon pomáha. Nevieme, či chcel pomôcť sám, alebo bol k tomu prinútený. Vieme však, že bol v spoločenstve prvých kresťanov známy, podobne ako jeho synovia Alexander a Rúfus. Všetci boli známi z tej dobrej, tej najlepšej stránky.

Piaty krok na ceste k Bohu: Dobré ovocie je znamením stretnutia s Bohom.

Horká pravda o „nábožných“

Často možno stretnúť ľudí, ktorí sa považujú za nábožných. Modlia sa, chodia na svätú omšu a modlia sa ruženec. Dokonca chodia aj na EKC. Ale vnútorne sú nespracovaní, neusporiadaní. Dokonca aj nečestní. Je ťažké sa s nimi spriateliť, ba aj len kamarátiť. Sú nároční a ťažko sa im dôveruje. Ľudia, ktorí ich stretávajú, strácajú odvahu a niekedy bývajú zranení.

Dobré ovocie

Dobrým ovocím stretnutia s Bohom nie je to, čo robíš, ale kým sa stávaš. Nejde tu o dobrý skutok, ale o dobrého človeka.

Pripomeňme si slová z Listu Galanťanom: ovocím Božieho Ducha je láska, radosť, pokoj, trpezlivosť, láskavosť, dobrota, vernosť, tichosť a sebaovládanie. Proti tomu sa zákon neobracia. Ak žijeme Božím Duchom, dajme sa Duchom aj viesť (Gal 5, 22–23, 25).

Takýto postoj je dobrým ovocím dobrého človeka. Aj zlý človek dokáže občas urobiť niečo dobré. To však nič nemení na skutočnosti, že je stále zlý.

Nejde o to, koľko dobrých skutkov vykonáš, ale či sa sám stávaš dobrým. Ako hovoril svätý brat Albert: „Človek by mal byť dobrý ako chlieb.“ Kedy je chlieb dobrý? Keď chutí. Budeš dobrým človekom, keď ťa ľudia budú „ochutnávať“. Keď po stretnutí s tebou budú cítiť radosť. Keď budú mať dôvod hovoriť o tebe v dobrom.

NÁVOD, AKO SA STAŤ DOBRÝM

Nejde o to, že Šimon pomohol. Ide o to, že sa zmenil. Domov sa nevrátil rovnaký. Nejde o čin. Ide o človeka. O to, kým sa stávaš, keď sa ťa Boh dotkne.
Kedy sa meníš k lepšiemu? Keď ti to ľudia povedia. Keď sa budú pri tebe cítiť dobre.
Vezmi si so sebou na cestu tieto myšlienky: Dobrým ovocím stretnutia s Bohom nie je to, čo robíš, ale kým sa stávaš.
Nejde o to, že Šimon niesol kríž. Ide o to, že sa z tejto cesty vrátil úplne iný. O tom je EKC. Nie je to len niekoľko desiatok kilometrov, ale rozhodnutie stať sa novým človekom. Pretože ak sa vraciaš rovnaký, znamená to, že si sa len prechádzal.

MODLITBA

Ježišu, ty si povedal: Čokoľvek ste urobili jednému z týchto mojich najmenších bratov, mne ste urobili. Tak ako Šimon pomáhal Tebe daj nám silu pomáhať druhým, nech nám služba núdznym dáva vidieť Teba a nech nás vo svojom vnútri mení k lepšiemu.

PREDSAVZATIE

Niečo zjedz, napi sa. Aby si mal silu prinášať dobré ovocie. Na ten účel si stanov tri merateľné ciele na nasledujúci mesiac, ktoré by stálo za to dosiahnuť. Buď konkrétny. Práve v konkrétnosti sa ukazujú plody. Robíš to a darí sa ti to. Vtedy prinášaš ovocie.

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

†

VI. ZASTAVENIE

Veronika utiera Ježišovu tvár

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

Veronika sa dotkla Ježišovej tváre. V tomto geste je intimita. Blízkosť v tom, čo je dôležité a citlivé.

Šiesty krok na ceste k Bohu: Uč sa stretnutiu a blízkosti s človekom i s Bohom.
Blízkosť medzi tebou a Bohom. V tom, čo je pre teba dôležité a citlivé. V tom, čo je dôležité a citlivé pre Boha. Tu sa ponúka obraz manželskej lásky. V nej je miesto pre intimitu, pre rozhovor o tom, čo je dôležité a citlivé. Pre spoluprácu v tom, čo je dôležité a citlivé. Veď hľadáme takú lásku, v ktorej bude oceán nezištnosti. Snívame o nej.

Svedectvo 1

Spomínam si na jeden večer. Sedeli sme s manželom v kuchyni, deti už spali. Dlho sme sa rozprávali, až mi napokon povedal niečo, čo nepovedal nikomu: o svojom strachu z minulosti, o chybe, za ktorú sa hanbil. Bol to okamih, keď som pocítila, že mi naozaj dôveruje. Neboli tam žiadne veľké slová. Len to, že mi dal časť seba, ktorú nepoznal nik iný.

Snívame o tom, že stretneme niekoho, kto sa na nás pozrie bez odsudzovania a bez predsudkov. Kto nás bude milovať takých, akí sme. Tušíme, že keď sa to stane, budeme môcť prenášať hory. Že získame novú silu na zmenu, nápravu, rast a vnútorné skrášlenie. Snívame o tom ako ľudia stvorení na Boží obraz a podobu. Pretože aj Boh túži po takej láske. A práve v tom sme Mu podobní.

Svedectvo 2

Sedeli sme spolu v tichu. Nemusel nič hovoriť - vedela som, že to bolí. Jednoducho som sa dotkla jeho dlane. A v tomto jedinom geste bolo viac modlitby než v tisícke slov. Od toho dňa sme spolu začali znovu hovoriť. Nie o veciach, ale o srdci.

ČAS NA ZÁVERY

Po prvé: Chceš sa modliť a spolupracovať s Bohom? Otvor sa stretnutiu s Ním, nie obchodovaniu s Ním. Pamätaj, že On sa ti otvorí vtedy, keď budeš nezištný a úprimný.
Po druhé: Menej hovor o svojej zbožnosti a viac sa stretávaj s Bohom. Pamätaj, Božieho človeka možno spoznať podľa ovocia, nie podľa slov.
Po tretie: Si vo vzťahu? Žiješ v manželstve? Staraj sa o rozhovory o tom, čo je dôležité a citlivé. Stále sa vracaj k pôvodnej nezištnej láske. Staraj sa o intimitu. Neži v šablónach, hľadaj stretnutie. Veď sa stále meníme, a tak sa musia meniť aj naše stretnutia.
Po štvrté: Uč sa priateľstvu. Bez ohľadu na to, či si vo vzťahu, alebo nie. Priateľstvo sa buduje na overenej vernosti. V dobrom i v zlom. Dôvera vzniká vtedy, keď spolu zvládame ťažké situácie.

MODLITBA

Pane, nauč ma dotýkať sa ľudí jemne - tak, aby som neubližoval, ale uzdravoval. Aby moje gestá hovorili viac než slová. Aby som v každej tvári dokázal uzrieť Tvoju tvár. Nech sa moje srdce stane šatkou, na ktorej zostane stopa Tvojej lásky. Amen.

PREDSAVZATIE

Máš rodinu? Máš priateľov? Staraj sa o nich. Ako? To si treba naplánovať. Nečuduj sa, že je tu toľko reči o plánovaní. Veď po EKC máš začať nový život a musíš vedieť, ako bude vyzerať.

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

†

VII. ZASTAVENIE

Pán Ježiš padá pod krížom druhýkrát

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

Ježiš vstal - a napokon vstal aj z mŕtvych. Jeho cesta viedla cez pád k premene.

Siedmy krok na ceste k Bohu: Chvála extrémnosti.

Extrémnosť vyvádza zo schém a dovoľuje objaviť iný svet. Ty môžeš byť iný a tvoj svet môže byť iný. Extrémnosť je svieži pohľad. Nestojí za to žiť ľahko. Stojí za to žiť pravdivo. Prestaň sa šetriť. Začni tvoriť sám seba. Extrémnosť nie je šialenstvo. Je to krok smerom k zmene. EKC - spiritualita ľudí, ktorí nechcú byť priemerní. Na túto bolesť sa nezabúda. Pretože je to bolesť skutočného začiatku. Život nás presahuje. Aj tak ho nemáme pod kontrolou. Ale s ťažkosťami si môžeme poradiť. Učíme sa tomu, keď vychádzame zo zóny komfortu a začíname nový život.

Svedectvo

Padol som druhýkrát. Nie na trase - v živote. Po rozvode. Po strate práce. Po všetkom. Vtedy mi v hlave zaznela veta: „EKC nie je trasa, je to život.“ Vstal som. A idem ďalej. Vždy sa dá začať. Druhý pád vyzerá ako koniec. Akoby sa už všetko rozpadlo. Akoby to bolo posledné zastavenie života. Ale Boh hovorí: Toto je len začiatok. Vidíš, nie je pravda, že si prehral. Nie je pravda, že je už neskoro. Môžeš začať znova aj vtedy, keď si myslíš, že už nie je čo zbierať. Predstav si, že to ty ležíš. Druhýkrát. Na tom istom mieste. Ľudia pozerajú, krútia hlavami: „zase?“. Ty už ani nechceš vstávať. A vedľa teba si kľaká Boh. Nie aby ťa súdil, ale aby ťa pozdvihol. Predstav si, že sa tvoj život končí. Si na hranici, posledný dych. Všetko, čo sa malo podariť, nevyšlo. Cítiš, že si prehral. A predsa zisťuješ, že aj v tejto chvíli môžeš začať — ako lotor na kríži. Že aj keď umieraš, môžeš vyhrať to najdôležitejšie. Predstav si, že Boh nie je v cieli. Že tam nestojí a nečaká s medailou pre tých, ktorí „dobehli“. On zostupuje na trasu a sadá si vedľa teba, keď padneš. Pýta sa: „Chceš to skúsiť ešte raz? Pretože ja pôjdem s tebou.“

Predstav si svoje najväčšie porážky. Tie, o ktorých radšej nechceš vedieť. Ktoré držíš v skrini, aby ich nikto nevidel. A uvidíš, že práve tam Ježiš prichádza. On začína tam, kde ty končíš. Vyhlásenie nedokonalých: My, ktorí padáme, vyhlasujeme, že to nie je koniec. Naše ruky sú špinavé, ale srdcia ešte bijú. Nie sme porazení - sme na ceste.

LIST SEBE SAMÉMU

Ahoj, to som ja pred rokom. Myslel som si, že už nevstanem. Že to nemá zmysel. Ale dnes viem, že každý pád je šancou na zmŕtvychvstanie. Keď znovu padneš, pamätaj: je to len pripomienka, že stále môžeš začať.

MODLITBA ZA NOVÝ ZAČIATOK V SRDCI

Bože Obnoviteľ, v mojom živote už bolo všetko. Ale Ty stále hovoríš: „Toto je len začiatok.“ Nauč ma začínať od nuly, bez pýchy, bez plánu, bez istoty. Nech z môjho dna vyrastá svetlo - ako svitanie po najdlhšej noci. Amen.

PREDSAVZATIE

Teraz si nájdi miesto na intímnych päť minút modlitby na kolenách. Modlitby za nový začiatok. Kľačíš, pretože si nedokonalý - našťastie.

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

VIII. ZASTAVENIE

Pán Ježiš teší plačúce ženy

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

Netreba povedať všetko. Niektoré slová sa šeptom vyslovujú.

Ôsmy krok na ceste k Bohu: Ticho je najintímnejšou formou modlitby.

Nevyžaduje múdrosť, nevyžaduje knihy, nevyžaduje teológiu. Vyžaduje odvahu - prestať hovoriť a začať načúvať. To je tajomstvo duše.

Tajomstvo duše

Zastav sa. Nie preto, aby si niečo povedal ale aby si konečne nič nehovoril. Ježiš sa obracia k ženám. Ony plačú a On hovorí niečo, čomu nerozumejú: „Neplačte nado mnou." Akoby šeptom kričal: ticho! Pretože práve vtedy, v tichu, v tej medzere medzi jedným a druhým nádychom, sa zjavuje sám Boh.

V hlave neustále prebieha pouličná premávka - klaksóny plánov, zápchy emócií, chaos presvedčení. Práve tam, v tom dave zvukov a myšlienok, sa snažíš nájsť Boha. Ale Boh nekričí. Boh šepká.

Samota

Samota nie je vzdialenie sa. Je to priestor, v ktorom sa konečne možno stretnúť. S druhým človekom, so sebou samým, s Bohom. Keď mlčíš, učíš sa načúvať. Keď načúvaš, začínaš rozumieť. Keď rozumieš, začínaš milovať. Je to paradox - samota zbližuje. Pretože skutočné stretnutie sa rodí v tichu, nie v hluku.

Vstúp sám do noci, aby si utíšil hluk sveta a „vystúpil" z rušného života. Stíš sa. Dovoľ svojej mysli spomaliť.

Pamätaj, ak je tvoja hlava zaplnená vlastnými myšlienkami, nepočuješ niekoho, kto myslí inak než ty. Samota je nevyhnutnou podmienkou stretnutia človeka s Bohom. Boh myslí inak ako my. On nám chce načúvať, ale chce byť aj vypočutý.

Stíšenie znamená vniesť ticho do vlastnej hlavy. Je to odstup od každodennosti, od problémov a od všetkého, čo so sebou život prináša. Až do takto vzniknutého priestoru ticha a intimity môže vstúpiť Boh.

EKC je rozhodnutie vystúpiť z kolotoča priemernosti. Je to noc, v ktorej mlčíš a Boh hovorí. *Je to chvíľa, v ktorej sa slzy menia na načúvanie.*

MYŠLIENKA

Spomeň si, čo ťa utešuje v ťažkých chvíľach. Je to niekto blízky, aktivita alebo iné? Čo tak viera skrz ktorú pôsobí sám Ježiš? Veď ako sám hovorí : „Poďte ku mne všetci, ktorí sa namáhate a ste preťažení, a ja vás posilním.“ Mt 11, 28
Preto kráčajme ďalej s vedomím, že on nás posilňuje.

MODLITBA V TICHU

Nech moje slová utíchnu skôr, než sa stanú hlukom. Bože, nauč ma tichu, ktoré nie je prázdnotou, ale plnosťou prítomnosti. Nech sa môj pokoj stane Tvojím hlasom. Nech sa moja samota premení na stretnutie. Amen.

PREDSAVZATIE

Bude to trápne. Začni sa točiť dookola. Urob si taký kolotoč. Môžeš sa smiať, môžeš rozosmiať ostatných. Veď len blázni takto chodia nocou. Možno práve vďaka tomuto cvičeniu vyskočíš z kolotoča priemernosti. Ak by to niekto nechápal, takéto predsavzatie je v štýle svätého Františka. Pravda, považovali ho za blázna. Podobne to zrejme robila aj malá Terézia od Dieťaťa Ježiša. Lenže ona bola malá. A malým je dovolené viac.

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

IX. ZASTAVENIE

Pán Ježiš padá pod krížom tretíkrát

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

Tretí Ježišov pád hovorí: tvoje obmedzenia sú skutočné. A ty dodávaš: to sa nedá. Ježiš však hovorí: Niet ničoho, čo by sa nedalo.

Deviaty krok na ceste k Bohu: Buď idealistom v dobrom aj zlom.

Boh je idealista. Nestvoril ideálny svet, ale príležitosť žiť v súlade s ideálmi. Tvoje obmedzenia sú skutočné. Ale rovnako skutočné je aj to, že v každom z nich sa skrýva priestor možností. Ježiš sa nevzdáva. Nie preto, že má silu, ale preto, že má sen väčší než bolesť. Nemeraj svoj život únavou, pádmi či obmedzeniami. Meraj ho svojimi snami. A EKC je spiritualita ľudí, ktorí idú ďalej, aj keď telo už nechce, pretože veria, že každý krok v temnote sa môže stať krokom smerom k svetlu. EKC je spiritualita ľudí, ktorí merajú svoj život svojimi snami, a nie svojimi obmedzeniami.

Svedectvo z denníka účastníka EKC

Nohy mi odmietajú poslušnosť. V svetle čelovky vidím len blato a svoj vlastný tieň. Myslím si, že už to nezvládnem.

A potom si spomeniem, prečo idem — aby som sa naučil vstávať. V tej chvíli urobím jeden krok. Len jeden. Aj to stačí, aby Boh mohol urobiť zvyšok.

Pretože len ten, kto vstáva, vidí ďalej. Nemeraj život únavou. Pretože potom uvidíš len bolesť.

Meraj ho svojimi snami. Sny nie sú luxusom pre naivných. Sú jazykom, ktorým Boh hovorí: Choď ďalej.

Mapa snov o lepšom svete

V dlani držíš sen. Malý, pokrčený ako stará mapa. Nevedie po diaľnici, ale cez blato, kamene a noc. Ale ak túto mapu nestratíš - dôjdeš. Pretože Boh vždy kreslí tie najťažšie cesty k tým najkrajším miestam.

MONOLÓG UNAVENÉHO ČLOVEKA

Nechcem zomrieť na mieste, kde som prestal veriť.
Ježiš: Videl som ťa padať. Ale vieš, čo vidím teraz? Vidím človeka, ktorý sa nevzdáva.
Život: Pretože život sa nekončí vtedy, keď dôjdu sily. Končí sa vtedy, keď prestaneš snívať.
Vstaň. Ešte raz. Nie pre ostatných. Pre ten sen, ktorý Boh zapísal do teba.

ZAPAMÄTAJ SI

Boh je idealista. Choď v Jeho stopách. Vstaň. Nie preto, že musíš - ale preto, že ešte stále môžeš.
EKC: spiritualita ľudí, ktorí vstávajú tretíkrát. Neboj sa svojich hraníc - Boh sa s tebou stretáva práve tam.
V tichu počuť, že Boh v teba stále verí. Ak vstávaš, necítiš sa slabý - si na ceste.
Boh nechce, aby si bol dokonalý. Chce, aby si bol verný. Ježiš o tebe neprestal snívať. Ani ty neprestávaj.
„Stačí ti moja milosť. Lebo sila sa naplno prejavuje v slabosti“ (2 Kor 12, 9).

PREDSAVZATIE

Idealista sa postaví do pozoru a zasalutuje. Len aby nesalutoval do prázdnej hlavy. Vojaci dobre vedia, o čo ide. Všetci na povel: Pozor!

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

Pán Ježiš zbavený rúcha

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

Strhávajú z Neho šaty. Nemôžu Mu však vziať to, kým je.

Desiaty krok na ceste k Bohu: Pred Bohom nemusíš a ani nemôžeš predstierať. Boh sa stretáva len s hodnotnými a citlivými ľuďmi.

EKC je rozhodnutie: nebudem len niekým obyčajným. Buď ideš do hĺbky svojho vnútra, alebo sa vznášaš na povrchu a predstieraš, že sa tak dá žiť. Nerob si ilúziu, že ťa sama cesta zmení. Nebudú to kilometre ani trasa. Meníš sa ty - vtedy, keď dovolíš Bohu, aby z teba strhol to, čo je zbytočné. Keď sa nebojíš stáť nahý pred sebou samým aj pred Ním.

Manifest srdca

Nie som stvorený pre pohodlie. Nie som stvorený pre zdanie. Som stvorený pre pravdu.

Som stvorený pre lásku. Som stvorený na to, aby som stretol Boha.

Pozvanie

Zastav sa. Nadýchni sa. Zavri oči. Predstav si, že všetko, čo máš, mizne. Zostávaš ty - a Boh. A počuj Jeho šepot: „Nie si len niekto obyčajný. Si môj.“

Zadefinuj sa znova - nie podľa toho, čo máš, ale podľa toho, kým sa môžeš stať.

Inštrukcie k obnaženiu

Krok za krokom. Skutočné zbavovanie sa masiek a pretvárky. Zhoď zo seba tituly, lajky, roly a image. Zhoď zo seba potrebu obdivu. Zhoď zo seba nutkanie kontrolovať. Zhoď zo seba úsmev, za ktorým skrývaš bolesť. Nechaj si len idealizmus overený cestou.

Polož si otázku:

„Znamenám ešte niečo, keď to nikto nevidí?“

A Boh našiel spôsob, ako mi povedať: „Nie si len niekto obyčajný. Si môj.“

A od tej chvíle viem - nemusím nič vlastniť, aby som mal hodnotu.

PODOBENSTVO O STRATE

Jedného dňa človek stratil všetko. Ľudia sa odvrátili, svet utíchol. A vtedy prvýkrát uvidel seba - bez šiat, bez titulov. Uvidel srdce, ktoré stále bilo.
Pochopil: Kým bije, dovtedy je vo mne Boh. A keď je On, nie si len niekto obyčajný.
Ježiš nás učí: možno stratiť všetko - a predsa zostať sebou.
Nehromaďte si poklady na zemi, kde ich ničí moľ a hrdza a kde sa zlodeji vlámavajú a kradnú. Radšej si zhromažďujte poklady v nebi.

MODLITBA V TICHU

Nech Tvoj pohľad prenikne mojou hanbou. Nech Tvoje svetlo prejde mojimi ranami. Strhni zo mňa, Pane, všetko, čo klame. A keď už nič nezostane - zostaň Ty. Amen.

PREDSAVZATIE

Nájdi si vo vreckách nejakú drobnú mincu a hoď ju za seba. Nech majú šťastie tí, ktorí ju nájdu.

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

XI. ZASTAVENIE

Pán Ježiš pribitý na kríž

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

Ježišove pribité ruky hovoria: Neoplatí sa žiť normálne.

Jedenásty krok na ceste k Bohu: Kto chce zachovať svoj život, stratí ho.

Manifest krvi a klincov

Možno musíš spoznať temnotu, aby si skutočne dokázal oceniť svetlo. Možno musíš dôjsť na svoje hranice, aby si mohol prekonať sám seba. Možno musíš zomrieť - aby si mohol začať žiť. Strať sa. Práve vtedy, keď nevieš, kam ísť. Strať sa. Pretože kým máš všetko pod kontrolou, kým máš všetko naplánované, si len väzňom vlastných istôt. Strať sa. Vtedy máš šancu nájsť svoje skutočné ja.

Krátka modlitba

Pane, nauč ma strácať to, čo je malé, aby som našiel to, čo je veľké. Nauč ma prehrávať pre Teba, aby som mohol vyhrať sám seba. Amen.

Modlitba mlčania

Nehovorím nič, Pane. Ty už to vieš.
Ježiš hovorí: Kto chce zachovať svoj život, stratí ho. Kto ho odovzdá - nájde ho.
Kríž je cestou. Život podľa evanjelia bez extrémnosti neexistuje. Slovo „extrémne“ je jednoducho skratkou evanjelia: Vezmi svoj kríž a nasleduj ma. Extrémnosť slúži na to, aby sme vystúpili zo schém, aby sme urobili zmenu v živote, aby sme zakúsili sami seba, spoznali pravdu o sebe. Aby sme sa stretli s Bohom.

ZAMYSLENIE

Predstav si že si na tom kríži teraz ty. Čo by si oľutoval, že si nestihol? Čo dôležité si tak dlho odkladal? Prečo vlastne? Aké sny a ambície sa práve rozplývaju s každým úderom klinca, s každou vytečenou kvapkou krvi? Boli hodné nasledovania alebo už na nich zrazu nezáleží? Chcem poručiť svoju dušu Bohu alebo chcem ešte chvíľu na žiadanie odpustenia? Aké vzťahy za sebou nechávam? Som s niekym rozhádaný? Stojí mi za rozdielny názor byť v nevôli iných? Alebo by som to radšej napravil? Čo keď už teraz je neskoro?

MODLITBA ZA SKĽUČENÝCH A BEZMOCNÝCH

Pane, za tých, ktorí už nedokážu vstať - modlime sa.
Za tých, ktorí uviazli na mieste, na ktorom mali byť len chvíľu.
Za tých, ktorí milovali príliš silno a zostali s ranami, ktoré nevidno.
Za tých, ktorých ruky sú pribité k povinnostiam, k strachu, k minulosti.
Za tých, ktorí nevidia zajtrajšok a myslia si, že Boh zabudol ich meno.
Pane, nauč nás byť pri nich - nie slovom, ale prítomnosťou.
Nauč nás neopravovať ich bolesť, ale zostať s nimi v temnote, kým nevyjde svetlo.
Pretože Ty, Pane, vieš najlepšie, aké to je byť pribitý a nemôcť nič urobiť - okrem milovania. Amen.

PREDSAVZATIE

Priamo si to pýta pokľaknutie. Tentoraz si sám vymysli, ako to urobiť a na ako dlho.

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

XII. ZASTAVENIE

Pán Ježiš umiera na kríži

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

Bože môj, prečo si ma opustil?

Dvanásty krok na ceste k Bohu: Poéma temnej noci.

Tajomstvo temnej noci

Dvaja ľudia sa milujú. Sú si blízko a potom jeden z nich zmizne. Zostane ticho. Túžba. Presne tak vyzerá temná noc - Boh zmizne, aby Ho človek mohol skutočne nájsť. Človek zamilovaný do Boha náhle zakúša Jeho neprítomnosť. Tak je to v každom vzťahu. Odlúčenie učí, čím skutočne je láska. EKC je tiež temnou nocou. Kráčaš, bolí to, máš premočené topánky, si unavený. Pýtaš sa prečo. Cítiš sa, akoby Boh mlčal. A práve vtedy hovorí najviac. Hovorí tichom. Hovorí temnotou.

Nebo nie je koncom cesty. Je len začiatkom večnosti v Bohu. Po Bohu nie je bodka. Ale človek sa ju občas pokúša napísať. Našťastie On píše ďalej. Život je čiara, ktorú Boh kreslí ďalej, aj keď my už prestávame písať.

Keď človek vypustí posledný dych, Boh ho vdýchne.

Keď noc končí, človek už nie je rovnaký. Pretože prestal hľadať konce a začal vidieť začiatky. Každé ukončenie je len veta prerušená v polovici. Boh dopíše zvyšok.

Šepot srdca

Chcem byť človekom úsvitu, ktorý sa rodí z noci. Noc je okamih, keď Boh dýcha najtichšie. V temnote nevidno, kto je bohatý a kto chudobný. Všetci majú len svoje kroky. Noc neklame. Ak sa bojíš seba - ukáže ti teba. Ak hľadáš Boha - začuješ Ho v tichu. Tma nie je opakom svetla. Tma je miestom, kde sa rodí svetlo.

Slovník noci

Ticho - keď svet končí vety a Boh začína šepkať. Hviezdy - diery v temnote, cez ktoré je vidieť nebo. Tieň - dôkaz, že svetlo existuje. Cesta - čiara medzi strachom a nádejou. Noc - najúprimnejšie zrkadlo.

PODOBENSTVO O NOCI

Jeden človek sa bál tmy. Celý život rozsvecoval svetlo všade, kde bol. Až jednej noci vypadol prúd.
Sadol si, zabalil sa do deky a plakal. A vtedy prvýkrát uvidel hviezdy. Ticho po všetkom. Nie preto, aby som sa bál. Ale aby som konečne počul. Na druhej strane ticha nie sú slová, len prítomnosť. A všetko, čo v tebe zhaslo, začína žiariť novým svetlom.

MODLITBA ZA MOJU MALÚ SMRŤ

Bože, uč ma umierať po kúskoch. Každý deň trochu pre pýchu, trochu pre hnev, trochu pre strach. Nedovoľ, aby som zomrel až vtedy, keď už bude príliš neskoro, aby som sa narodil. Nechaj ma zomrieť v tom, čo je vo mne falošné. A v tom, čo je pravé, mi dovoľ žiť. Po všetkom nie je nič. Len ticho. A v tom tichu - prítomnosť. Amen.

PREDSAVZATIE

Ľahni si na zem do podoby kríža. Ak je mokro, vytiahni si pršiplášť alebo bundu. Nejde o to, aby si bol príliš špinavý, ale aby si celou svojou bytosťou zakúsil zem. Ako svätý František, ktorý často ležal v podobe kríža na zemi. A keď umieral, nechal sa nahý položiť na zem, aby pred smrťou nemal nič svoje. A tak zomrel. A hneď nato ho vyhlásili za svätého.

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

†

XIII. ZASTAVENIE

Pán Ježiš sňatý z kríža

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

Milovaný, dnes ma sňali z kríža.

Trinásty krok na ceste k Bohu: Choď tak dlho, až zabudneš, kým si bol.

Ježišov list, ktorý nestihol odoslať

Milovaný, dnes ma sňali z kríža. Ale chcem, aby si vedel: toto nie je koniec. Choď, aj keď nevieš prečo. Duša to vie. Choď tak dlho, až zabudneš, kým si bol, pretože práve vtedy stretneš svoje pravé ja. Počúvaj, ako ti duša šepká: v tvojom živote musí ísť o niečo viac. Opusti svet, ktorý poznáš. Objav seba, ktorého si ešte nestretol. Život sa nepýta, či si pripravený. A ty nevieš, kým si, kým sa ním nestaneš. Pamätaj: tvoje srdce bude nepokojné, kým nespočinie v Bohu.

Možno

Možno to, čo v tebe zomrelo, vôbec nebolo koncom. Možno muselo zomrieť to, čo bolo len rolou, zvykom, strachom. Možno práve v tejto chvíli sa ťa Boh dotýka najsilnejšie. Nie vtedy, keď cítiš, že Ho počuješ, ale vtedy, keď už nemáš silu hovoriť. Možno to, čo bolí, nie je trest. Možno je to pozvanie, aby si prestal žiť na povrchu. Pretože až v bolesti v tebe niečo prestáva predstierať. Možno ti Boh nevzal pokoj, ale plán. Pretože ti chcel ukázať, že život nie je o kontrole, ale o dôvere. Možno práve v tejto beznádeji dozrieva nádej. Nie tá ľahká z obrázkov. Ale tá, ktorá má jazvy a už vie, koľko stojí život. Možno táto noc nie je na to, aby si došiel do cieľa. Pretože nie vždy je nutné doraziť - niekedy stačí pochopiť. Možno sa všetko muselo rozpadnúť. Pretože len medzi troskami možno uvidieť, čo bolo tvojím skutočným domovom. Možno to nie je Boh, kto mlčí. Možno je po prvý raz v živote tak blízko, že už nepotrebuje povedať nič viac.

Nepokojné je naše srdce, kým nespočinie v Bohu. Možno Boh čaká práve tam, kde si Ho už dávno prestal hľadať. Nie je hriechom, že sa bojíš. Hriechom by bolo neskúsiť to. Môžeš nevedieť. Môžeš váhať. Môžeš plakať. Nemusíš rozumieť. Môžeš dovoliť, aby ťa Boh našiel - aj keď sám nevieš, kde si. Možno práve táto noc je tvojím zmŕtvychvstaním.

CESTA

Beznádej. Budúcnosť sa skončila skôr, než sa začala. Odvaha nekričí. Odvaha ide ďalej, keď sa ostatní vracajú. Pretože po každej noci prichádza chvíľa, keď vietor vonia nádejou. Aj vtedy vieš: toto nie je koniec. Toto je len začiatok.

MODLITBA ČLOVEKA, KTORÝ TÚŽI

Túžim po Tebe, Bože, aj keď neviem, kam si odišiel. Zanechal si vo mne prázdnotu, ktorá bolí ako rana - a lieči ako rana, pretože ma núti hľadať Teba. Dlho som si myslel, že si ma opustil. Ďakujem, že noc netrvá večne. Amen.

PREDSAVZATIE

Radšej mlč. Začni bilancovať to, čo sa v tebe počas cesty odohralo. Choď, áno, choď, až zabudneš, kým si bol.



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

†

XIV. ZASTAVENIE

Ježišovo telo uložené do hrobu

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

Akoby svet zadržal dych, aby nerušil Boha pri Jeho práci.

Štrnásty krok na ceste k Bohu: Ak si došiel až sem, je čas vstať k novému životu.
Reportáž z rána zmŕtvychvstania. Hovorí sa, že hrob bol prázdny.
Ale nikto nepovedal, že aj prázdnota môže byť plná. V tej prázdnote bolo počuť Jeho meno.

Návod na zmŕtvychvstanie

Krok prvý: odlož svoje staré meno. Krok druhý: neboj sa temnoty.
Krok tretí: otvor oči v tichu. Krok štvrtý: dýchaj Bohom.
Krok piaty: choď ďalej. Nevracaj sa k svojmu starému ja.
Pretože On už čaká - nie na konci, ale v každom tvojom kroku.

Na druhej strane ticha

Človek: Pane, ticho je také husté, že neviem, či žijem.
Boh: Nemusíš to vedieť. Stačí, že si.
Človek: Takže už?
Boh: Toto je len začiatok.

Denník po smrti - intímny zápis z noci

Deň 1: Myslel som si, že umriem.

Deň 2: Zomrel som.

Deň 3: Neviem, kto som, ale cítim, že žijem.

EPITAF PRE STARÉ JA – MODLITBA ROZLÚČENIA

Tu leží človek, ktorý chcel mať pravdu. Ktorý sa bál snívať. Ktorý žil len akoby. Nech odpočíva v pokoji. Pretože ja - konečne - začínam žiť. Nešiel som, aby som skončil. Šiel som, aby som začal. Amen.

PODOBENSTVÁ

Podobenstvo 1: Čo tu hľadáš? - Koniec, - odpovedal. - Chcel som vedieť, na čo to všetko bolo. Prorok prikývol. - Dobre si prišiel. Tu sa všetko končí. A práve preto sa tu všetko začína.
Podobenstvo 2: Človek sa rozhliadol. Nebo bolo sivé. Zem tvrdá. Hrob otvorený. - Ale tu sa predsa umiera, - povedal. - Áno, - prikývol prorok. - Ale nie preto, aby si zmizol. - Tak prečo? - Aby si konečne prestal predstierať, že žiješ.
Podobenstvo 3: Prorok vzal hrsť zeme a nechal ju presypať medzi prstami. - Toto je tvoje „včera“. Z každej hrudy rástlo niečo malé, zelené, sotva viditeľné.
- A toto? - opýtal sa. - To je tvoje „zajtra“. - Prorok sa usmial. - Umieranie je len spôsob, akým Boh robí miesto pre nový život.

PREDSAVZATIE

Vstaň a choď. Nechaj tvoju vieru uzdraviť ťa.

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

CESTA RODINY – 10. ročník EKC

Rodina ako základ zdravej spoločnosti

Modlitba vďakyvzdania a premeny

Ďakujem Ti, Pane, za túto noc, ktorá ma naučila žiť. Za každý krok, ktorý bolel, za temnotu, v ktorej som sa učil dôverovať. Ďakujem Ti za chvíľu, keď som sa chcel vrátiť, a Ty si mlčal - aby som sa mohol sám rozhodnúť, že pôjdem ďalej. Ďakujem za ľudí, ktorých som míňal, hoci som ich nepoznal. Za tých, ktorí kráčali vedľa mňa - mlčiaci, a predsa blízki. Ďakujem za temnotu, lebo v nej som sa naučil dôverovať. Za mlčanie, lebo v ňom som začul, že nie som sám.

Ďakujem Ti za to, že si mi dovolil dôjsť - nie preto, aby som si oddýchol, ale aby som sa znovu narodil. A teraz Ťa prosím, Pane: nedovoľ, aby som sa vrátil rovnaký. Nech to, čo vo mne zomrelo, zostane v hrobe. A to, čo sa vo mne narodilo, nech žije - v Tebe a v každom mojom kroku. Amen.

Rozjímanie

Prešiel som nocou, ktorá ma mala zlomiť a naučila ma načúvať. Prešiel som tichom, ktoré ma malo vystrašiť, a dalo mi Tvoje meno. Prešiel som bolesťou, ktorá ma mala zastaviť, a otvorila mi cestu. A teraz stojím – ľahší, pravdivejší, znovuzrodený. A viem: táto noc bola začiatkom.

Predsavzatie

Poďakuj niekomu podaním ruky. Môže to byť niekto z účastníkov EKC alebo niekto iný. Poďakovanie zvyčajne zanechá dobrý dojem. Zapamätaj si to.

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

Ježiš, Mária, Jozef, orodujte za mňa.
Sláva Otcu i Synu i Duchu Svätému, ako bolo na počiatku, tak nech je i teraz i vždycky i na veky vekov, Amen.

DENNÍK LÍDRA EKC

Čo všetko sa skrýva za jednou nocou, počas ktorej stovky ľudí kráčajú Krížovou cestou?
Mám nakúpené všetky veci do balíčkov? Je ich dosť pre všetkých
Je pripravená a preznačená celá trasa? Niektoré značenie nám niekto zobral... nevadí. Doplníme ho. Aj toto patrí k EKC.
A potomprichádza občerstvenie. Aj keď je to len niečo malé na zakusnutie, práce je s tým oveľa viac. Nestačí len pripraviť jedlo a čaj. Potrebujeme ľudí, ktorí ho pripravia, ďalších, ktorí ho budú počas celej noci servírovať, a ďalších, ktorí budú bdieť nad tým, či je všetko v poriadku. Keby sa niekto zranil, potrebujeme byť pripravení pomôcť.
Bdejú aj moji známi.
Niekto je v strehu, aby mohol vyštartovať autom v prípade núdze.
Niekto zapisuje účastníkov, ktorí dorazili do cieľa.
A potom sú tu tí, ktorí idú so mnou. Na konci trasy. V tme. Zbierame značenie, kontrolujeme, či po nás nič nezostalo, a zároveň sledujeme, či sa niekto nepotrebuje dostať správnym smerom.
EKC sa však nezačína v deň štartu.
Začína sa oveľa skôr.
Počas roka vznikajú nové grafiky, materiály, nápady a zlepšenia. Premýšľame, čo môžeme urobiť lepšie ako minulý rok. Čo chýbalo? Čo nefungovalo? Čo treba pripraviť inak?
Stretávame sa s ostatnými lídrami.
Zaškoľujeme nových.
A tí skúsenejší si medzi sebou odovzdávajú skúsenosti, tipy a veci, ktoré sa nedajú vyčítať zo žiadneho manuálu.
A potom príde noc EKC.
Ľudia vidia svetlá, šípky, občerstvovačky, pripravené balíčky a usmiatych dobrovoľníkov. Ale za tým všetkým sú desiatky ľudí, ktorí počas tej noci nespia, čakajú, pomáhajú, rozhodujú, riešia nečakané situácie a myslia na to, aby každý účastník mohol bezpečne dôjsť do cieľa.
Byť lídrom EKC preto nie je len o tom ísť trasu.
Je to o tom pripraviť cestu pre druhých.
A keď posledný človek dorazí do cieľa, posledná značka je zbalená a všetci odídu domov, možno si na chvíľu vydýchneš.
A potom ti napadne:
Čo môžeme budúci rok urobiť ešte lepšie?

Už teraz vidíš, koľko ľudí a práce stojí za jednou nocou EKC.
A možno si hovoríš: Chcem k tomu prispieť aj ja.

Môžeš.

V prvom rade to môžeš spraviť jednoducho ***modlitbou.***
Alebo sa k nám pridaj ako ***dobrovoľník*** – svojim časom, schopnosťami, rukami či jednoducho ochotou pomôcť.
Jednoducho si na stránke *ekc.sk* nájdi kontakt na lídra svojej trasy. nachádza sa vždy na konci stránky každej trasy.

Alebo nás môžeš podporiť ***finančne***. Každý príspevok pomáha zabezpečiť to, čo je potrebné, aby EKC mohla pokračovať a každý ďalší ročník bol o kúsok lepší.
Tvoja pomoc padne na úrodnú pôdu.
Premení sa na pripravenú trasu, občerstvenie, materiál, bezpečie a predovšetkým na možnosť, aby ďalší človek mohol vykročiť na svoju cestu.
Práve vďaka tvojej pomoci naberáme motiváciu.
A aj kvôli nej sa dejú zázraky.
Niektoré si vieš nájst vo forme svedectiev na:
https://www.ekc.sk/svedectva/

IBAN pre finančné dary:
SK64 8330 0000 0020 0341 9287

Srdečne ďakujeme za každú pomoc.
S pozdravomím tím EKC

Extrémna Krížová Cesta
EKC.SK
IČO: 57383120
Pod Lipami 421/16
Zborov 086 33
Slovenská Republika




SLEDUJTE NÁS NA:
Extrémna Krížová cesta – Slovensko
www.instagram.com/ekc.sk
www.tiktok.com/@ekc.sk
Extrémna Krížová cesta – Slovensko
AKÚ CESTU SI VYBERÁŠ TY?
„Ja som cesta, pravda a život.“
(Jn 14,6)