



### Uvod

Kristus nás vykúpil bez nás, ale nás nespasí bez nás. Stal sa človekom, zomrel za nás na kríži a nepýtal sa, či si to prajeme. Vyznačil nám cestu a otvoril bránu do neba bez nášho pričinenia.

Aby sme sa však skutočne do neba dostali, musíme sami touto cestou vykročiť, on nám bude pritom iba pomáhať, ale bez nášho pričinenia nás do neba nezanesie.

Vykročiť za Kristom - do neba sa dá iba pokáním. Znamená to neustále zanechávať cestu zla a nastupovať cestu dobra. Dokážeme to iba vtedy, ak svoje námahy, úsilia a každú činnosť podriadime svedomiu a ak sa budeme o svoje svedomie náležite starať.

Pane, pomôž nám oživiť a posilniť si svoje svedomie, aby nás vášne navláčili po priepastiach záhuby, ale aby sme v zdravom svedomí počuli tvoj hlas a šli pokojne a isto za tebou, aj keby to bolo akokoľvek namáhavé a ťažké.

## I. ZASTAVENIE

**Pán Ježiš je na smrť odsúdený.**

### **Zaujať stanovisko.**

Pilát zaujal stanovisko: "Vydal im ho, aby ho ukrižovali." ( Jn 19, 16)  
Každá chvíľa od teba žiada zaujať stanovisko, lebo pravda a dobro sú ohrozené. Aj ty máš úlohu sa vyjadriť. Ujmeš sa ich, alebo ich dáš pribiť na kríž? Ty radšej povieš: ja sa do toho nemiešam a tým si vydal pravdu a dobro napospas zlobe, aby boli nielen pribité na kríž, ale aby boli pred tým dokonale potupené a oplúvané, aby snád' na kríži nevyzerali príliš pekne.  
Je až nepochopiteľné ako dokáže vášeň strhnúť aj nás kresťanov, že práve naším pričinením je dobro a pravda tak zhanobená a tak nemilosrdne ukrižovaná. Aké úbohé a slabučké je naše svedomie, keď sa toľkokrát nezastalo pravdy. V dnešnej dobe je zásluhou aj nás kresťanov toľko nevinných ľudí oplúvaných a potupených.....  
Obžalovaný Ježiš sa ta pýta: "Aj ty ma chceš oplúť, aj ty ma chceš ukrižovať?  
Pane, oživ moje svedomie, aby som vládol zastať sa statočných práve vtedy, keď ich väčšina odsúdila.....

## **II. ZASTAVENIE**

**Pán Ježiš berie kríž na seba.**

### **Vedieť prijať následky svojich skutkov a rozhodnutí.**

Človek sa rozhodol pre hriech, následok toho je utrpenie a smrť. Ježiš tieto následky, kríž aj smrť ochotne prijíma na seba. Dáva nám tým jasne najavo, že našou úlohou je zodpovedne na seba prijať všetky následky našich skutkov a rozhodnutí. Toto vyžaduje svedomie a to je prejav pokánia. Neochota znášať následky svojich skutkov je bolesťou našich dní.  
Keď si si vybral veľký krajec chleba, tak ho zjedz a nie, že ho po zahryznutí zahodíš...  
Keď si pred oltárom prisahal Márii, tak teraz nepozerať za Annou... Keď si niečo sľúbil, tak to dodrž... Keď si ty prekročil rýchlosť a musíš zaplatiť, tak nenadávať na policajta... Keď si ty spôsobil haváriu a musíš teraz ležať v nemocnici, tak nenadávať na Pána Boha a nerúhaj sa mu...  
Pane uzdrav moje svedomie, aby som v kajúcnosti ochotne znášal všetky následky mojich skutkov i rozhodnutí, aby som vedel prijať kríž, čo mi patrí a dobrovoľne s ním

kráčal za tebou.

### III. ZASTAVENIE

**Pán** Ježiš prvýkrát padá pod krížom.

**Počítaj** *s tým, že sa dá ľahko ocitnúť na bludnej ceste.*

Môžeš mať tú najlepšiu snahu ísť správnu cestou a aj tak sa dá pohlúdiť... S tým musíš počítať. To je tvoj pád na životnej ceste. Kristus svojím prvým pádom ta chce na to upozorniť. K pohlúdeniu ti pomôže tvoja neskúsenosť, oklamú ta iní, alebo to zapríčiní omyl...

Preto maj svedomie vždy bedlivé a keď ono chybu zbadá, neboj a nehanbi sa aj pred ocami iných omyl uznať a vrátiť sa na správnu cestu...

Ak si toto nebezpečenstvo uvedomuješ, potom si každú vec dobre premyslíš, trpezlivo vypočuješ radu, neurazíš sa na kritiku a na druhej strane dokážeš pokojne odmietnuť bezdôvodné napádanie tých, ktorí neznesú nikoho, kto jednoznačne kráča za Kristom.

Pane, buď svetlom môjho svedomia, aby som nepohlúdil a keby sa to predsa stalo, pomôž mi omyl čím skôr zbadáť a posilni moju statočnosť, aby som sa nehanbil pred ocami sveta naprávať chyby.

### IV. ZASTAVENIE

**Pán** Ježiš sa stretol so svojou matkou.

**Pochopenie** *a podpora v mlčaní.*

Nech je život akokoľvek ťažký, vždy sa dá zniesť, ak viem, že robím dobre. A

niekedy potrebujem, aby mi to potvrdili aj moji blízki, aby mali so mnou pochopenie. Zmučený bol Pán Ježiš, keď na krížovej ceste stretol svoju matku. Tí dvaja si nič nepovedali, ale aj mlčky si rozumeli. On pochopil, že matka mu praje, je spokojná s jeho rozhodnutím a podporuje ho. Ona pochopila, že syn na ňu ani v utrpení nezabúda. Veľkou posilou pre obidvoch bolo toto stretnutie.

Medzi nami kresťanmi je veľa nepochopenia, ktorým si strpčujeme život. Ona statočne prijala štvrté dieťa a keď to zbadal manžel a príbuzní, tak sa zatvárali, akoby sa dopustila nevery. Hlavne zo strany manžela je to surové. A že odmieta vraždiť nenarodené dieťa, vyhlásia ju za nepriateľa rodiny...

Je veľa takto nepochopených pre pracovitosť, pre zodpovednosť, pre svedomitosť. Nepochopenia sa im dostane od tých, s ktorými spoločne pristupujú k stolu Pána - k sv. prijímaniu. Od zlodeja a násilníka dakedy tak nebočíme, ako od tých čo berú kresťanstvo vážne. Veľmi ťažký je život nepochopeného kresťana...

Ubolený Kristus sa ta pýta: "Dokedy ma chceš trápiť svojím nepochopením a pohrdaním?"

Pane, pomôž nám správať sa tak svedomito, aby sme boli morálnou oporou všetkým, čo statočne nesú kríž.

## V. ZASTAVENIE

**Šimon Cyrenejský pomáha Pánu Ježišovi niesť kríž.**

***Nemusi všetko chutiť od prvej chvíle.***

Šimon bol prinútený pomôcť Pánu Ježišovi, z počiatku to možno nerád robil, mnohí hovoria, že keď zažil Ježišovu vďačnosť, bol šťastný za túto možnosť. A dnes vo vecnosti sa iste teší zo služby, ktorú prejavil Spasiteľovi na krížovej ceste.

Na to by sme nemali zabúdať, že nie všetko chutiť od prvej chvíle. Hlavne dôležité a užitočné veci sú niekedy ťažké, nepríjemné a nechutia nám. Nechce sa nám za nič do toho púšťať.

Mysliaci a uvážlivý človek ten sa vie do všeličoho aj prinútiť a v započatom vytrvať, tak ako prinútili Šimona. Vie sa prinútiť do práce, do modlitby, do služby iným, do štúdia... Ten, kto sa dokáže prinútiť, raz bude mať veľkú radosť zo svojich úspechov.

Nájdu sa aj takí, čo zo všetkého chcú mať len radosť, počujeme ich, aké zážitky majú pri modlitbe, aké šťastie prežívajú, keď slúžia bratom... Tešíme sa z toho, s akou radosťou budujú Božie kráľovstvo, ale máme aj obavy: vždy je tá radosť až taká? Nestane sa, že ju budú niekedy aj predstierať? A čo ak im modlitba prestane chutiť? Čo ak služba sa stane

veľmi nepríjemná? Vydržia? Neodpadnú? Božie kráľovstvo potrebuje takých, ktorí sa vedia aj prinútiť a vydržať. V tom je skúška viery. Nie na citových zážitkoch, ale na uváženom presvedčení stavajme svoje kresťanstvo. Zážitkom sa nebránime, využívame ich silu, budujeme však nie na nich, ale na uváženom presvedčení.

Pane, daj, aby moja viera, moje pokánie vyvieralo z uváženeho presvedčenia a na základe tvojich slov: zapri sám seba, vezmi svoj kríž a nasleduj ma. (Mt 16, 24) Radosť a zážitky nech sú toho všetkého povzbudzujúcim doplnkom, za ktoré ti budeme vždy vďační.

### VI. ZASTAVENIE

**Veronika podáva Pánu Ježišovi ručník.**

**Odmena príde aj tam, kde by sme ju naozaj nečakali.**

Za každú službu človek čaká odmenu, inak nemá chuť poslúžiť. V každej situácii sú ľudia, ktorí nemajú čím zaplatiť a službu potrebujú. Preto sú vzácni takí, čo poslúžia zadarmo.

Takúto ochotu mala aj Veronika. Pretlačila sa do blízkosti Ježišovej a podala mu ručník. Robila to zdarma, lebo s odmenou nemohla v žiadnom prípade počítať. Veď ten, ktorému sa venuje, je odsúdený na smrť, nič nemá a do smrti ani nič mať nebude. Svoju službu poskytuje tam, kde odmena nie je možná. A predsa .... bola odmenená. Pán Ježiš jej za to daruje obraz svojej tváre.

Toto je kresťanská skúsenosť. Odmena prichádza aj tam, kde by sme to nikdy nečakali. Ak niečo robíme pre dobro iných zadarmo a robíme to ochotne, v tej chvíli pečať dobra sa vtlačí do nášho vnútra. Naše vnútro sa stvárňuje na obraz Ježiša Krista a to je taká hodnota, že väčšej odmeny obsiahnuť nemôžeme.

Pane, svet je dnes chudobný v oblasti dobra, pretože málo je ochotných poslúžiť zadarmo. Daj nám citlivé svedomie, aby sme pochopili, že schopnosť slúžiť sme dostali zadarmo, aby sme splnili tvoj príkaz: "Zadarmo ste dostali, zadarmo dávajte...".

### VII. ZASTAVENIE

**Pán**      **Ježiš druhýkrát padá pod krížom.**

**Kto**      ***koketuje s nebezpečenstvom, popáli sa.***

Pri prvom Ježišovom páde sme si uvedomili, že človek môže poblúdiť neúmyselne a teda bez hriechu. Keď situáciu zbadá, má to napraviť. Hriech by začal vtedy, keby pre pýchu odmietol napraviť omyly. Z týchto neúmyselných poblúdení sa nevstáva ťažko, ak je dosť dobrej vôle.

Sú však potknutia aj iného druhu, o ktorých chceme uväzovať pri druhom Ježišovom páde. V človekovi je totiž túžba pohybovať sa po okraji priepasti, hrať sa z ohňom... Kto toto robí, popáli sa..., padne a za tento pád, za toto popálenie má hriech. Z takého poblúdenia sa oveľa ťažšie vstáva a pri ňom možno aj mravne zahynúť...

Ja nechcem byť narkomanom, ale aspoň raz si chcem potiahnuť z marihuany. Ja nechcem byť alkoholikom, ale chcem skúsiť ako to v krčme chodí...

Kto má svedomie a chce žiť kajúcne, ten rozumie, čo je to príležitosť ku hriechu a zodpovedne sa jej vyhýba.

Ak sa vyskytujú alkoholici, narkomani, manželská nevera, rozvrat rodín, nemravnosť, to je znak, že pred časom, alebo ešte v mladosti sa postihnutý nevyhýbal príležitosti ku hriechu, že sa rád pohyboval po okraji priepasti, že sa rád zahrával s ohňom...

Pane, moje svedomie mi jasne hovorí, čo je pre mňa krčma, zlí kamaráti, zbytočný pobyt na pláži, zábava bez manžela, či manželky... Pomôž mi, aby som svoje svedomie poslúchal už v tom štádiu, keď sa blížim nie k hriechu, ale ešte len k príležitosti k hriechu, lebo len to bude moja záchrana.

## VIII. ZASTAVENIE

**Pán**      **Ježiš napomína plačúce ženy.**

**Treba**      ***vidieť pravé príčiny všetkého.***

Všetci poznáme toto poradie: najprv príčina, potom následky. Najprv príčina - zlá životospráva, potom následky - bolesti hlavy. Zodpovedný človek napráva chyby v príčinách, aby nemusel znášať následky. Tí, čo sa nevedia dostať k príčinám, zachraňujú

situáciu v následkoch a to je niekedy nemožné.

Jeruzalemské ženy nariekajú nad Ježišovými bolesťami. Jeho bolesti sú už následky a Pán Ježiš chce, aby sa upriamili na príčiny. Príčinou jeho bolesti sú naše hriechy. Preto ich napomína: " Neplačte nado mnou, ale sami nad sebou a nad svojimi deťmi." Žiada tak od nich aby šli k príčine vecí.

Dnes veľa plačeme, zlostíme sa i nadávame pre sťažené životné podmienky. Málokto však úprimne hľadá pravé príčiny. Jeden ich nevie nájsť, druhý ich nechce nájsť, tretí úmyselne zvaľuje príčiny na nevinného, aby ho znemožnil.

Pane, tvoja požiadavka úprimne a usilovne hľadať pravé príčiny našich problémov silne znie v mojom svedomí. Pomôž mi, aby som ju plnil. To bude moja kajúcnosť a jediná cesta k riešeniu našich ťažkostí.

## IX. ZASTAVENIE

**Pán Ježiš tretíkrát padá pod krížom.**

***Kto si zvykol na hriech, ľahko padá a ťažko vstáva.***

Padnúť sa dá nielen z omylu, nielen preto, že sme podcenili nebezpečenstvo príležitosti ku hriechu, ale padnúť sa dá aj zo zvyku. Toto si chceme všimnúť pri tretom Ježišovom páde.

Najprv som chcel len raz ochutnať, len raz skúsiť, potom ešte raz... až sa zistilo, že som fajčiar, alkoholik, zmyselník.... Tak som si na to navykol, tak mi to prirástlo k srdcu...

Tolkokrát som už sľúbil, že prestanem, tak veľa predsavzatí som si stanovil a... všetko som porušil... Som obyčajná úbohá ľudská troska... tak ľahko je padnúť a tak ťažko je vstať...

Tu cítim, že pokánie je nemožné, svedomie mi síce hovorí, čo mám robiť, ale ja už nevládzem..., ja sa už nikdy s toho nedostanem. Tomu už neverí ani moja manželka, ktorá ma preto opustila, tomu už neveria ani moji blízky.

Ale Pán Ježiš predsa vstal aj po tretom páde preto, že zozbieral všetky svoje sily, ktoré ešte mal. Aj ty skús všetko využiť: svoju pokoru i svoju ochotu, využiť pomoc lekára a ísť na liečenie, poprosiť, aby ti boli nápomocní tvoji najbližší, ktorým zveríš svoju úbohosť, pripoj k tomu svoju modlitbu, chráň sa príležitosti, dôveruj v pomoc Božiu, zapoj do toho svoju poslušnosť...

Pane, daj nech si uvedomím svoju úbohosť, pomôž mi aby som vedel všetko využiť k pokániu a tak a tak s pádu povstal a predovšetkým vydržal.

### X. ZASTAVENIE

**Pánu Ježišovi šaty zvliekajú.**

***Ozbíjať a potupiť.***

Pána Ježiša celkom ozbíjali, keď mu aj na šaty siahli. A nielen ozbíjali, ale aj potupili. Toto sa môže stať len tam, kde vyhynula úcta k človeku. Vytratila sa úcta k sebe i k blížnemu. Kto má úctu k sebe, neklesne tak hlboko, aby takto potupil brata. Tieto zločiny kvitnú predovšetkým tam, kde je anonymita, kde človek človeka nepozná a preto si ho neváži. A keď nemá vedľa seba takého, čo by si ho ctil, stráca potom aj sám voči sebe úctu a je schopný všetkého.

Ozbíjaný a potupený Ježišu, ty nechceš, aby som žil v anonymite, ale chceš, aby som vytváral bratstvo milujúcich sa ľudí, ktorí majú úctu voči sebe a neznížia sa k zločinnosti. A keby sa predsa stalo, že som niekde celkom neznámy, daruj mi také živé svedomie, aby som cítil, že Ty si pri mne, miluješ ma, dôverne ma poznáš po mene a máš ma vo veľkej úcte. Toto vedomie nech ma podrží v každej situácii.

### XI. ZASTAVENIE

**Pána Ježiša pribíjajú na kríž.**

***Strata slobody.***

Pred nami je Pán Ježiš pribitý na kríž. Vnímame tu nielen jeho bolesti, ale aj stratu slobody. Už sa nemôže volne pohybovať v Božej prírode. A nielen to, ani len rukami nemôže pohnúť. To je asi to najťažšie.



Strata takej slobody takmer každého čaká. Lebo skôr, či neskôr každý ochorie a nejakú chvíľu bude pripútaný na lôžko a stratí možnosť voľného pohybu.

Preto kým sme zdraví, pohybliví, mali by sme si uvedomiť tento Boží dar, radovať sa z neho a ďakovať za neho. Predovšetkým tento dar voľného pohybu máme správne užívať pre dobro bratov a na slávu Božiu.

Aj keď Ježišovo telo bolo pribité na kríž, jeho duch bol slobodný a on aj vtedy prejavoval lásku voči nám a pre nás dobrovoľne prijal túto situáciu.

Pane, pomôž mi, aby som sa nikdy nebál, že stratím slobodu tela, ale daj aby som si zachoval slobodu ducha a slobodu svedomia, aby moje vnútro vždy dobrovoľne smerovalo k tomu, čo je dobré.

## XII. ZASTAVENIE

**Pán Ježiš na kríži umiera.**

***Premeniť nutnosť na dobrovoľnosť.***

Tí, čo boli na procese si mysleli, že Ježiš zomrel preto, lebo takto rozhodol Pilát. Pravda je taká, že Ježiš zomrel preto, lebo sme to my potrebovali a Pán Ježiš sa rozhodol tejto našej potrebe vyhovieť.

Vyzeralo to tak, že Pán Ježiš podstúpil nutnosť nastolenú Pilátom, v skutočnosti to bola dobrovoľnosť uskutočnená Ježišom. Okolie tu vidí najpotupnejší trest a Pán Ježiš uskutočňuje vrcholnú oslavu Boha. Prítomní vidia zabitie človeka a Ježiš oživuje celé ľudstvo pre večnosť.

A tak Ježiš tu premieňa nutnosť na dobrovoľnosť, najpotupnejší trest na vrcholnú oslavu Boha, zabitie človeka premieňa na oživenie celého ľudstva. V Kristovi sa takto otvárajú nepochopiteľné možnosti pre kresťanov, aby uväznení konali vrcholné dobro ako Maximilián Kolbe, aby umieraním oživovali kresťanstvo, ako mučeníci, aby trestaní sa tešili, že môžu oslavovať Boha ako apoštoli.

Pane, pomôž mi, aby som i ja vedel zúžitkovať utrpenie i smrť v tých možnostiach, ktoré si ty kresťanom sprostredkoval svojou smrťou.

## XIII. ZASTAVENIE

**Telo**      **Ježišovo s kríža skladajú.**

**Zdanlivé**      **víťazstvo a zdanlivá prehra.**

Máme pred očami mŕtve telo Ježiša v náručí Panny Márie. Cítíme víťazstvo zloby a ľži a veľkú prehru dobra a pravdy. Pripomína nám to súboj slnka a blesku. Keď blesk ide bojovať so slnkom, najprv si vezme na pomoc mračná, ktoré zatienia slnko, až potom blesk ukáže svoj oslepujúci jas a pred našimi očami vyhráva nad slnkom. Lenže jeho víťazstvo je príliš krátke, lebo blesk sa pomíne a slnko sa ukáže v plnom svetle.

Také krátkodobé bolo víťazstvo zloby a ľži, ktorá v Kristovi na kríž pribila dobro a pravdu. Na tretí deň sa dobro a pravda v zmŕtvychvstalom Kristovi znova ukázali svetu v plnej kráse, ako slnko po búrke.

Pane, aj počas búrky a bleskov veríme v jestvovanie a vo víťazstvo pravdy a spravodlivosti. Pomôž nám pochopiť, že prehra pravdy je len zdanlivá a dočasná, tak ako víťazstvo ľži je tiež len zdanlivé a dočasné.

#### XIV. ZASTAVENIE

**Telo**      **Ježišovo kladú do hrobu.**

**Nie**      **všetko, čo sme pochovali zostane v hrobe.**

Sú veci, ktoré chceme dostať do hrobu. Vonku by boli pre nás nepríjemnými svedkami. Urobili sme všetko, čo bolo možné a sme presvedčení o tom, že sme ich pochovali. Aj farizeji urobili všetko pre to, aby dostali Krista do hrobu a sú presvedčení, že ho navždy pochovali. Aká to musela byť pre nich nepríjemnosť, keď sa dozvedeli, že nezostal v hrobe a je pre nich nepríjemnejší, ako pred pochovaním.

Musíme si ale uvedomiť, že nie všetko, čo sme pochovali zostane v hrobe. Pravda sa pochovať nedá, keď už inde nie, tak aspoň v tvojom svedomí zostane a bude sa stále hlásiť k životu a veľmi znepríjemňovať tvoju existenciu.

Krista sa nedalo pochovať, Krista bolo treba prijať a jemu sa prispôbiť.

Pane, daj mi také kajúce srdce, aby som nehnať pravdu do hrobu, ale aby som jej vedel uveriť, prijať ju a prispôbiť sa jej.

### Záver

Ak chceme dosiahnuť ovocie vykúpenia a dostať sa do neba, musíme kajúcnosťou nastúpiť na cestu, ktorú Kristus svojim životom vyznačil. Hlavným sprievodcom na tejto ceste mi bude moje svedomie. O toto svedomie sa chcem starať a pod vedením cirkvi ho vychovávať, aby bolo jemné, zdravé a vnímavé na Božiu pravdu, podľa ktorej sa chcem uberať ďalším životom.

Pane, daj aby som jasne vnímal tvoju vôľu vo svojom svedomí