



# MINÚTOČKA

JOSEF HLOUCH



Spolok svätého Vojtecha  
Trnava 2023

## NA ÚVOD

Už v názve *Minútočka cítiť nežnú a hlbokú lásku česko-budějovického biskupa Josefa Hloucha*. V českom i slovenskom priestore môžeme jeho dielko s krátkymi myšlienkami na každý deň liturgického roka smelo označiť za klasiku duchovnej literatúry. V slovenčine vyšlo doteraz v dvoch vydaniach. V roku 1997 v Spolku svätého Vojtecha a v roku 2011 v Karmelitánskom nakladateľstve.

Život Josefa Hloucha bol naplnený obetavou prácou, ale aj utrpením a bolesťou. Práve preto má byť tento Boží služobník povýšený na oltár a v súčasnosti prebieha diecézna fáza procesu jeho blahorečenia. Hoci pôsobil na území Čiech, jeho spojenie bolo so Slovenskom veľmi intenzívne. Práve on na začiatku sedemdesiatych rokov 20. storočia, keď boli slovenské diecézy bez pastierov, vysvätil viacerých slovenských kňazov a povzbudzoval Cirkev u nás.

Nech vás, milí čitatelia, jeho láskavé slová pohladia a povzbudia, či už v radostných alebo ťažkých chvíľach každodenného života.

*V Trnave na slávnosť Nanebovzatia Panny Márie  
15. augusta 2023  
Ivan Šulík, riaditeľ Spolku svätého Vojtecha*

## V MENE PÁNOVOM

MINÚTOČKA má byť aspoň chvíľočka, ktorú je potrebné a veľmi spasiteľné venovať v priebehu dňa Bohu a svojmu vnútru. Má to byť chvíľka sústredenosti, koncentrácie, požehnaná zastávka v živote a v práci, keď sa dávaš druhým. Snaha, aby tvoja duša bola po celý deň v niečom posvätnom. Vžime sa do Božej prítomnosti, spomeňme si na svoje ranné predsavzatie! Pozri, kde je tvoje srdce, a usmerňuj ho k Pánovi! Okamih má cenu večnosti. To, čo v okamihu vykonáš alebo stratíš, prejaví sa v celej večnosti. Preto vráť seba samého seba a seba vráť Bohu v tejto chvíľke! Tá minútka sa môže stať milostiplným stretnutím so Spasiteľovou láskou. Môže očistiť, posilniť na celý deň, najmä ak povedie k sebaspytovaniu a k predsavzatiu. Minútočka je myšlienka, ktorá sa ponúka duchovne snaživým, ale aj všetkým, ktorí si vedia v priebehu dňa nájsť aspoň chvíľku pre svoje vnútro.

Prijmi denne túto minútku ako tichú návštevu na svojom pracovisku – i v samote svojej bolesti.

Žehnám všetkých, ktorí minútkou ticha s úprimnou vôľou skrášlia život a prácu seba i blížnemu.

*V Koclířove – Vianoce 1964  
Dr. Josef Hlouch, biskup*

## TROJAKÁ SNAHA

V mene Pánovom do nového roka! S plnosťou vnútornej energie, s bezmedznou dôverou v Božiu pomoc, so všetkou rozhodnosťou urobiť tento rok rokom svätým. To znamená prikladať jeden svätý úkon k druhému. Dať tomuto roku najbohatšiu náplň. To sa stane, ak budeme vedení trojakou snahou:

1. hlboko a vrúcne sa ponárať do Božej prítomnosti,
2. čo najviac byť myslou v niečom svätom, povznášajúcom,
3. vo všetkom sa ovládať, ku všetkému pristupovať s milujúcim srdcom, všetko naplniť láskou, prostredníctvom všetkého rásť v Božej milosti. Týmto si však zaumieňuješ alebo sľubuješ veľké veci, ale uváž radostne: omnoho viac ti sľubuje Boh, ktorý svoje sľuby plní.

## ŽIVOT – VÝKON

Čím viac dobra túžiš vykonať, tým si väčší. Život má byť veľký výkon. Duše a zasa duše – volá život a činnosť Krista Pána: chce ich zachrániť.

Duše a zasa duše – reve satan: chce ich zničiť. Komu pomôžeš ty? Duše a zasa duše – pre Krista! To musí byť idea, pohnútka a sila, ktorá prekoná všetky protivenstvá a nedíva sa, čím človek zo svojho ja platí, aby zachránil aspoň jednu dušu. To je výkon večnej ceny.

Nuž teda do nového roka a všetkých jeho dní:

Vnášaj lásku, kde je nenávisť.

Všade choď len s čistým srdcom.

Odpúšťaj, kde nájdeš previnenie,

spájaj, kde je rozdvojenie,

hlásaj pravdu, kde je blud,

a vieru, kde svetla niet!

A to všetko nie preto, aby sa ti dostalo lásky, ale aby si ju preukázal, lebo kde dávaš, tam už sám dostávaš; kde život obetuješ, tam život nájdeš.

Denne vykonaj niečo, čo ti urobí smrť ľahšou a večnosť šťastnejšou. Ten naozaj najviac žil, kto pre Boha zomrel.

## MENO: JEŽIŠ

Meno: Ježiš – dané vtelenému Božiemu Synovi od samého nebeského Otca. Meno najsvätejšie, najmocnejšie, najdrahšie. Znamená: vtelený Boh, Spasiteľ.

Je svetlom v temnotách. Len zavolaj v bezradnosti: Ježiš! – a bude ti, ako keď vo tme otočíš vypínačom elektrického prúdu.

Je liekom v bolestiach. Zavolaj a pocítiš, ako keby prišiel k tebe sám božský lekár.

Je silou v bojoch. Vzývaj ho – a hneď zbadáš, že už nebojuješ sám.

Je pozvaním k svätosti, je výčitkou, keď si bol neverný, je odpustením, keď sa kajúcne vraciaš, je meodom v trpkostiach, je mocou, ktorá koná divy. Peter urobil zázrak na chromom: „V mene Ježiša Krista Nazaretského vstaň a choď!“ (Sk 3, 6).

Vyslovuj ho pomaly, s najhlbšou úctou, s poklonou, s túžbou priviesť k adorácii celý svet. Nechaj to meno často cez deň prejsť celou svojou bytosťou, aby ju to meno Pána posvätilo, požehnilo, chránilo. Často cez deň s tým menom pokľakni!

## STABILITA

Krásne sú úkony čnosti, ale pravú cenu majú až vtedy, keď sa stali čnostným zvykom, keď sú takpovediac druhou prirodzenosťou, keď vošli do krvi. Akú cenu má občas, sem-tam niečo vykonať? Kým sa čnosť neosvedčila aj v protivenstvách, nie je na ňu spoľahnutie, nemožno jej veriť.

Stabilita lásky, stabilita pokory a trpezlivosti, to je ako trojitý diadém okolo hlavy. Vytrvať! Nepokaziť si rast v dobrom! Nepretrhnúť duchovné vedenie! Pri ťažkostiach si povedať: Ešte teraz vytrvaj! Nemyslieť na roky obetovania sa, ale na prítomnú chvíľu. Teraz to predsa dokážeš! Aké šťastie dosiahnuť stálosť v dobrom! Čím tá stálosť a vernosť dlhšie trvá, tým je ten úkon ľahší, takže sa dospeje do stavu, že čnosť nepozná ťažkosti, obeta je samozrejmosťou a radosťou. A duša kráča k slnku – je to ako vo vysokých horách, všetko malicherné a pomimuteľné je pod ňou a neláka ju, nemá na ňu vplyv, ona je svojou vierou a láskou už v prístave pokoja, v Bohu, doma – a preto tisíc ráz blažená...

## TVOJ DUCHOVNÝ ŽIVOT

Tvoj duchovný život môže byť krásny. V tom výroku je bolesť. Naznačuje, že duchovný život azda nie je krásny... Preto postúp a povedz: Musí byť krásny! A ešte ďalej: Bude krásny!

Ak nie je duchovný život krásny, potom nie je krásne ani vnútro. A ak nie je vnútro krásne, čo je krásne na tebe a čo by ti bola platná krása celého sveta? Kde niet krásy, tam niet radosti, tam je smútok, nešťastie.

V čom je krása vnútra? V podobnosti s absolútnou krásou a s meradlom všetkej krásy – s Ježišom! Maj Ježiša stále na mysli – vo vnútri, vo svetle viery a lásky, dívaj sa a dívaj, uč sa a uč, ohrievaj sa, zahrievaj dušu, osvecuj rozum, posilňuj vôľu! Nebeský Otec má iba Ježiša za meradlo hodnôt: skrze neho a pre neho je všetko. Čím viac črt jeho charakteru vidí na tebe, tým viac ti dáva z onej nesmiernej lásky, ktorou miluje Ježiša.

Tvoj život musí byť krásny: modlitby, zmyšľanie, citty, túžby, slová, konanie, práca, oddych, chvíle radosti i bolesti, tvoja samota, tvoj vzťah s druhými, tvoja smrť; potom bude prekrásna tvoja večnosť.

## VÔŇA ADORUJÚCEJ DUŠE

Čnosti dávajú duši krásu, čnostné úkony získavajú zásluhy. Je však jedna vlastnosť, ktorá obklopuje dušu nebeskou vôňou, a to je duch adorácie. Je to povolanie nebešťanov, na ktoré sa pripravujeme. Oni padajú na tvár pred trónom Baránka, skladajú tam svoje koruny a spievajú večne svoj chválospev. Kľaňanie je duchovná noblesa, adorujúci sú elitou Kristovho srdca, tí, ktorí dôverne – ako sv. Ján – spočívajú na Kristovom srdci.

Traja mudrci sa vydali na ďalekú a nebezpečnú cestu plnú útrap. A cieľ? Nič pre seba. Pokloniť sa Kráľovi – Mesiášovi a dať mu svoje dary. Hľa, krásne duše, ochotné priniesť obety. Nechcú nič pre seba, túžia poctiť Boha a dať mu to svoje najdrahšie. Eucharistická duša – planéta okolo slnka Eucharistie. Nevychýli sa z dráhy, od Slnka má svoj život, svoju rotačnú dráhu, svetlo, žiaru. Chvilu pred svätostánkom sú veľké. Duša sa celá dáva Kristovi a od neho prijíma jeho vôľu a lásku.

Trojaké kľaňanie:

1. v mojom vnútri,
2. vo svätostánku,
3. v celom vesmíre – tam všade je Boh – najmä v dušiach blízkych, aj hriešnikov, kde je Kristus Pán ukrižovaný.

Na celom Božom svete ja jedno miesto mám,  
kde slasťou nadpozemskou vždy v srdci zaplesám.  
Tam túži moja duša stánok svoj zbudovať.  
Pred tichým svätostánkom milené miesto mať.  
A potom niest čelo zjasnené, ožiarené jasom  
a teplom Eucharistie.  
Také duše všetko posväcujú, zdvíhajú.

## ZASTUPOVAŤ PANNU MÁRIU

Keď 8. decembra 1854 vyhlasoval Pius IX. dogmu o Ne-poškvrnenom počatí Panny Márie, v tej chvíli sa zjavila Panna - nepoškvrnená Panna - ctihodnej matke Emílii d' Oultremont, pohrúženej v rozjímaní, a vyzvala ju, aby založila spoločnosť panien, ktoré by ju pri svätostánku pred sviatostným Kristom Pánom tu na zemi zastupovali a v jej mene mu slúžili, keďže ona nemohla zostať tu na svete. Blažené povolanie!

Každému umožňuje:

1. Žiť v snahe napodobniť čistotu, pokoru Panny Márie.
2. Tak myslieť na sviatostného Pána, tak túžiť, aby bol milovaný, ako myslí a túži aj z neba Panna Mária.
3. Vo vedomí, že zastupujem Pannu Máriu, snažiť sa vždy ju zastúpiť čo najvernejšie.
  - a) Ako Mária! V jej duchu sa klaňať, nosiť dary, milovať, dávať lásku mariánsky, anjelsky čistú, pokornú, zbožnú, vrúcnu - prosiť za celý svet.
  - b) Čo najpokornejšie obetovať Krista nebeskému Otcovi na jeho slávu za Cirkev, za trpiacich, za duše v očistci, za hriešnikov...
  - c) Usilovať sa stále mať Ježiša prostredníctvom duchovného svätého prijímania. Aká to pocta Panny

Márie! Väčšiu radosť azda ani nemožno nebeskej Matke spôsobiť. Mária vie, ako sa Ježiš pokoril, ako nás miluje a akej lásky je hodný, preto tak túži sama ho uctievať. A keď tu viditeľne nemôže byť, dáva sa radostne zastúpiť.

Tak teda k svätostánku:

- s Máriou,
- ako Mária!

Aká česť, aké vyvolenie a - pravdaže - aký záväzok!

Mať čo možno najviac krásy, zbožnosti a lásky srdca Panny Márie. Raduj sa, teš sa!



## ČISTOTA SAMA NESTAČÍ

Máš plány nepoškrvniť sa, ale čistota sama nestačí. Prišla vraj duša k nebeskej bráne. Tlačí sa do neba, ale prekvapený sv. Peter sa jej pýta: „Prečo sa sem tlačíš, prečo si myslíš, že by si sem patrila?“ A duša odpovedá: „Pozri sa na mňa! Ruky čisté i srdce čisté!“ Ale nebeský kľučiar odpovedá: „Áno, čisté srdce aj ruky, ale prázdne. Za čo by si tu chcela byť? Musíš to ísť dorábať do očístca. Nebo nie je odmenou len za to, že sa človek chráni zlého, ale aj za to, že konal dobro.“

Láska! Chrániť sa zlého – v tom môže byť i sebec-tvo. Boh sa bude dívať, akú lásku tam donesieš. Keby si tam nedoniesol lásku, nič si nedoniesol!

Zamysli sa. Je začiatok roka. Dobre gazduj s časom, ktorý ti dáva možnosť konať dobro!

## VRCHOLNÁ CESTA

duchovného života je cesta dokonalej odovzdanosti. Dať všetko do spravovania Bohu. Nežiadať nič, neodmietáť nič, netúžiť po ničom inom, iba čo chce Boh. To je ťažká, strmá cesta, ale má najslávnejšie zakončenie, a to bude bez konca. Len jedno je potrebné: Ježiš. V ňom je všetko svetlo a sila. Už prostý rozum musí uznať, že toto je najmúdrejšia cesta a zmysel života: zveriť sa nekonečnej múdrosti, moci, láske, najmä ak vieme, že tým Boha najviac oslávime, že si získame jeho najväčšiu priazeň. Kedy to konečne spoznáme, uznáme a uskutočníme do všetkých dôsledkov? Ten deň bude dňom nášho najblaženejšieho znovuzrodenia – narodenia pre pravý pokoj duše tu na zemi – a pre nevýslovné šťastie vo večnosti...

## PLODNÝ ŽIVOT

„Ja som pravý vinič a môj Otec je vinohradník. On každú ratolesť, ktorá na mne neprináša ovocie, odrezáva, a každú, ktorá ovocie prináša, čistí, aby prinášala viac ovocia“ (Jn 15, 1 – 2).

Závažný pohľad. Výstraha tým, ktorí si myslia, že keď nehrešia, všetko je v poriadku. Áno, zlo nerobia, ale čo dobré robia? Kde je ovocie, milosť, kde je sláva Božej milosti? „Môj Otec je oslávený tým, že prinášate veľa ovocia,“ hovorí Kristus Pán (Jn 15, 8).

Boh sa stará, aby sme prinášali ovocie dobrých skutkov, preto vetvy prerezáva, čistí. Neďiv sa tým Božím zásahom do svojej životnej cesty. Majú nesmierne vznešený účel: Máš prinášať viac ovocia, žiť vyšší život, čnosti vyššie, hodnotnejšie, osvedčené.

Keď teda prichádzajú nové skúšky, utrpenia, obety, nehoror: „Prečo ma Boh trestá?“, ale klaňaj sa Božej vôli a v hĺbke duše sa teš: „Čo krásne Boh odo mňa očakáva a čo veľké mi za to chystá?“

Neutekaj pred rukou, ktorá prerezáva vetvy, aby ker prinášal viac ovocia tebe i blížnemu!

## PROGRAM DŇA

Začni deň s duchovným programom, aby si ho nepremárnil, aby si sa neodchýlil.

1. Nes si do dňa krásnu, posvätnú myšlienku, ktorej sa chceš venovať a ňou všetko posvätiť.
2. Pred čím sa chceš hlavne varovať?
3. Čo nevšedne krásne chceš vykonať?
4. V čom sa chceš zaprieť? Čím chceš Boha osláviť?

Zachovaj rozvahu, získaš si úctu.

Zachovaj pokoru, budú ťa nasledovať.

Zachovaj dobrotu, získaš si lásku!

„Vyšiel som od Otca, prišiel som na svet a idem k Otcovi.“ To je život Krista Pána. To má byť aj tvoj život, tvoj každý deň.

Pri všetkom a skrze všetko: Idem k Otcovi. Blížšie k tebe, môj Bože!

## SÚCIT

Súcit je cit s bolesťou druhého. Je znakom jemnej duše, ušľachtilého charakteru, veľkého srdca, ktoré má dosť miesta pre bolesti druhých. Je znakom nesebeckej duše.

Po hrozných útrapách na galejach a v bojoch je Ben Hur v Antiochii v krásnom háji bohyně Dafné. Myslí si, ako by mu tu bolo dobre, ale vtom si spomenie na svoju matku a sestru, ktoré trpia zamurované v hradnom väzení v Jeruzaleme. A hovorí: „Nech je prekliaty okamih a to miesto, kde som sa chcel oddať šťastiu a zabudnúť na vaše nešťastie!“

Mysli na hriešnikov, neveriacich, chorých, umierajúcich, opustených, trpiacich – a nedá ti to pokoj, budeš na nich myslieť, na seba budeš zabúdať a budeš ochotný za nich sa obetovať. Buď si istý, že za túto súcitnú lásku sa Boh o teba postará.

## SVÄTÝ KRST

Dnes sa slávi pamiatka Pánovho krstu.\* Ľudstvo treba znovu upozorniť na sviatosť krstu, ktorá je bránou ku všetkým sviatostiam. Aj my sme dostali túto sviatosť. Celým životom máme ísť vo vedomí: som pokrstený, som Božím dieťaťom, som Kristov. Ako vetvička narúbená na strom – pripojený ku Kristovi a k jeho mystickému telu. Som súčasťou Kristovho tela, jeho bratom, raz mám byť jeho spoludedičom. To, čo Kristus Pán získal svojím životom a smrťou, pripíše aj nám v dôsledku Božieho synovstva. Ježiš je Boží Syn prirodzený, večný, my sme za synov prijatí v čase, ale – a to je ten úžasný div Božej milosti – večný údel slávy máme mať spoločný. Už to vedomie – som Kristov, som spoludedič – musí zahnať všetko bolestné, tiesnivé. To všetko pominie, ale to nevýslovne oblažujúce, čo ma v dôsledku svätého krstu a spojenia s Kristom čaká, to nepomynie.

Ďakuj denne Bohu za milosť svätého krstu. Pripomínaj si ju pri každom znaku svätého kríža.

To, pravda, zaväzuje k životu hodnému kresťana. Kristus znamená Pomazaný, Posvätený. Nech aj v tebe to duchovné – božské – posväcuje, povznáša a na výške uchováva tvoje vlastnosti, povahu, konanie, život.

## MONS. THDR. JOSEF HLOUCH (1902 - 1972)

Deviaty českobudějovický biskup Josef Hlouch sa narodil 26. marca 1902 v Lipníku pri meste Třebíč. Po štúdiu v chlapčenskom seminári v Kroměříži v roku 1922 vstúpil do kňazského seminára v Olomouci. Za kňaza bol vysvätený 5. júla 1926 arcibiskupom Prečanom. Ako novokňaz bol poslaný do Spálova, ešte v septembri toho istého roku do Kladiiek pri meste Prostějov a v decembri ako administrátor do obce Jesenec. V septembri roku 1927 sa stal kooperátorom a rok na to expozitom v Olomouci-Hodolanoch. V roku 1934 bol promován za doktora teológie a krátko po svojej promócií sa habilitoval v odbore pastorálna teológia ako docent. Počas nacistickej okupácie sa vyznamenal predovšetkým ako neohrozený kazateľ a exercitátor a už 1. septembra 1945 sa stal profesorom. V lete roku 1947 bol pápežom Piom XII. menovaný za českobudějovického biskupa. Svojho úradu sa biskup Josef Hlouch ujal v nedeľu 7. septembra 1947 a už veľmi skoro po svojom nástupe do diecézy si získal srdce všetkých ľudí, katolíkov aj neveriacich. Nevyhýbal sa totiž žiadnemu prostrediu a navštevoval továrne, školy, koncertné siene i futbalové štadióny. Na futbalovom štadióne dokonca na požiadanie športovcov

urobil prvý výkop. Stal sa osobnosťou, bez ktorej by nebola usporiadaná ani jedna významná akcia politického či spoločenského diania. Bohužiaľ, onedlho po tragických udalostiach februára 1948 nebolo zo strany komunistického režimu biskupovi Josefovi Hlouchovi dopriate vykonávať funkciu pastiera diecézy. Najskôr bol internovaný v budove biskupskej rezidencie a izolovaný od okolia, neskôr bol odstránený z diecézy. Ale ani v dobe odlúčenia od svojho stáda nezabudol biskup Hlouch na svoju diecézu, ako nám to dokumentuje jeho osobná báseň *Milión duší* či kniha rozjímaní na každý deň *Minútočka*. Dňa 9. júna 1968 nastúpil opäť do svojho úradu a pustil sa do horlivej práce. Biskup Hlouch nesústredil svoju starostlivosť len na svoje sídelné biskupské mesto, ale neúnavne navštevoval aj tie najodľahlejšie farnosti svojej diecézy, aby tam kázal, birmoval a predovšetkým povzbudzoval ľud k väčšej aktivite v náboženskom živote. V období tzv. normalizácie, bohužiaľ, choré srdce biskupa Hloucha nevydržalo zvyšujúci sa nátlak predstaviteľov štátnej správy, menovite vtedajšieho krajského cirkevného tajomníka Drozdka. Biskup Josef Hlouch zomrel v povesti svätosti v sobotu 10. júna 1972 v ranných hodinách. Ešte v predvečer svojej smrti na sviatok Najsvätejšieho Srdca Ježišovho celebroidal svätú omšu v českobudějovickom Chráme Božského Srdca

Pánovho. Ako nám dokladá archívny materiál, biskup Josef Hlouch bol veľmi často uvádzaný ako veľký triedny nepriateľ. Josef Hlouch sa stal nesmrteľným vďaka svojej láske k ľudu, ktorý mu bol zverený. Túto lásku dodnes krásne vyjadruje aj citát z jeho závetu: „Všetkých vás v srdci navždy nosím.“ V roku 2018 sa začala diecézna fáza procesu blahorečenia Božieho služobníka Josefa Hloucha.

prof. Martin Weiss, ThD.  
postulátor beatifikačného procesu  
biskupa Josefa Hloucha

## OBSAH

Na úvod .....	7
V mene Pánovom .....	9
Trojaká snaha .....	11
Život – výkon .....	12
Meno: Ježiš .....	13
Stabilita .....	14
Tvoj duchovný život .....	15
Vôňa adorujúcej duše .....	16
Zastupovať Pannu Máriu .....	18
Čistota sama nestačí .....	20
Vrcholná cesta .....	21
Plodný život .....	22
Program dňa .....	23
Súcit .....	24
Svätý krst .....	25
Moc poznania Boha .....	27
Modlitba a sebazaprenie .....	28
Zo srdca .....	29
Ctižiadosť .....	30
Apoštolát .....	31
Hľa, čím máš byť! .....	32
Moc svätosti .....	33
Niekoľko iskričiek: Boh – Láska .....	34

Hriech .....	35
Nalievajú trpkosti .....	36
Nekonečné milosrdenstvo .....	37
Viem, komu som uveril .....	38
Nevýslovné vanutie .....	39
Máš záväžie .....	40
Apoštolova modlitba .....	41
Máme anjela .....	42
Nech rozkazuje láska .....	43
Momentky: Svätec Ján Bosco .....	44
Len keď Krista získam .....	46
Stretnutie s Pánom... ..	47
Mená dané Ježišovi .....	48
Čo Mária obetuje .....	49
Ježiš - Svetlo .....	50
Zjavila sa milosť nášho Boha .....	51
Hrdinovia .....	52
Hlas Kristovej krvi .....	53
Kristova krv - za krv ľudí, duší .....	54
Cirkev a blahobyť .....	55
Zjavenie Panny Márie v Lurdoch .....	56
Zázraky a nevera .....	57
V Ježišovi Kristovi .....	58
Trojaka ľútosť .....	59
Náš Spasiteľ .....	60
Veľmoc lásky .....	61

Láska rozhoduje .....	62
Boží plán .....	63
Hriech .....	64
Tým, čo milujú Boha... ..	65
Spojenie s Kristom Pánom .....	66
Kríž .....	67
Pamiatka .....	68
Účinok svätého prijímania .....	70
Účinok obety .....	71
Ježišova radosť .....	72
Ježišovi - na paténu... ..	73
Mystérium .....	74
Sväté prijímanie .....	75
Šťastná voľba .....	76
Dvere sa zatvorili .....	77
Svätosť .....	78
Moc modlitby a obety .....	79
Malé škvrny vo svetle slnka .....	80
Kajúcnosť za malé hriechy .....	81
Od Boha .....	82
Výmena - vtelenie Pána .....	83
Ave .....	84
Veľká trpezlivosť .....	85
Neúspechy .....	86
Mučivé prekvapenie .....	87
Ježiš všetko vo všetkom .....	88

V Ježišovi Kristovi .....	89
Krása pokory .....	90
A ešte o tej najkrajšej .....	91
Velebí moja duša Pána! .....	92
Svätý Jozef .....	93
Bože, chcem teba! .....	94
Dobry úmysel .....	95
Primknutie sa k Bohu .....	96
Pôstne obdobie .....	97
Pôst .....	98
Božia cesta .....	99
Blahoželáme, učíme sa .....	100
Utrpenie .....	101
Život ako modlitba, modlitba ako život .....	102
Ako anjeli strážni .....	103
Ešte anjeli .....	104
Láska a sebestvo .....	105
Ukrižovaný – tvár Božej lásky .....	106
Božie prostriedky .....	107
Trón kríža .....	108
Cieľ snaženia – láska .....	109
Priblížiť sa a podávať .....	110
Božia láska a naša odpoveď .....	111
Hriech .....	112
Cirkev .....	113
A opäť Božia láska .....	114

Vážny pohľad do nekonečna .....	115
Tajomný háčik .....	116
Božia reprezentácia .....	117
Mocná istota .....	118
Božia moc a múdrosť .....	119
Vítame Krista! .....	120
Opustenosť Pána .....	121
Najmocnejší orodovník .....	122
Ježiš vedel a poznal... ..	123
Vrchol lásky .....	124
Je dokonané! .....	126
Sobota Panny Márie .....	128
Veľkonočná nedeľa – vykúpenie .....	129
Vpísané do Kristových rán .....	130
A tak .....	131
Nové stvorenie .....	132
Neustávajme! .....	133
Prečo mlčal? .....	135
Tajomstvo utrpenia .....	136
Predávame – Boh kupuje .....	137
Môj čas .....	138
Práca .....	139
Milujúca trpezlivosť .....	141
Trpezlivosť .....	142
Väčšmi ako iní .....	143
K svätosti .....	144

Dobry pastier .....	145
Konflikty .....	146
Prilishna citovost' .....	147
Svatost' .....	148
Hriech .....	149
Jeziš k Otcovi - my k Ježišovi .....	150
Život .....	151
Srdce - aké? .....	152
Bohoslužba .....	153
Živá obeta .....	154
Svätý Ján Nepomucký .....	155
Čo dávam Ježišovi? .....	156
Žije vo mne Kristus! .....	157
Všetko je božské .....	158
Kňazská moc je užasná moc .....	159
Čo je svätá omša? .....	160
Moc apoštola .....	161
Chudoba .....	162
Hľa, tvoja Matka! .....	163
Sebakritika .....	164
Mystické Kristovo telo .....	165
Mystické telo - Cirkev .....	166
Odmena víťazovi .....	167
Teraz... .....	168
Dôverujme v moc Kristovej lásky .....	169
Nanebovstúpenie Pána .....	170

Pozri na to srdce .....	172
Prostrednica všetkých milostí .....	173
Príprava na príchod Ducha Svätého .....	174
Tvorstvo .....	175
Posvätná túžba .....	176
S veľkou múdrosťou... .....	177
Neujde nijaká vec... .....	178
Ideál z hlbín Trojice .....	179
Očakávame Ducha Svätého .....	180
Zoslanie Ducha Svätého .....	181
Dary Ducha Svätého .....	183
Dar múdrosti .....	184
Dar rozumu .....	185
Náladovosť .....	186
Dar rady .....	187
Dar sily .....	188
Najsvätejšia Trojica .....	189
Dar umenia - poznania .....	191
Ešte dar nábožnosti .....	192
Dar nábožnosti .....	193
Božie telo .....	195
Božské Srdce Pánovo .....	197
Dar bázne voči Bohu .....	199
Svätý Ján Krstiteľ .....	200
Maličkosti .....	201
Ako v nebi .....	202



On musí rásť a mňa musí ubúdať .....	203
Ján nebol trstinou .....	204
Svätý Peter .....	205
Svätý Pavol .....	207
Predrahá krv nášho Pána Ježiša Krista .....	209
Návšteva Panny Márie .....	211
Magnifikat .....	213
Velebí moja duša Pána .....	214
Ich život - cesta do neba .....	215
Ak vieš... ..	216
Pohodlní .....	217
Janíčko, ešte som tu ja .....	218
Duchovné sväté prijímanie .....	219
Obetujeme Ježiša .....	220
S radosťou v Duchu Svätom .....	221
Ježiš v blížnom .....	222
Kľaňanie .....	223
Radosť .....	224
Umenie radovať sa .....	225
K svätosti .....	227
Vláda nad zmyslami .....	228
Milované Božie dieťa? .....	229
Prvé chvíle dňa .....	230
Spoločne s Ježišom .....	231
Bolesť - staviteľ .....	232
Svätá Magdaléna - dielo lásky .....	233

Tu je Boh .....	235
Kde je moja duša? .....	236
Bolesť je výkupným .....	237
Hľa, Ježiš! .....	238
Spievaná ranná modlitba .....	239
Naše telo .....	240
Čo je dokonalejšie? .....	241
Svätý krst .....	242
Všetko na väčšiu česť a slávu Božiu .....	243
Som Božie dieťa .....	244
Porciunkula .....	245
Čistota a modlitba .....	246
Svätosť .....	247
Spojenie s Bohom .....	249
Premenenie .....	250
Toto je môj milovaný Syn .....	251
Celkom ponorený do Božieho jasu .....	252
Moc a krása samoty .....	253
Ohľad, pochopenie, jemnosť .....	254
Skrze Krista, nášho Pána .....	255
Prečo sebazaprenie? .....	256
Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého svojho srdca, z celej svojej duše, zo všetkých svojich síl a z celej svojej mysle .....	257
Vigília Nanebovzatia Panny Márie .....	258
Nanebovzatie Panny Márie .....	259

Pokrytec .....	260
Láskavé „ty“ .....	261
Môj Spasiteľ na kríži .....	262
Pri päte kríža .....	263
Ten rozjímavý .....	264
Reč – dobrá, zlá .....	265
Nepoškvrnené Srdce Panny Márie .....	266
Ešte ten rozjímavý .....	267
Milá vážnosť .....	268
Kde je šťastie? .....	269
Umenie pohľadov .....	270
Malé tajomstvo .....	271
Sväté reholné sľuby .....	272
Zodpovednosť .....	274
Zmilovanie .....	275
Naplň srdce! .....	276
Srdce Pána .....	277
Ježiš je mojím životom .....	278
Neplač! .....	279
Plač! .....	280
Nevysloviteľné vzdychy .....	281
Sláva Otcu i Synu, i Duchu Svätému .....	283
Tri body k dokonalosti .....	284
Pohľad do nekonečna .....	285
Božia velebnosť .....	286
Moja hodina .....	287

Všetko je také krásne .....	288
V rakve .....	289
Dieťa Panny Márie .....	290
Až budem vyzdvihnutý od zeme, všetkých pritiahnem k sebe .....	291
Plače a usmieva sa... .....	292
Nesmierne poklady .....	293
Kristove pečate .....	294
Stála pozornosť .....	295
V duchu a v pravde .....	296
Vďačnosť .....	297
Desivé ohodnotenie .....	298
Slávu od ľudí neprijímam .....	299
Hlboké tajomstvo .....	300
Krása a svätosť Božej vôle .....	301
V mene Otca... .....	302
Dva svety .....	303
Pravá sláva .....	304
Údy mystického tela .....	305
Božie plány a naše plány .....	306
Milosť utrpenia .....	307
Ružencom rob zázraky .....	309
Anjeli strážcovia .....	311
Svätá Terézia od Ježiška .....	312
Zázrak z Assisi .....	314
Milosť rozhoduje .....	316

Kartuziáni .....	317
Sila tajomstiev .....	319
Zanedbané dobrá .....	321
To nedá srdcu šťastie .....	322
Mučeníctvo .....	323
Božské materstvo Panny Márie .....	324
Božia vôľa v nás? Triumf života .....	325
Na hlbinu .....	327
Velikán modlitby .....	328
Svätá Terézia z Avily – trpitelka .....	329
V objatí kríža je naše víťazstvo .....	330
Z utrpení Pána tým najhroznejším .....	332
Pokúšenie – pád .....	334
Hľadáme na Ježiša .....	335
Blahoslavené súženia .....	336
Staré hriechy .....	337
Ovládať myšlienky .....	338
Mlčanie .....	339
Opustenosť? teraz .....	340
Pokúšenie – prostredie .....	341
Čí je to obraz? .....	342
Dávajte Bohu, čo je Božie .....	343
Príprava na kráľovstvo .....	345
Žije a kraľuje .....	346
Pretvárame sa .....	347
Ako sa rodia svätí .....	348

Blaženosť .....	349
Prečo? úsudok dušičiek .....	350
Svätí .....	351
Narodeniny Svätého Otca Jána XXIII. ....	352
Príklad svätých .....	353
Aké mám myšlienky? .....	354
Mlčanie – reč svätých .....	355
Krása trpezlivosti .....	356
Božie kráľovstvo je medzi vami .....	358
Čistota .....	359
Dobrota .....	360
Väzby hriechov .....	361
Božia velebnosť .....	362
... radujú sa anjeli... ..	363
Maličkosti .....	364
Boží stánok v srdci .....	365
Nielen práca, ale aj pracujúci .....	366
Dôvera v Boha .....	368
Vidieť večné hodnoty .....	369
Sláva a česť v nebi .....	370
Dobrota .....	371
Moc svätej omše .....	372
Odvzdanosť do Božej vôle .....	373
Velikán v láske k sebazapreniu .....	374
Umenie vzlietnuť .....	376
Úžitok z bohoslužby .....	377

Opäť modlitba .....	378
Láska k blížnemu .....	379
Trpezlivosť .....	381
Vďačnosť .....	382
Zdvorilosť .....	383
Pokúšenie .....	384
K tebe, Pane, dvíham svoju dušu .....	385
Pri svätej spovedi .....	386
Adventné volanie .....	387
Skryté dobro .....	388
Radosť .....	389
Dôstojný stánok Boha .....	390
Kto a ako .....	391
Hlásime sa do služby .....	392
Tesná brána - úzka cesta .....	393
Kto zvíťazí? .....	394
Svätec a Advent .....	395
Pozitívne .....	396
Advent Panny Márie .....	397
Ja som hlas .....	398
Lakomstvo - hmotárstvo - požívačnosť .....	399
Skromnosť .....	401
Vlúdnosť .....	403
Načo pokúšenie? .....	404
Pán môj a Boh môj .....	406
Rozjímanie .....	407

Ste Boží chrám .....	408
Modliace sa srdce zeme .....	410
Zjavila sa milosť Boha .....	411
Otvorené nebesia .....	413
Miláčik Pána .....	414
Spytovanie svedomia .....	415
Chudoba .....	416
Moc mlčania .....	418
Spomíname .....	420
Poznámky k slovenskému prekladu .....	423
Anna Zelíková .....	427
Mons. ThDr. Josef Hlouch .....	430



## MINÚTOČKA

Vydal Spolok sv. Vojtecha – Vojtech, spol. s r. o.,  
Trnava 2023, ako svoju 4 316. publikáciu

Zodpovedná redaktorka Martina Grochálová

Jazyková úprava Katarína Kročková

Grafická koncepcia Pergamen

Sadzba Peter Valach

Ilustrácia Peter Ličko

Tlač Finidr, Český Těšín

V Spolku svätého Vojtecha druhé vydanie

[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 978-80-8161-464-4

