



# FARSKÝ LIST



# 16

2014

ročník IX.

03.08.2014 Gréckokatolícka cirkev, Farnosť Povýšenia sv. Kríža, Prešov-Sekčov

## ÚVODNÍK

Sme v strede prázdnin a dovoleniek, vymýšľame aktivity pre telo. A čo naša duša? Duševné je niečo, čo je spojené s našou myslou – zahŕňa to všetky aktivity, ktoré súvisia s naším mozgom. Vedecké výskumy potvrdzujú úžasné schopnosti ľudského mozgu. Podľa nich sa v mozgu stále tvoria nové mladé nervové bunky (neuróny). Dokonca aj inteligentný kvocient (IQ), o ktorom sa vždy tvrdilo, že je od raného detstva nemenný, sa údajne dá zvýšiť. Trénovaním mozgu si jednotlivci dokázali zvýšiť IQ až o dvadsať bodov, čo znamenalo posunutie z priemeru do vysokého nadpriemeru, a to aj u dospelých osôb. Hra šachy – súboj dvoch armád, pri ktorom sa nepreleje ani kvapka krvi je vhodná na cibrenie si pamäte. Šach je znamenitá hra, je to neustále kalkulovanie v tvorivej predstavivosti. Umenie hrať šach je umenie čítať pozície. Daná pozícia je hieroglyf, ktorý lúštíme. Je dokázané, že u ľudí, ktorí si aj v staršom veku cibria svoju myseľ, lúštia krížovky či sudoku, sa neprejaví tak ľahko demencia (napr. Alzheimerova choroba). Ak sa človek učí nové veci, vytvárajú sa v mozgu nové miesta a spojenia. Sú tým hustejšie, čím viac sa používajú. Zároveň však, ak sa nepoužívajú, prichádzame o ne. Naš mozog váži približne iba jeden a pol kilogramu, no napriek tomu sa skladá až z dvanástich miliárd buniek, z ktorých každá je prepojená s desiatkami tisíc iných buniek, čo pri spočítaní predstavuje stodvadsať biliónov spojení. Výskum mozgovej kôry stále nie je ukončený. Ako sa učíme a ako je možné, že si vôbec niečo dokážeme zapamätať? Prečo zabúdame? Premýšľali ste niekedy nad tým, ako je možné, že vieme, že sme niečo zabudli? Nejaká stopa po tej informácii musela v mozgu zostať! Do duševnej oblasti patrí aj tvorivosť. Tisíce objavov potvrdzujú, že sme stvorení na Boží obraz. Boh je Stvoriteľom a neustále tvorí nové a nové veci. Géniovia ľudstva obvykle priznávali, že ich myšlienky, ktoré viedli k inováciám a prevratným vynálezom, im akoby niekto vnukol. Nemôžeme zabudnúť na umenie, na maľby, ktoré sú predmetom obdivu miliónov ľudí. Odkiaľ sa vzali úchvatné klasické hudobné diela, symfónie či iné veľkolepé prevratné nápady a melódie, ktoré chytili za srdcia fanúšikov na celom svete? Ozaj, kedy ste boli naposledy na hodnotnom koncerte, aby ste trochu ulahodili svojej duši? A čo divadlo a filmy? Vo svojej čistej podobe sú odrazom neutíchajúcej túžby ľudskej duše tvoriť, produkovať, hľadať sebareflexiu, zamýšľať sa nad morálnymi hodnotami. Do sféry duše patria aj pocity. Niekedy sme negatívne naladení, inokedy zasa veľkí optimisti. Naše emócie s nami hádzu hore-dolu. Pocity by nás však nemali riadiť. Božou vôľou však nie je ani to, aby sme pocity vôbec neprejavovali. Niektorí muži s tým zápasia, za ich kamennou tvárou sú potlačené všetky emócie. Určite ste počuli o tom, že smiech lieči. To potvrdzujú aj lekári. Doprajete si aj nejakú zábavu? Život je predsa viac než len práca. Nemyslím na nič zlé, existuje čistý humor a aj pravá, nefalšovaná radosť v Bohu. Pokiaľ ste ešte nestretli ľudí, ktorí sa dokážu skutočne radowať v Božej prítomnosti, neznamená to, že niečo také neexistuje! Poznám ľudí, ktorí sú v súkromnom živote veľmi veselými ľuďmi. Viete, že aj slzy majú pozitívny účinok? Zistilo sa, že chorí ľudia plačú menej než zdraví. Nemyslím tým plač, ktorý vznikne tým, že krájate cibuľu, ale plač, ktorý vyplavuje na povrch emócie. Dokonca vraj obsahuje určité špecifické prvky,

ktoré neobsahuje „cibuľový“ plač. Sám som počas modlitby veľa ráz zažil takéto očistenie duše. Po ňom som mal pocit, akoby mi niekto umyl okná na duši. Kto kedy povedal, že sa máme hanbiť za slzy? Kázne, ktoré sa najviac dotýkali ľudí, som hovoril so slzami v očiach. Nuž doprajme v lete aj svojej duši oddych a rozveselenie.

*o. Rastislav (farár)*

### ŠTRUKTÚRA SEDEROVEJ VEČERE III.

*o. Matúš (kaplán)*

## FARSKÉ OZNAMY

**Zábavné okienko-nájdi cestu...**

Vydáva: Gréckokatolícka cirkev, Farnosť Povýšenia sv. Kríža,  
Prešov Sekčov, Ul. Martina Benku 7, 08001 Prešov

Internet: [www.grkat-sekcov.sk](http://www.grkat-sekcov.sk)

e-mail: [presov.sekcov@grkatpo.sk](mailto:presov.sekcov@grkatpo.sk)

Tel: 051/7725540

Tlač: A-print, s.r.o., Reimanova 9, Prešov



Len pre vnútornú potrebu

Dobrovoľný príspevok: 0,10€

Neprešlo jazykovou úpravou