Ježiš povedal: *„Človeka nemôže poškvrniť nič, čo vchádza doň zvonka, ale čo vychádza z človeka, to poškvrňuje človeka.“* Mk 7, 14–23 1 Kr 10, 1–10; Ž 37   
Ktorýsi svätý sa vždy pozeral do zeme, aby mu pohľad nepadol na niečo, čo by ho doviedlo k pokušeniu. Ak sa človek pozerá pod nohy, môže si ľahko udrieť hlavu. Božie stvorenie nie je len zelená tráva a hnedé blato, ale aj modré nebo. Nikdy stopercentne nezabránime, aby sa k nám nedostal obraz, ktorý v nás môže zapáliť pokušenie. Skôr je potrebné naučiť sa žiť s tým, čo do nás vchádza, naučiť sa vyberať to, čím sa oplatí zaoberať, a hlavne vidieť veci pozitívne. Aj sporo odetú ženu či muža stvoril Boh. Namiesto odsúdenia, je možné myslieť naň dobroprajne. Možno práve nedostatok ľudského pochopenia spôsobuje, že o svoju pozornosť prosí takýmto spôsobom. Podobne je to so zlými večernými správami. Vyleje sa z nich na nás veľa krvi, sĺz a zármutku. Môžeme sa nimi nechať spútať, alebo nás to môže správne „nakopnúť“ urobiť niečo preto, aby bol svet aspoň o štipku lepší. Potom naopak, to zlé, čo do nás vstúpilo, má pozitívny účinok. Všetko je vecou uhla pohľadu.

V dnešním evangeliu nás Pán Ježíš upozorňuje, že nic, co přichází zvenčí, nemůže člověka poskvrnit, ale jen to, co vychází z něho. Zvenčí vstupují do našeho nitra nejen pokrmy, ale i to co vidíme, slyšíme či jinak vnímáme. Záleží však na našem vnitřním postoji. Pokud jsme nuceni vidět a slyšet to, co nechceme, pak i když je to pro nás zdrojem pokušení, není to samo o sobě hříchem. Teprve náš souhlas, náš vnitřní postoj, naše NE Božímu zákonu je hříchem. Jen srdce rozhoduje o mravní hodnotě našeho jednání. Proto s pomocí modlitby usilujme o to, aby těžiště naší zbožnosti spočívalo v opravdové osobní snaze o plnění Boží vůle a pečujme o zušlechtění svého smýšlení v duchu Páně dobrou duchovní četbou.

**Ježiš povedal: „Zvnútra, z ľudského srdca, vychádzajú zlé myšlienky, smilstvá, krádeže, vraždy, cudzoložstvá, chamtivosť, zlomyseľnosť, klamstvo, necudnosť, závisť, rúhanie, pýcha, hlúposť. Všetky tieto zlá vychádzajú zvnútra a poškvrňujú človeka.“**   
  
Pri pohľade, koľko ľudí má ešte dnes nesmierny problém s tým, že si v piatok dá klobásku, sa zdá, že sme z Ježišovho pôsobenia ešte mnoho nepochopili. Už dvetisíc rokov pred nami Ježiš zrušil možnosť poškvrniť sa akýmkoľvek jedlom (por. Mk 7, 19). Ježiš sa nemienil zaoberať „žalúdočnými procesmi“. Šiel priamo na vec – do srdca. Procesy v ňom totiž nie sú až také jednoduché. Ak v srdci človeka prepukne trebárs taká „obľúbená činnosť“, akou je závisť, môže sa tváriť, že je všetko v poriadku, vnútorne ho to ale nahlodáva a v najmenej očakávanej chvíli zmýšľanie jeho srdca vyjde na povrch (por. Lk 2, 35). To, čo vyjde z jeho srdca, je pritom oveľa nebezpečnejšie ako nevhodné piatočné jedlo, pretože toto má moc rozbiť vzťahy a zraňovať ľudí. Preto Ježiš výstižne hovorí: „Kde je tvoj poklad, tam bude aj tvoje srdce.“ (por. Mt 5, 21) Ak sú pre človeka pokladom ľudia a vzťahy, a nie iba zachovanie nejakého marginálneho príkazu, ktorý sa rokmi stal jedným z najdôležitejších, potom to pochopil.

(Ježiš) povedal (zástupu): „Človeka nemôže poškvrniť nič, čo vchádza doň zvonka.“   
Mk 7, 14 – 23, 1 Kr 10, 1 – 10; Ž 37   
  
Podľa niektorých farizejov sa človek znečistí už tým, že sa dotkne jedla, na ktoré predtým siahal nejaký nečistý človek. Farizejmi a zákonníkmi prezentované náboženstvo príkazov a zákazov je defenzívne. Najlepšie by pre nich bolo, keby každý mal na čele ceduľku: „Nedotýkať sa! Som nečistý!“ Pilát si pri Ježišovej poprave umýval ruky, farizeji a zákonníci sa to snažili urobiť rafinovanejšie – vôbec si ich neušpiniť. Voči ľuďom, ktorých označkovali ceduľkou „nečistý“, už nemuseli vykonať žiaden skutok. Zmenšovali tak pole svojej pôsobnosti. Nakoniec zistili, že stačí prejavovať lásku len voči tým, ktorí ju prejavujú im (por. Mt 5, 47). Ježiš odmieta štítky na čelách a kasty. Ak hovorí, že človeka nemôže znečistiť nič, čo doň vchádza zvnútra, hovorí to z vlastnej skúsenosti. A nielen hovorí, ale aj koná. Večeria s mýtnikmi, hriešnikmi a ľahkými ženami. Zmýva im z čiel „Kainovo znamenie“. A toto zmývanie a likvidovanie akýchkoľvek hraníc je „druhým krstom“, ktorým sa napĺňa ten prvý.