

15. nedeľa po Trojici, 13.9.2026

Čo nesieš vo svojom batohu?

Matúš 6, 25 – 34 ²⁵*Preto vám hovorím: Nebuďte ustarostení o svoj život, čo budete jesť alebo piť, ani o telo, čím sa budete odievať. Či život nie je viac ako pokrm a telo viac než odev?* ²⁶*Pozrite vtákov nebeských: ani nesejú, ani nežnú, ani nezhromažďujú do stodôl, a váš Otec nebeský ich živí. Či vy nie ste omnoho viac ako oni?* ²⁷*A tým, že ste ustarostení, kto z vás môže predĺžiť svoj vek čo aj len o laket?* ²⁸*A o odev prečo ste ustarostení? Pozorujte poľné ľalie, ako rastú, nenamáhajú sa a nepradú;* ²⁹*hovorím vám: Ani Šalamún v celej svojej sláve neobliekal sa tak ako jedna z nich.* ³⁰*Keď teda poľnú trávku, ktorá dnes je a zajtra ju do pece hodia, Boh tak zaodievá, či nie skôr vás, ľudia malej viery?* ³¹*Nebuďte teda ustarostení a nehovorte: Čo budeme jesť? alebo: Čo budeme piť? alebo: Čím sa budeme odievať?* ³²*Lebo všetko toto pohaniam hľadáajú. Ved' váš Otec nebeský vie, že to všetko potrebujete.* ³³*Ale hľadajte najprv kráľovstvo Božie a Jeho spravodlivosť a všetko toto bude vám pridané.* ³⁴*Nebuďte teda ustarostení o zajtrajší deň, lebo zajtrajší deň postará sa o seba. Dost' má deň svojho trápenia.*

Vstupné vtiahnutie (Rekvizita: Turistický batoh): Vynesiem na kazateľnicu plný batoh vecí (Topánky, vetrovka, kniha, čiapka, voda...). Otázka: Chodíte, alebo chodili ste niekedy na turistiku? Čo všetko ste si vtedy zabalili o batohu? Čo všetko potrebuje taký turista v batohu mať?

Prepojenie: V živote nenosíme len ruksaky s jedlom a oblečením. Nebalíme si ich častokrát ani sami. Veľakrát nám batoh života nabalí život sám. Mnohí z nás sem aj dnes prišli s neviditeľným ruksakom naplneným najrôznejšími vecami, od všedných starostí a povinností, cez ustarostenosť o deti, o zdravie, o účty,. Až po ťažobu strachu o zajtrajšok a budúcnosť.

Názorná ukážka: Čo nás v živote ťaží? Z batohu postupne vyťahujem veci ako symboly pre našu ustarostenosť:

Voda ako symbol otázky „Čo ak...?“ Je to obraz strachu z budúcnosti, ktorú ešte nemáme v rukách. Je to rovnaké s vodou, jednoducho nám pretečie pomedzi prsty. Hoci ju pevne zovrieme do dlane, o chvíľu v dlani nič nemáme. Hoci by sme najradšej našu budúcnosť pevne zovreli v hrsti a presne ju naplánovali, postupne zistíme, že ju v rukách nedržíme.

Topánky ako symbol pocitu, že „Musím všetko zvládnuť sám.“ Keď sa chystáme na nejakú dlhšiu turistiku, alebo prechádzku, obúvame tie najpohodlnejšie a naozaj dobré topánky, aby sme hneď na začiatku zažili pocit: „V nich to zvládnem!“ V skutočnosti ale nevieme, ako to zvládneme. Podobne je to aj v živote. Častokrát máme falošný pocit, že svet stojí na nás. Že my sme práve tí, s ktorými a vďaka ktorým to svet okolo nás zvládne. No nie vždy je to pravda. Veľakrát je to naše okolie, ktoré drží nás, aby sme to ustáli.

Vetrovka ako symbol „Napätia vo vzťahu, v rodine.“ Na jednej strane sa bez nej nezaobídeme, rovnako ako sa nezaobídeme bez vzájomných vzťahov a prepojenia s inými ľuďmi. Ale tiež všetci dobre poznáme zaseknutý zips, ktorý nejde ani hore, ani dole; poznáme okamih, kedy je nám naša milovaná vetrovka tak trochu tesná; a tiež poznáme pocit, keď nám už nestačí a je nám v nej zima. Podobne je to aj v našich vzťahoch – ak sa zasekne komunikácia, častokrát aj nám sa zasekne trpezlivosť a ťaháme nasilu, zvyšujeme hlas, vyťahujeme staré krivdy, presadzujeme svoju pravdu. A všetko sa zasekáva ešte viac. Pocit nepohodlia v už tesnej vetrovke je podobný atmosfére vzťahu, v ktorom máme pocit, že sa už dusíme. Nesieme v sebe nesplnené očakávania, nenaplnené túžby a sny a cítime sa poviazaní a neslobodní. A pocit chladu je okamihom, v ktorom sa schúlime sami do seba a nikoho

k sebe nepustíme. Cítíme sa tak zranení, že všetkých odtláčame, odmietame, a v nás sa hromadí chlad a horkosť.

Kniha ako symbol „ nezodpovedaných PREČO?“ Knihy čítame preto, aby sme sa dozvedeli nové veci, aby nás vtiahli do iného sveta, sú otvorenými dverami do nepoznaného, tajomného, lákavého, zaujímavého... Každá ďalšia stránka v nás vyvoláva otázku: „Čo bude ďalej?“ Podobne je to aj v našom živote. Aj on je otvorenou knihou, do ktorej každý deň pribudnú nové stránky. Nie vždy ich však píšeme sami, veľaokrát ich píše iní ľudia, naše okolie, práca, škola... A niekedy tieto stránky napíše sám život – tak neočakávane, nekompromisne a tvrdo, že pri ich čítaní nám zastane dych. Niekedy sa ocitneme v kapitole, ktorú sme si vôbec neplánovali napísať a už vôbec sme ju nechceli prečítať. V kapitole plnej bolesti, straty, sklamaní alebo choroby. A vtedy sa nám v mysli vynorí tá najťažšia otázka, akú človek dokáže položiť: „PREČO?“ Prečo práve ja? Prečo práve moja rodina? Prečo môj život?

Čiapka ako symbol „ úzkosti a preťaženia“ Čiapky si väčšinou nasadzujeme preto, aby nás chránili pred zimou, alebo pred slnkom, dažďom, vetrom. Nosíme rôzne čiapky v lete a iné v zime. Spočítate, koľko čiapok ste už za život vymenili? Aj v našom živote nosíme čiapky. Koľko rôznych 'čiapok' si denne nasadzujeme na hlavu? Čiapku rodiča, manažéra, kuchára, šoféra, riešiteľa problémov... Striedame ich jednu za druhou, až nám z toho ide prasknúť hlava. Alebo si ju v strachu zo sveta stiahneme až po oči, aby sme nič nevideli a nepočuli. Pretože ustarostenosť začína v našej hlave. Práve tam sa odohráva ten najväčší boj s myšlienkami.

Stalo sa vám tento týždeň, že ste nemohli zaspať, pretože ste zápasili s myšlienkami, ktoré vás oberali o pokoj?

Pán Ježiš sa nám dnes všetkým prihovára slovami z evanjelia podľa Matúša 6, 25-34 – prečítať!!!

To, o čom tu Pán Ježiš hovorí, nie je utvrdenie v tom, že život s Ním bude bezstarostný a ľahkovážny a ideálny a bezproblémový. Naopak, dáva nám dva obrazy z prírody: Vtáky, ktoré nesejú, nežnú a predsa neumierajú hladom, lebo ich živí nebeský Otec. To neznamená, že len sedia v hniezdach a čakajú na padajúce húsenice a dažďovky, či nejaké zrníčka pšenice. Oni lietajú, stavajú hniezda, starajú sa o svoje mláďatká, hľadajú potravu, ale nežijú v panike. Podobne aj lúčne kvety, či priamo ľalie. Nepozerajú každý deň do zrkadla a nestarajú sa o svoj vzhľad a predsa sú krajšie ako Šalamún v celej svojej nádhere.

Pán Ježiš nás pozýva k dôvere, že nebeský Otec je ten, kto má náš život vo svojich rukách. Neprespatými nocami nepridáme ani sekundu k nášmu životu a ustarostenosť a nepokoj, strach a obavy nevyriešia zajtrajšok, ale oberú nás o silu dneška. To neznamená, že teraz nemáme v živote nič robiť, ale znamená to, že všetko, čo robíme, ako sa rozhodujeme, ako pristupujeme k iným ľuďom, ako reagujeme na veci a situácie jednoducho robme ako pre nášho Pána a v dôvere k Nemu, nie ako pre ľudí. Hľadáme vždy najprv Božie kráľovstvo v nás. Veď každý deň má dosť svojho vlastného trápenia. A my ho každý deň s dôverou môžeme odovzdať do rúk nebeského Otca. Amen.

MODLITBA:

Poprosím vás, skúste si na chvíľu otvoriť dlane na kolenách. Položte ich dlaňami nahor. V duchu vložte do týchto otvorených dlaní tú jednu konkrétnu vec, ktorá vám dnes najviac ťaží srdce. A v duchu sa modlite so mnou:

Drahý Pane Ježiši, stojíme v túto chvíľu pred Tebou s otvorenými dlaňami a uznávame, že naše vlastné sily nestačia. Často sa snažíme niesť ťarchu celého sveta na vlastných ramenách – obavy o našich blízkych, napätie vo vzťahoch, strach z budúcnosti aj nezodpovedané

otázky, ktoré nás obrali o pokoj. Ďakujeme Ti za Tvoje zaslúbenie, že na Teba môžeme uvaliť všetky svoje starosti, lebo Tebe na nás záleží.

Dnes Ti odovzdávame svoje neviditeľné batohy. Berieme každú jednu myšlienku, ktorá nás ťaží, každé jedno slovo, ktoré nás zranilo, každú jednu situáciu, ktorá v nás vyvoláva strach a otázky a s dôverou ju kladieme do Tvojich rúk. Daj nám milosť odpočívať vo vedomí, že Ty držíš náš život, naše rodiny aj našu budúcnosť vo svojich dobrých a mocných rukách. Naplň naše srdcia Tvojím pokojom, ktorý prevyšuje každý ľudský rozum. Amen.