



## Obsah

### Prečo oslavujeme Advent ..... 6

Ako používať túto knihu .....	8
Rodinný adventný veniec .....	8

### Očakávanie v nádeji ..... 10

Nečakané závery .....	14
Adventný kalendár z vianočných ozdôb .....	17
Advent. Zaujímavosti .....	18
Šťavnatá granola s orieškami .....	19
Život plný nádeje .....	21

### Povolání ku viere ..... 22

Viera naslepo .....	26
Betlehenský príbeh .....	29
Narodenie Ježiška. Zaujímavosti .....	30

Domáce princezky .....	31
Žiť vo viere .....	33

### Nečakaná radosť ..... 34

Hry na šírenie radosti .....	39
Domáca cukráreň .....	42
Svätý Mikuláš. Zaujímavosti .....	44
Popraskané čokoládové crinkles .....	45
Život v radosťi .....	47

### Duch pokoja a jednoty ..... 50

Pokoj a dobro .....	55
Tipy na ozdobenie domova v pokojnej atmosfére .....	57
Vianočné zaujímavosti zo sveta .....	60
Čokoládové cookies .....	62
Život v pokoji .....	65

### Naše tradície ..... 66

### Vianočné spomienky ..... 72

### Použitá literatúra ..... 79



## Ako používať túto knihu

Kniha vianočných spomienok a tradícií vznikla najmä pre rodiny. Každá rodina je výnimočná, a preto aj táto kniha ponúka rôzne možnosti, ako prežívať aktivity, spoločne hrať hry alebo pripravovať recepty podľa jedinečnosti každej rodiny. Vy svojich najbližších poznáte najlepšie, a preto neváhajte prispôbiť obsah jednotlivých stránok tomu, čo vyhovuje práve vám.

Obsah knihy bol vytvorený tak, aby odrážala tradičný rytmus adventných dní. Príbehy, zaujímavosti a recepty vyplňajú každý adventný týždeň, ale zamyslenia a aktivity si môžete vychutnať v ľubovoľnom poradí, bez ohľadu na to, aký je práve deň v roku. Ak vám ostanú stránky, ktoré sa vám nepodarilo prečítať, odložte si ich ako „neotvorené darčeky“ na nasledujúci rok.

Aj keď budú vaše deti rásť, k tejto knihe sa môžete vrátiť každý rok. Čo si zaznačíte v kapitole *Vianočné spomienky*, to sa stane akousi časovou kapsulou, v ktorej môžete kedykoľvek opätovne prežívať jedno z najkrajších období roka v spoločnosti svojich najmilších.

## Rodinný adventný veniec

Máte už vo svojej rodine zaužívanú tradíciu ozdobovania adventného venca? Ak to tak ešte nie je, skúste si počas tohtoročnej sezóny vytvoriť jedinečný veniec. Či už použijete skutočné ihličie a konáriky, alebo ich nahradíte zelenou látkou či papierom, urobte zo zdobenia venca rodinnú tradíciu. Nezapudnite pridať štyri sviečky – prvú sviečku nádeje, druhú sviečku viery, tretiu radosti a poslednú sviečku ako symbol pokoja. Keď bude veniec hotový, môžete mu nájsť miesto na kuchynskom stole alebo v obývačke.





PRVÝ TÝŽDEŇ

# Očakávanie v nádeji



## Emanuel, príď medzi nás

Prečítaj si *Evanjelium podľa Lukáša 2, 25 – 38*

Existuje lepší spôsob, ako očakávať príchod Ježiš Krista, keď nie s nádejou?

Aké dlhé a náročné bolo čakanie pre Boží ľud, keď očakávali Ježišov prvý príchod. Pravdepodobne sa im to zdalo ako nekonečne dlhá doba. Medzi koncom *Knihy proroka Malachiáša* v závere Starého zákona a otvorením Nového zákona evanjelistom Matúšom uplynulo asi štyristo rokov.

Vieš si predstaviť, že by si na niečo čakal tak dlho?

Táto „medzizákonná“ éra je často nazývaná aj obdobím ticha, pretože po celý ten čas neprichádzali žiadne nové proroctvá ani slová útechy. Zdalo sa, že Boh má vypnutý „vysielač“. Neobjavili sa žiadne listy, telefonáty alebo správy z neba. Posledné slová *Knihy proroka Malachiáša* hovorili o kliatbe a potom

Boží ľud vstúpil na dlhé roky do obdobia temnoty a násilia, poznačeného zajatím, útlakom, vojnou a prenasledovaním. Aké by to asi bolo prežiť celý život čakaním na čosi veľké, zatiaľ čo sa všetko navôkol rozpadá? Myslíš si, že aj napriek tomu by si bol stále schopný dúfať?

Dnes možno nežijeme v dobe náboženského prenasledovania, zúfalej chudoby alebo utlačania, no život ani zďaleka nie je dokonalý. Každý z nás zažil veľa zlých a ťažkých vecí. Vojny, nenávisť, choroby, šikanovanie, strach, osamelosť, strata blízkeho človeka alebo paralyzujúca beznádej nám často bránia uveriť, že Boh je napriek všetkému skutočne pri nás. A práve v tom je skrytá krása Božích skutkov, ktoré sa vždy objavia najpozoruhodnejším spôsobom a v tom najneočakávanejšom čase, keď sa už všetka nádej zdá stratená. Tak ako vtedy, keď sa v podobe malého bezbranného dieťaťa narodil v tmavej maštali Boží syn. Zjavil sa uprostred ničoho a priniesol dlhoočakávanú nádej pre celý svet. Boh prichádza medzi nás aj dnes, hoci to na prvý pohľad môže vyzerať úplne inak.

\* \* \*

Keď sa nad tým zamyslíme, príchod Boha po dlhom očakávaní robí moment splnenej nádeje ešte krajším a zázračnejším – je to ako keď po dlhej a tmavej noci vyjde na oblohu žiarivé slnko alebo keď na konci nekonečného školského roka konečne



vycestujeme na zábavný výlet. Čakanie nie je vždy ľahké, ale práve táto obeta trpezlivosti môže získaný dar premeniť na tú najkrajšiu odmenu.

Ale čo ak naše čakanie nemá šťastný koniec? Pri pohľade dozadu sa dokonca môže zdať, že to vôbec nestálo za to. Ako veriaci však máme dar nádeje, ktorý nám prináša prislúbenie, že naša viera v Božiu dobrotu sa jedného dňa naplní v jeho večnom kráľovstve. „Lebo všetky Božie prislúbenia, koľko ich je, v ňom sú ‚áno‘, a preto je skrze neho aj naše ‚amen‘ Bohu na slávu“ (2 Kor 1, 20). Toto „amen“ odpovedáme v nádeji, aj keď vopred ešte nepoznáme výsledok. Pretože keby sme presne vedeli, kedy a akým spôsobom sa nám Boh zjaví, nepotrebovali by sme vieru ani precvičovanie dôvery v jeho prozreteľnosť.

Keď dnes počujeme príkaz „počkaj“, rozumieme mu zvyčajne vo význame „stoj“ alebo „ostaň pokojne na mieste“. Ale to Boh nemyslel tým, keď nám naznačil, že máme čakať. Hebrejské slovo pre nádej *tikvah* má základ v slove *kavah*, čo v preklade znamená „čakať/čakanie“. Nádej je inak povedané očakávanie. V živote mnohých biblických postáv môžeme vidieť, že čakanie pre ne nepredstavovalo iba pasívne státie na mieste alebo zdržiavanie sa tam, kde boli, kým sa neudialo niečo

**Boh prichádza medzi nás aj dnes, hoci to na prvý pohľad môže vyzerať úplne inak.**

veľké. Abrahám musel čakať dvadsaťpäť rokov na syna, ktorého mu Pán prislúbil. Za ten čas však opustil svoju vlasť a vydal sa na cestu plniť svoje poslanie od Boha. Izraeliti čakali štyridsať rokov, kým dorazili do zaslúbenej zeme, ale nikdy by tam neprišli, keby sa rozhodli čakať v Egypte. Simeon a Anna očakávali prislúbeného Mesiáša po celý svoj

život, ale za ten čas slúžili v chráme, kde sa modlili a uctievali svojho Pána. Tieto príbehy nám ukazujú príklady ľudí, ktorí žili svoju vieru aj počas dlhého obdobia čakania. Boh nás povoláva na to isté – aby sme dôverovali jeho načasovaniu a počas obdobia ticha nestrácali nádej. Pozýva nás neustále napredovať, dôverovať jeho Prozreteľnosti, nesebecky slúžiť a milovať blízkych (Ž 27, 14; Lk 12, 35 – 40; Rim 12, 12; Jak 5, 7 – 8). Je jasné, že čakanie na Pána nie je pre slabé povahy. No aká je to len úľava, keď vieme, že máme ešte Ducha Svätého, ktorý nám pomáha najmä vtedy, keď už máme chuť všetko vzdať!



## Otázky na zamyslenie

- Ako najdlhšie si na niečo čakal?
- Stratil si niekedy počas čakania trpezlivosť a chcel si veci urýchliť vlastným pričinením? Čo sa stalo?
- Čakáš na niečo aj teraz?

## Rodinná modlitba za nádej

*Nebeský Otče, ty nás poznáš a vieš, že v čakaní nie sme veľmi dobrí, ty vieš, že máme radi veci pod kontrolou. Pomôž nám vidieť dobrú stránku čakania a daj nám silu, aby sme neustále vkladali nádej do tvojich rúk, lebo ty si naša pomoc a ochrana. Bože, ty si náš Utešiteľ, ktorý plní svoje prislúbenia. Nauč nás očakávať každodenné maličkosti s rovnakou dôverou, s akou očakávame aj druhý príchod tvojho Syna Ježiša Krista. Amen.*

**Zapáľte na rodinnom adventnom venci prvú sviečku – nádej.**

## Krok za krokom k nádeji

Každý člen rodiny si môže vybrať jednu z aktivít na precvičovanie nádeje, ktorú sa bude snažiť plniť po celý nasledujúci týždeň (aktivity si vyberajte podľa vekovej spôsobilosti jednotlivých členov):

- Porozprávaj sa s niekým, komu dôveruješ, o tom, v akej situácii si v súčasnosti trénuješ nádej alebo čo v súčasnosti očakávaš od Boha.
- Počas raňajok alebo večere porozprávaj iným, na čo sa počas dňa tešíš alebo čo ťa počas dňa potešilo.
- Každé ráno si prečítaj Žalm 33.
- Každý večer si pred spaním prečítaj Žalm 27.
- Nauč sa naspamäť niektorú z častí zo Svätého písma: Ž 42, 11; Iz 40, 21; Rim 5, 1 – 4 alebo Rim 8, 24 – 25.
- Nájdí si čas na prečítanie *Knihy proroka Micheáša*.
- Prečítaj si každý deň jednu kapitolu z *Prvého listu Solúnčanom* a zapisuj si svoje myšlienky.



## Nečakané závery

Stalo sa ti už niekedy, že si pri čítaní alebo pozeraní filmu preskočil kapitoly a pozrel sa rovno na koniec, umárajúc sa túžbou zistiť, ako to dopadne? Očakávanie je niekedy oveľa zaujímavejšie než konečné rozuzlenie, lenže čím je príbeh lepší, tým sú aj očakávania vyššie a záver môže byť skutočne prekvapivý. Skús na to pamätať aj v nasledujúcej hre.

## Kto som?

Pre 4 a viac  
hráčov

Vek: 4+

**Pomôcky:**

list papiera  
pre každého hráča

ceruzka alebo pero  
pre každého hráča



### Pravidlá hry:

1. Každý hráč otočí hárok papiera na výšku a preloží ho na polovicu tak, aby bol spodný okraj zarovnaný s vrchným okrajom. Zopakuje to ešte raz, opäť spojí spodnú hranu s vrchnou stranou a potom papier vystrie. Na papieri by mali ostať tri zhyby po preložení.
2. Na najvrchnejšie políčko svojho papiera každý hráč nakreslí hlavu nejakej osoby, rozprávkovej postavičky, strašidla alebo čohokol'vek, čo mu napadne. Môže pridať aj pozadie podľa vlastnej fantázie. Krk nakreslenej bytosti potiahne trochu nižšie do ďalšieho papierového políčka. To bude pomôcka pre ďalšieho hráča.
3. Časť papiera s kresbou je potrebné zložiť dozadu tak, aby ju nebolo vidieť, a papier následne posunúť hráčovi sediacemu po ľavej strane.
4. Opäť sa zopakuje postup ako v predchádzajúcom kroku, ale tentoraz na prázdne políčko nakreslí každý hráč trup nejakej osoby, rozprávkovej bytosti alebo príserky. Koniec línií je potrebné potiahnuť trochu nižšie, aby čiary opäť prečnievali na ďalšiu preloženú časť papiera.
5. Časť papiera s kresbou sa opäť zloží dozadu tak, aby nebolo vidno, čo je na nej nakreslené, a papier sa posunie hráčovi sediacemu po ľavej strane.
6. Ďalšiu prázdnu časť znova hráči vyplnia kresbou bez toho, aby sa pozreli na predchádzajúce časti papiera. Tentoraz doplnia boky a nohy podľa vlastnej fantázie a končiacie línie potiahnu do posledného čistého políčka. Preložia papier dozadu a posunú ho hráčovi po ľavej strane.
7. Do posledného políčka hráči dokreslia chodidlá.
8. A teraz každý hráč rozloží papier a odhalí, koho sa vám spoločne podarilo vytvoriť.

## A čo ďalej?

Pre 4 a viac  
hráčov

Vek: 8+

### Pomôcky:

list papiera  
pre každého hráča

ceruzka alebo pero  
pre každého hráča

### Pravidlá hry:

1. Každý hráč si zoberie papier a na jeho vrch napíše ľubovoľnú vymyslenú vetu (do spodného rohu si napíše svoje iniciálky alebo značku, aby rozpoznal svoj papier, keď sa na záver vráti naspäť).
2. Hráči posunú papier osobe sediacej naľavo.
3. Keď k hráčovi príde papier od predchádzajúceho hráča, prečíta si napísanú vetu a pokračuje v príbehu v riadku pod ňou podľa vlastnej fantázie. Potom zloží časť papiera tak, aby skryl prvú vetu a nechal viditeľnú len tú dopísanú. Papier posunie doľava.
4. Podľa poslednej vety hráč nakreslí obrázok, ktorý príbeh rozvíja ďalej. Potom zloží papier tak, aby textové časti ostali skryté a viditeľná zostala len ilustrácia a posunie papier doľava.
5. Na základe ilustrácie napíše na ďalší kúsok papiera vetu, ktorá rozvíja príbeh a opisuje, čo sa stane ďalej.
6. V dopĺňaní príbehu sa pokračuje až dovtedy, kým sa nedostane naspäť k originálnemu autorovi, ktorý sa podpísal na spodok papiera.
7. Na záver hráči rozprestrú papiera a postupne si prečítajú príbehy, ktoré spoločne vytvorili.

## Adventný kalendár z vianočných ozdôb

Keď budete po Vianociach skladať výzdobu z vianočného stromčeka, vyberte si dvadsaťštyri ozdôb, ktoré sú pre vás výnimočné a povkladajte ich do darčekových tašiek alebo škatuliek. Nasledujúci rok ich môžete každý deň počas Adventu postupne odbaľovať a jednu po druhej vešať na stromček. Na konci sezóny ich opäť zabaľte a o rok môžete v tejto tradícii pokračovať.

Ak vám táto aktivita zide na myseľ tento rok až na začiatku Adventu, vyberte si toľko ozdôb alebo dekoračných prvkov, koľko dní zostáva do Štedrého dňa, samostatne ich zabaľte a nechajte svoje ratolesti každý deň vybrať jeden balíček, ktorým ozdobíte svoj domov.

# Advent

## Zaujímavosti



Aj Advent sa začal v minulosti podobne ako príprava na Veľkú noc – modlitbami a pôstom kresťanov po celom svete.



Najčastejšie používanou farbou adventných sviečok je fialová a ružová, ale niekedy sa používajú aj modré alebo červené sviečky. Podľa tradícií symbolizuje fialová farba sviečky, typická pre Prvú, Druhú a Štvrtú adventnú nedeľu, modlitbu, obeť a rozjímanie. Ružová sviečka, ktorá sa zapáľuje počas Tretej adventnej nedele, vyjadruje radosť. Niekedy sa doprostred venca umiestňuje aj piata biela sviečka, ktorá znázorňuje oslavu Ježišovho narodenia.



Sviečka, ktorá sa zapáľuje počas Tretej adventnej nedele, vyjadruje ružovou farbou radosť z toho, že čas pôstu a pokánia je už za polovicou. Nazýva sa aj nedeľa radosti (z latinského slova *Gaudete*).



### Ingrediencie:

maslo na vymastenie formy

#### OVOCNÁ ZMES:

3 veľké jablká (ošúpané a nakrájané)

2 šálky čerstvých alebo sušených brusníc (hrozienok/čučoriedok)

½ šálky kryštálového cukru (½ šálky med/javorový sirup/agáva)

½ šálky hnedého cukru (½ šálky med/javorový sirup/agáva)

#### POSÝPKA:

3 šálky ovsených vločiek

¼ šálky nasekaných orieškov (vlašských/ lieskových)

½ šálky hladkej múky (alebo mandľovej/ bezlepkovej)

½ šálky hnedého cukru

½ šálky rozpusteného masla (kokosového oleja/ gréckeho jogurtu)

### Postup:

- Rúru si predhrejeme na 175 °C a menšiu zapekaciu misu (sklenenú alebo kovovú/ keramickú) vymastíme maslom.
- V miske zmiešame nakrájané ovocie s cukrom tak, aby sa obalilo zo všetkých strán, a naspeme ho do vymastenej zapekacej misy.
- V ďalšej miske si zmiešame ovsené vločky s cukrom a múkou, pridáme rozpustené maslo a miešame, až kým zmes nemá drobnú štruktúru. Ovsenú zmes rovnomerne rozložíme navrch ovocia v zapekacej mise.
- Zmes sa pečie 45 minút pri teplote 175 °C, až kým vrchná časť nezehnedne alebo jabĺčka neublajú.
- Po vybratí z rúry môžeme upečený koláč podávať ako teplý dezert s kopčekom zmrzliny, raňajkovú pochúťku alebo chutnú dobrotu so šľahačkou.



# Život plný nádeje

## *Nádej pre každého z nás*

Ťažké je nestratiť nádej, keď máme pocit, že žiadna z našich prosieb nie je vypočutá a Boh je na míle vzdialený. Keď sa vám opäť stane niečo také, skúste si spomenúť na konkrétne spôsoby, ako Boh už v minulosti konal vo vašom živote alebo sa skúste rozpamätať na modlitby, ktoré už boli vypočuté. Zapíšte si ich, aby ste si ich mohli prečítať vždy, keď budete cítiť beznádej. Môžete si tiež spísať zoznam toho, za čo ste vo svojom živote vďační a takto nasmerovať svoju pozornosť na vďaku, namiesto smútenia za tým, čo vám chýba.

## *Nádej pre celú rodinu*

Nestratiť nádej je oveľa jednoduchšie, keď vieme, že nie sme sami. Aj preto je rodina takým veľkým darom! Akékoľvek očakávanie je ľahšie, keď sa môžeme za seba spoločne modliť, vzájomne sa počúvať a podporovať svoje sny a želania. A keď sa túžby zdajú nesplniteľné, spojme sa v modlitbe pamätajúc na to, že každý dobrý a dokonalý dar pochádza od Boha, ktorý je milujúci Otec a nositeľ svetla do temnoty duše.

## *Nádej pre ľudí okolo nás*

Vo svete často plnom smútku, môžeme nachádzať malé okamihy krásy alebo radosti, ktoré nás povzbudzujú, aby sme nestrácali nádej. Ako môže aj vaša rodina prinášať radosť a požehnanie medzi ostatných?

Tu je zopár nápadov:

- Naplňte malé vrecúška dobrotami, hygienickými potrebami alebo inými drobnými darčekom, odložte si ich do auta a podarujte ich niekomu, kto je v núdzi.
- Keď čakáte v rade na kávu alebo v obchode, zaplatte vopred nejakú maličkosť tomu, kto príde po vás.
- Pomôžte susedovi vyzdobiť dom vianočnými ozdobami.
- Pozvite známeho, ktorý je sám, aby strávil vianočné sviatky s vami a vašou rodinou.



## RODINNÁ ADVENTNÁ KNIHA

Vydal Spolok sv. Vojtecha – Vojtech, spol. s r. o.,  
Trnava 2023, ako svoju 4 449. publikáciu  
Prvé vydanie  
Zodpovedná redaktorka Martina Grochálová  
Jazyková úprava Lenka Bebjaková  
Tlač Finidr, Český Těšín

Z anglického originálu *Tis The Season Family Advent Activity Book*  
preložila Ludmila Kováčová

This edition published by arrangement with Ink & Willow,  
an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC.  
Copyright © 2023 by WaterBrookIllustrations by Jill HowarthDesign  
by Jessie KayeText by Leslie Calhoun, Bunmi Ishola, and Jamie Lapeyrolerie

[www.ssv.sk](http://www.ssv.sk), [eVojtech.sk](http://eVojtech.sk)  
objednávky: 033/590 77 18  
[objednavky@ssv.sk](mailto:objednavky@ssv.sk)

Členská zľava 15 % platí v obchodnej sieti SSV.

ISBN 978-80-8161-597-9

