

# Voľné dni a zábava: Oddych a voľný čas (2)

Sviatočné dni sú príležitosťou k odpočinku. Pre kresťanov sú tiež príležitosťou užiť si chvíle strávené s rodinou, vychovávať deti a stýkať sa v pokojnejších chvíľach s Bohom.

08.04.2013

**„ I požehnal siedmy deň a zasvätil ho, lebo v ňom odpočíval od všetkých diel, ktoré Boh stvoril a urobil" [1]. V jednote života človeka**

sa práca a voľný čas nesmú oddeľovať; preto je nutné, aby sme sa pustili do „apoštolátu zábavy“ [2], čo je v protiklade s tendenciou chápať zábavu ako púhe odreagovanie sa [3], za cenu narušovania jednoty človeka.

## ODPOČINOK BOHA

Voľný čas je hlavne obdobím sviatočných dní: preruší sa monotónnosť všedného dňa, pretože sa oslavujú udalosti, ktoré sú významné či dôležité pre skupinu ľudí, či je to už rodina alebo národ. V židovsko-kresťanskej tradícii má sviatok význam náboženský, ktorý je spojený s radostným odpočinkom Boha. Pretože akonáhle bolo stvorenie dokončené, **požehnal a posvätil Boh siedmy deň**. Temer by sa dalo povedať, že Boh svoje dielo obdivuje, obzvlášť veľkosť tvora – človeka - , ktorého povolal k spoločenstvu s Ním. Posvätením

soboty, teda „stvorením“ sviatočného dňa, chcel, aby celé ľudstvo malo účasť na jeho dobrotivom pohľade na svet. Preto do určitej miery „tento deň Božieho odpočinku dáva času zmysel“ [4]: a to v akejkolvek dobe, práci i odpočinku. **Veď Boh videl, že všetko, čo urobil, je veľmi dobré** [5].

Pre kresťana je okrem toho nedeľa dňom Pána, dies Christi [6]. **Vtedy nesmiete konať nijakú prácu, to je Pánova sobota, odpočinok vo všetkých vašich bydliskách** [7].

Každú nedeľu si v liturgii Cirkvi pripomíname a slávime vzkriesenie Krista, nové stvorenie, spásu ľudského rodu, oslobodenie sveta, jeho konečný cieľ. Aj keď novosť kresťanstva je príčinou, že pominuli „zvyky židovského Sabatu, a boli prekonané ‚naplnením‘, ktoré priniesla nedeľa, dôvody, ktoré predkladali svätenie ‚Pánovho dňa‘ - zapísané slávnostne v Desatore

prikázaní – zostávajú v platnosti, aj keď ich treba znovu vyložiť vo svetle teológie a spirituality nedele“ [8]. Sám Ježiš Kristus, Pán nad sobotou [9], vysvetľuje autentický zmysel sobotného odpočinku, keď ho orientuje na „oslobodzujúci charakter sabatového prikázania a starostlivo pritom ochraňuje práva Boha a práva človeka“ [10].

V tomto svetle odhaľuje nedela novosť sveta, novosť nového stvorenia v Kristovi. Určitým spôsobom je každý čas už časom sviatočným, pretože je to čas Boha a pre Boha. V ľudskej existencii sa spája práca a voľný čas. A obe tieto zložky v sebe zahŕňajú povolanie ku kontemplácii a k modlitbe. Boh nám poskytuje čas, aby sme sa bavili s Ním, aby sme spolu s Ním odpočívali a pracovali [11], obdivovali jeho krásu i krásu jeho diela.

Jedno z výchovných poslaní rodičov spočíva v tom, aby ukázali svojim deťom, akým darom tieto sviatky sú. Je potrebné vynaložiť určité úsilie, keď organizujeme nedeľný program – alebo akýkoľvek odpočinok - , aby Boh nakoniec nepôsobil ako niečo cudzie, alebo otravné, s čím prichádzame na poslednú chvíľu. Keď deti vidia, že s predstihom pamätáme na to, ako a kedy sa zúčastníme na svätej omši alebo na sviatostiach, prirodzeným spôsobom pochopia, že „voľný čas je prázdny, pokiaľ do neho nie je zapojený Boh [12]“. Benedikt XVI. dáva túto skvostnú radu: „Milí priatelia! Niekedy môže byť spočiatku nepríjemné naplánovať si na nedeľu svätú omšu. Ale keď sa budete snažiť, neskôr zistíte, že práve toto dáva zmysel voľnému času. Nenechajte sa odradiť od účasti na nedeľnej eucharistii a pomôžte aj iným, aby objavili túto skutočnosť“[13].

Preto kresťan, ktorý chce žiť evanjelium, plánuje svoj víkend tak, že na prvé miesto dáva svätú omšu. Vopred si organizuje svoje cesty – obzvlášť tie dlhšie – tak, aby sa mohol zúčastniť na eucharistickej obete v nedeľu alebo v prikázanej sviatky. Z toho vyplýva, že „pastieri majú zodpovedajúcu povinnosť poskytnúť každému reálnu možnosť naplniť toto nariadenie. Ustanovenia cirkevného práva sú orientované týmto smerom, napríklad možnosti dané kňazom, aby po schválení diecéznym biskupom, slávil v nedeľu a vo sviatok viac než jednu omšu, slávením večerných omší a ustanovením že povinnosť môže byť splnená počínajúc sobotným večerom od doby prvých nedeľných vešpor“[14].

## ČAS ČNOSTÍ

Už sme hovorili o význame voľného času pri utváraní osobnosti detí. Hry,

výlety, alebo šport, nie sú len podstatnou časťou života mladých, ale aj rodičia môžu prostredníctvom týchto aktivít lepšie svoje deti spoznávať a odovzdávať im túžbu učiť sa a dávať sa druhým. Tieto túžby sa konkretizujú v činnostiach a pretvárajú sa na návyky, ktoré klasici nazývajú čnosťami. Tak prestáva byť voľný čas „časom na banálne veci“ a premieňa sa na čas kvalitatívny, kreatívny. Stručne povedané, premieňa sa na vzácne okamžiky, keď deti na seba berú slobodu, alebo ju prijímajú za vlastnú.

Na druhej strane, ak sa majú deti pri zábave formovať, musia sa im ponúkať aktivity, ktoré ich priťahujú a rešpektujú ich stav. Čím viac sa rodina na týchto šťastných okamihoch podieľa, tým väčší základ položí do budúcnosti a odvráti tak prípadné zabavy deťom škodiace: obdobie strávené s rodičmi v detstve, v ktorom zakúsili radosť dávania a

prijímania a štedrosti, zostávajú v myšli navždy a deti ochráni, keď sa budú musieť vyrovnávať s falošnými pokušeniami, ktoré od Boha vzdávajú.

Naopak, pokiaľ rodičia chápu prázdniny a voľný čas ako púhu príležitosť odreagovať sa alebo vyžiť sa, môžu nakoniec zabudnúť na hlavný aspekt výchovy. Pritom nejde o to, aby sa deťom „posúval“ pohľad na voľný čas ako na „púhe vykonávanie užitočných vecí“ v tom zmysle, že je užitočné študovať nejaký predmet, alebo sa učiť cudzí jazyk, alebo chodiť na kurz plávania, učiť sa hrať na klavír (činnosti, ktoré sa v podstate veľmi nelíšia od vyučovania, ktoré poskytuje väčšina škôl). Ide o to, aby sa tento čas využíval vyváženým spôsobom. Voľný čas potom vytvára priaznivé podmienky pre rozvoj jednoty života: v deťoch sa podporuje pevnosť charakteru, pomocou ktorého sa



zvláda vlastná sloboda, deti žijú vieru opravdivo a učia sa žiť s inými ľuďmi a usilujú sa o čo najdokonalejší život.

Veľkým nepriateľom na tomto poli je „zabíjanie času“, pretože **keď nejaký kresťan márne svoj čas na zemi, dostava sa do nebezpečenstva, že premárni aj svoje nebo** [15]. Tak koná ten, kto sa z **dôvodu sebeckva uchýli do ústrania, skryje sa, nerobí si s ničím starosti** [16]. Kto v tejto chvíli hľadá nezriadené samého seba, bez toho, aby dbal na Boha alebo iných ľudí. Vychovávať vo voľnom čase a pre voľný čas je povinnosťou rodičov. Oni sú vždy – aj keď nevedome – vzorom, ktorý má najväčší vplyv na formáciu ich detí. A ako vychovávatelia nemôžu budiť dojem, že sa nudia, alebo odpočívajú, bez toho, aby niečo robili. Ich odpočinok musí byť nejakým spôsobom otvorený pre čas strávený s Bohom, pre službu ostatným. Deti

musia pochopiť, že zábava môže byť zdrojom rozptýlenia v činnostiach, ktoré vyžadujú menej úsilia [17]. Keď sa učia nové veci, pestuje sa tak priateľstvo, zlepšuje sa rodinný život.

## **ZÁBAVA MLADÝCH ĽUDÍ**

Mnohí rodičia sa, čiastočne odôvodnene, obávajú vplyvu prostredia, ktoré v konzumnej spoločnosti ponúka zhubné a povrchné rozptýlenie. Základný problém je všeobecný: mladí ľudia chcú byť šťastní, ale nie vždy vedia ako. Často ani nevedia, v čom spočíva šťastie, pretože nikto im to presvedčivo nevysvetlil, alebo ho nikdy ani nezakúsili.

Pre väčšinu ľudí sa otázka šťastia redukuje na dobre platenú prácu, tešiť sa dobrému zdraviu a žiť v rodine, kde je človek milovaný, a na ktorú sa môže spoľahnúť. Aj keď mladí niekedy trochu rebelujú, obvykle uznávajú, že musia dobre

prospievať v štúdiu, lebo chápu, že ich budúcnosť v značnej miere závisí od toho, čo sa v škole naučia.

Toto všetko neodporuje úsiliu domáhať sa svojej vlastnej autonómie, keď si organizujú svoj voľný čas. Niekedy sa dávajú na cestu, ktorú im ponúka zábavný priemysel, ktorý často presadzuje zábavu sťažujúcu alebo znemožňujúcu rastu niektorých čností, napr. zdržanlivosti. Ale nakoniec dezorientácia mladých sa nelíši od tej, ktorou trpia aj mnohí dospelí: zamieňajú si šťastie, ktoré je výsledkom usporiadaného života s pofidérnym pocitom pseudoradosti.

Tieto skutočné úchylky nemôžu byť dôvodom, aby sme zabúdali, že **všetci sme sa nejakým spôsobom stavali proti starším, keď sme nezávisle začínali formovať svoje postoje** [18]. Je to časť normálneho procesu dozrievania. Na otázku ako

sa zabávajú, bude pre nich vždy dôležitejšie „s kým“, než „ako“: chcú byť so svojimi vrstovníkmi a mimo domova, teda bez rodiny a dospelých. Vlastne najväčšie vyžitie spočíva v tom, že idú so svojimi priateľmi počúvať hudbu. Dokonca sa stáva – ako je to v niektorých spoločnostiach, kde samotná spotreba je formou zábavy a zháňajú sa zbytočné veci (šaty, mobily, technika, videohry atď) – že je to len prostriedok, ako byť s priateľmi.

Preto je dôležitejšie podporovať tie formy zábavy, ktoré berú do úvahy dispozície človeka, čiže jeho túžbu po šťastí, ktorá je prítomná vo všetkých ľuďoch: rodičia sa musia zodpovedne postaviť voči tejto úlohe tým, že budú s pomocou ostatných rodín podporovať vhodné miesta, kde deti budú môcť vo svojom voľnom čase ľudsky aj duchovne dozrievať. V konečnom dôsledku ide o podporu zábavy a záujmov, ktoré posilňujú

zmysel pre priateľstvo, pre zodpovednosť v starostlivosti o ľudí a pomoc ľuďom, na ktorým im záleží.

**Mladí boli vždy plní nadšenia pre veľké veci, pre vznešené ideály, pre všetko to, čo je autentické [19].**

Rodičia môžu a musia počítať s touto skutočnosťou: venovať deťom čas, rozprávať sa s nimi, byť im už od malička príkladom v radosti, skromnosti, obetavosti. Pretože vychovávať neznamená vnucovať im určité správanie, ale odhaľovať im nadprirodzené a ľudské pohnútky pre určitý spôsob správania sa. Skrátka, mali by rešpektovať ich slobodu, pretože pravá výchova sa neobíde bez osobnej zodpovednosti, ani bez zodpovednosti bez slobody [20].

**J. M. Martín a M. Díez**

---

[1] Gn 2, 3

[2] Cesta, č. 975

[3] Por. Ján Pavol II., Posolstvo k XIX. Svetovému dňu sociálnej komunikácie, 19. 5. 1985, č. 4

[4] Ján Pavol II., Apoštolská exhortácia Dies Domini, 31. 5. 1998, č. 60

[5] Gn 1, 31

[6] Por. Ján Pavol II., Apoštolská exhortácia Dies Domini, 31. 5. 1998, čč. 18ss

[7] Lv 23, 3

[8] Ján Pavol II., Apoštolská exhortácia Dies Domini, 31. 5. 1998, č. 62

[9] Mk 2, 28

[10] Ján Pavol II., Apoštolská exhortácia Dies Domini, 31. 5. 1998, č. 63

[11] Por. Jn 5, 17

[12] Benedikt XVI., Homília na pláni Marienfeld, 21. 8. 2005

[13] Benedikt XVI., Homília na pláni Marienfeld, 21. 8. 2005

[14] Ján Pavol II., Apoštolská exhortácia Dies Domini, 31. 5. 1998, č. 49

[15] Boží priatelia č. 46

[16] Boží priatelia č. 46

[17] Cesta, č. 357

[18] Rozhovory, č. 100

[19] Rozhovory, č. 101

[20] Ísť s Kristom , č. 27

opusdei.org

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
sk-sk/article/volne-dni-a-zabava-  
oddych-a-volny-cas-2/](https://opusdei.org/sk-sk/article/volne-dni-a-zabava-oddych-a-volny-cas-2/) (05.04.2025)