

Jubilejný večer – Identita

(Uzdravenie pohľadu na seba samého a odpustenie sebe samému)

Liturgia slova:

1. čítanie: Gn 1, 26-31 (stvorenie človeka)

Evanjelium: Mt 22,37-39 (Prvé prikázanie) alebo Jn 15,9n (o láske Boha) alebo Jn 17,21-23 (milovať sa navzájom)

1. Cieľ katechézy:

- zdefinovanie identity, ktoré vychádza z prvej témy: znova vykreslenie, čo znamená byť synom a dcérou Nebeského Otca.
- V Božom Duchu poznať svoje obdarovania a svoje limity.
- Pravidlá sebaaprijatia.

2. Homília

Drahí bratia a sestry,

v dnešný večer chceme hovoriť o uzdravení pohľadu na seba samého. Základy k tejto téme sme už kládli v prvých jubilejných večeroch, keď sme hovorili o tom, že Boh nás miluje osobne ako Otec, keď sme hovorili o tom, že Boh nás miluje bezpodmienečnou láskou. A znova dnes chcem pripomenúť a zopakovať tú skvelú správu: Boh je tvoj Otec. Aj ty si Boží syn, aj ty si Božia dcéra. Toto je tak mocná správa, že má moc premeniť celé tvoje srdce, tvoj život, dokonca tvoju rodinu, náš národ aj celý svet. Toto je najmocnejšia správa, aká kedy bola na zemi vyslovená. Táto správa má moc zachrániť celý svet. Boh je tvoj Otec, si ním bezpodmienečne milovaný, milovaná. Verím, že sa to už teraz dotýka vašich srdc. Verím, že už teraz mnohí z vás skrze túto správu môžu prežívať, že sú milovaní, že už teraz mnohých z vás naplňuje Božia láska a rozlieva sa vo vašich srdciach.

No predsa aj napriek tomuto veľkému prúdu Božej lásky môžu byť prekážky, ktoré nám bránia prežívať Božiu lásku v plnosti alebo dokonca niektorým bránia úplne ju prežívať. Čo je teda jednou z najväčších prekážok prežívania Božej lásky? Je to sebaneprijatie alebo sebaodmietnutie. Ak nedokážem prijímať sám seba a tešiť sa zo seba, ako môžem mať sám seba rád? A ako potom môžem uveriť, že ma môže mať rád

Boh? Ako môžem veriť, že ma Boh má rád, ak sám sebou opovrhujem, podceňujem sa, dokonca sa nenávidím?

Dnes chceme búrať tieto múry, tieto klamstvá, ktoré nám bránia prežívať Božiu lásku, Božou pravdou, lebo Pán Ježiš hovorí: „*Spoznáte pravdu a pravda vás vyslobodí*“ (Jn 8, 32). Aká je jedna z prvých právd, ktorú Boh povedal o človeku? Je to táto: **keď Boh stvoril človeka povedal, že „je to veľmi dobré“** (Gn 1, 31). Toto je správa o človeku, toto je správa o tebe, toto je správa o mne: si stvorený z Božej vôle, Boh ťa chcel, a si veľmi dobrý. Skús to o sebe povedať: som veľmi dobrý. Boh ťa stvoril veľmi dobre. Ako to znie v tvojom srdci? Prináša ti to pokoj, radosť? Alebo, naopak, hnev či smútok? Prečo je to také kľúčové? Lebo keď neprijímame túto pravdu, robíme z Boha klamára! Boh o tebe hovorí „je to veľmi dobré“, ale keď neprijímame samých seba, keď sa nemáme radi, tak tým Boha presviedčame a hovoríme mu: „Bože, ty sa mylíš. Bože, ale ved' ja nie som spokojný so svojimi vlasmi, so svojimi očami, so svojimi rukami, so svojím hlasom, so svojím telom, so svojimi schopnosťami, so svojou inteligenciou, s celým svojím vzhlľadom, Bože, ty sa mylíš, Bože, ty klameš“.

Písmo hovorí, že Boh stvoril človeka ako muža a ženu. Ak máš problém prijať to, kým si, svoju identitu muža alebo ženy, vedz, že Bohu to môžeš odovzdať a zveriť. On rozumie tvojemu utrpeniu. On ti môže pomôcť prijať to, kým si, dovoľ mu to. Boh to chce a môže urobiť.

Tu je potrebné povedať, že telo človeka, keďže je ranené hriechom, môže mať isté nedokonalosti. Dokonca veľmi veľké. Niektorí môžu byť ťažko chorý, môžu byť na vozíčku, a to je veľké utrpenie. Ale Boží pohľad je predsa iný ako náš. Pre Boha má každý človek — akokoľvek chorý alebo trpiaci — rovnakú, to znamená nevyčísliteľnú hodnotu. Pre každého z nás Boh obetoval svojho Syna — to najcennejšie, čo má. Sv. Alfonz z Liguori hovorí, že ak by pre jedného človeka bolo potrebné ísť znova na kríž, Boží Syn by to urobil. Ak by to bolo potrebné, visel by tam až do konca sveta. Keď Boh ukázal sv. Kataríne Sienskej krásu duše, povedala: „*Ak by som nevedela, že je to duša človeka, začala by som sa jej klaňať ako Bohu, taká je krásna*“.

Čiže prvý krok k seba prijatiu je prijať svoju osobnosť tak, ako ju vidí Boh. V Božom slove na jednom mieste čítame, čo Boh povedal prorokovi Samuelovi: „*Nehľad' na jeho výzor a na výšku jeho postavy, lebo ho nepokladám za súceho. Ved' Pán nehľadá, ako hľadá človek. Lebo človek hľadá na výzor, ale Pán hľadá na srdce*“ (1 Sam 16, 7). Boh stvoril tvoje srdce, tvoju osobnosť a prijíma ťa takého, aký si. Stvoril ťa pre seba a teší sa na spoločenstvo s tebou a keď hľadá na teba, vidí v tebe časť svojho srdca, ktoré do teba vložil. On nehľadá ako človek. Uver v jeho láskyplný pohľad! Uver, že pre tvoje srdce,

ktoré on stvoril, si hodný lásky. Prijmi svoju osobnosť, svoj charakter tak, ako ho vidí Boh.

Druhá zásadná pravda, ktorá nás určuje, definuje, a otvára na seba prijatie a prijatie Božej lásky je, že **v Kristovi sme novým stvorením**. Ježiš hovorí: „*Všetko tvorím nové*“ (Zjv 21, 5). Táto pravda nás učí, že starý človek je mŕtvy a v Kristovi sme novým stvorením. Pre mnohých je ťažké prežívať Božiu lásku a prijať seba samého kvôli ich minulosti. No, Boh ti hovorí, že v Kristovi si novým stvorením. Preto môžeš svojmu starému „ja“ povedať, že ty si nový, a že so starým „ja“ nemáš nič spoločné. Môžeš odmietnuť všetky výčitky Zlého ducha, ktorý ti pripomína tvoje staré hriechy a zlyhania. Boh vo svojom slove hovorí: „*Tvoje hriechy hádzem za svoj chrbát a viac ti ich nepripomeniem*“ (Iz 43, 25).

Keď istý kňaz, ktorý chcel preveriť pravosť zjavení sv. Margite Márii Alacoque, a povedal jej, aby sa Ježiša opýtala na jeho posledný ťažký hriech, ktorý vyznal vo sv. spovedi, Ježiš odpovedal, že už si nepamätá.

Uver, že v Kristovi si novým stvorením a odmietni pocit viny a obžalovávanie pre svoju minulosť. Nech ti to nebráni prežívať, že si Bohom milovaný, milovaná. Ak je častokrát pre nás ľahšie odpustiť všetkým ostatným, ako sebe samým, je to aj preto, že do toho vstupuje naša pýcha. Je ťažké prijať, že som to ja urobil, že ja som zlyhal: „*Ja som bol toho schopný, ja som taký?*“ Áno, pretože aj ty si hriešny, aj ty občas zlyháš, aj ty občas natrafiš na svoje limity. Nebuď tak veľmi prekvapený, keď sa ti niečo nepodarí, nebuď pyšný a odpusť aj sám sebe. Boh ti odpustil a odpúšťa.

Tretí krok k seba prijatiu je **prijať Boží plán vo svojom živote**. V Knihe Sudcov sa píše: „*Tu prišiel Pánov anjel a sadol si pod dub pri Efre, ktorý patrila Abiezerovcovi Joasovi, keď práve jeho syn Gedeon mlátil pšenicu na lise, aby ju zachránil pred Madiánčanmi. Pánov anjel sa mu zjavil a prihovoral sa mu: „Pán s tebou, udatný hrdina“* (Sdc 6, 11-12). V tom čase Gedeon určite nebol hrdina. Pochádzal z národa, ktorý bol utláčaný, jeho kmeň bol najmenší v národe, jeho rodina najmenej významná zo všetkých rodín toho kmeňa a zároveň pochádzal z najmenej významného mesta, pričom bol sám najmenší z rodiny a práve sa balil a chcel zo strachu ujsť. Ale sám Pán ho nazýva udatným hrdinom, lebo to bol Boží plán pre jeho život. Boh v ňom videl hrdinu, Boh v ňom videl veľký potenciál.

Podobne, ako keď Ježiš povedal sv. Petrovi: ty si skala. A on v tú chvíľu skalou nebol, možno skôr trstinou zmietanou vetrom. No, Ježiš v ňom videl skalu, pretože to bol Boží plán s jeho životom. A aj s твоjím životom má Boh plán. Nie si o nič menší ako Gedeon alebo Peter. Iba prijmi Boží plán pre tvoj život. Uver, že jeho vôľa je pre tvoj život to najlepšie, aj keď bude plný výziev a poznačený pádmi, ťažkosťami a krížmi.

Dokonalý svet bude až v nebi; dovtedy, ak ti Ježiš dáva podiel na svojom vykupiteľskom diele, dáva ti podiel na svojom kríži.

A po štvrté, **prijmi seba vzhľadom na druhých**. Prestaň sa porovnávať, nehľad ako ťa vidia druhí, ale pozeraj ako ťa vidí Boh. V 1 Kor 1, 27 sa píše: „Ale čo je svetu bláznivé, to si vyvolil Boh, aby zahanbil múdrych, a čo je svetu slabé, vyvolil si Boh, aby zahanbil silných“. Pre Boha si vyvolený. On si ťa vyvolil za svojho syna, dcéru, dediča! On sa rozhodol, že chce s tebou stráviť celú večnosť a teší sa na to, aj keď má svet na teba svoj pohľad, ranený hriechom, závišťou, porovnávaním, zlobou a odmietnutím. Ak mal Ježiš nepriateľov, budeš ich mať aj ty. Preto sa vždy vracaj k Božiemu pohľadu a nehľadaj svoju hodnotu vo svete alebo v ľuďoch, ale v Bohu. A nebuď prekvapený týmto svetom!

Na záver dovoľte, drahí bratia a sestry, aby som zhrnul, čo bolo dnes povedané, do **dvoch pravd a piatich pravidiel seba prijatia**:

Prvá pravda: **Keď ťa Boh stvoril, povedal: je to veľmi dobré.**

Druhá pravda: **V Kristovi si novým stvorením, starý človek je mŕtvy.**

Pravidlá seba prijatia, ktoré vyplývajú z povedaného:

1. **Prijmi skutočnosť, že budeš mať nepriateľov**, že stále bude niekto, kto bude proti tebe bojovať..
2. **Prijmi skutočnosť, že aj zlyháš**, že niečo pokazíš a že niekedy aj v tom, v čom si dobrý, to nevyjde, že skrátka aj zhrešíš.
3. **Prijmi skutočnosť, že neočaríš každého**, nie každý bude hneď tvoj priateľ, vždy bude niekto, komu budeš vadiť a nebude za tým nijaký dôvod.
4. **Prijmi skutočnosť, že máš svoje hranice a limity**: nedokážeš všetko a nie si vo všetkom najlepší.
5. **Prijmi kríž**. Vo svete ranenom hriechom budeš zažívať aj utrpenie, bolesť, chorobu, nepochopenie a odmietnutie.

Boh ťa chcel a stvoril ťa, lebo ťa plánoval. Si plodom Božej lásky, nech okolnosti tvojho počatia či narodenia alebo tvojej rodiny boli akékoľvek. A dnes ti Boh chce novým spôsobom ukázať a zjaviť, že sa z teba teší a že je na teba hrdý. Amen.

3. Adorácia

Vyloženie Najsvätejšej sviatosti: Pieseň

- Nech je zvelebený Ježiš prítomný v Najsvätejšej sviatosti oltárnej.
- Od tohto času až naveky.

Modlitba

Žalmista hovorí: *Pane, ty si stvoril moje útroby, utkal si ma v živote mojej matky. Chválim Ťa, že si ma utvoril tak zázračne; všetky tvoje diela sú hodny obdivu a ja to veľmi dobre viem. Moje údy neboli utajené pred tebou, keď som vznikol v skrytosti, utkávaný v hĺbinách zeme. Tvoje oči ma videli, keď som ešte nebol stvárnenný, a v tvojej knihe boli zapísané všetky moje dni, len pomyselne, lebo som ešte ani jeden neprežil. (Ž 139, 13-16)*

Modlime sa teraz spoločne a ďakujeme Pánovi za svoj život a za všetko čím nás v ňom obdaroval.

Pane Ježišu, ďakujem ti za tvoj plán, ktorý máš s každým jedným z nás, že tu nikto nie je náhodou, že každý je tu teraz je preto, že si ho ty chcel. Chválim Ťa, Ježiš, že teraz sa pozeráš na každého z nás s veľkou láskou.

Prosíme Ťa, zošli teraz na nás svojho Ducha Svätého, aby nám pripomenul všetky situácie, v ktorých sme boli zranení a aby nás nimi previedol. Zošli svojho Ducha, Ducha pravdy, aby sme sa otvorili tvojej pravde o nás a dokázali sme ju prijať. Príď, Duchu Svätý.

Pieseň (k Duchu Svätému)

Ježišu, ďakujem ti za dar života, ktorým si ma obdaroval. Ďakujem ti za všetky dary a talenty, ktoré si mi vložil do srdca. Vďaka ti, Pane, za moje telo, za jeho krásu a silu, za to, že môžem počuť, vidieť, cítiť, dotýkať sa a prežívať svet okolo seba. Vďaka ti, Pane, za telo, ktoré je určené pre spásu, aj keď je ranené hriechom či chorobou. Vďaka ti, Pane, za srdce, ktoré môže milovať a byť milované. Vďaka ti, Pane, za môj charakter, za povahu, za vlastnosti, za všetky skúsenosti, ktoré ma učia žiť a posilňujú na ceste k tebe. Vďaka ti za osobnosť, ktorú si mi dal, za schopnosť rásť a meniť sa. Vďaka ti, Pane, za každý deň života, za každý nádych a úder srdca. Buď oslávený navždy. Amen.

Modlitba pokánia a odpustenia

Drahí bratia a sestry, budeme sa teraz modliť modlitbu pokánia, ktorou budeme prosiť Boha o odpustenie za to, že sme samých seba neprijímali, a budeme prosiť Ježiša o silu

odpustiť sebe samým situácie, ktoré nás dodnes trápia, a nevieme sa cez ne preniesť. Modli sa spolu so mnou vo svojom srdci a aspoň šeptom opakuj slová: *Ježišu, odpusť mi.*

Pane, prichádzam teraz k tebe so srdcom plným pokory a s prosbou o odpustenie. Odpusť mi, že som neveril tvojmu pohľadu na seba, že som nevidel v sebe hodnotu a krásu, ktorú si do mňa vložil. Ty nás učíš milovať samých seba, pretože si nás stvoril na svoj obraz a na svoju podobu. Odpusť mi, že som neveril tvojmu Slovu, že som sa neprijímal, že som sa nenávidel, že som nemiloval seba samého. Zriekam sa všetkej nenávisti voči sebe samému a všetkej sebaľútosti, ktorá ma až doteraz držala v otroctve (chvíľa ticha).

Pane, odpusť mi, že som si ubližoval a že som sa poškodzoval. Zriekam sa Ducha smrti a nenávisti, ktorý ma držal v temnote. Odovzdávam ti svoje rany, svoje bolesti, svoju minulosť a prosím, uzdrav moje srdce. Nech odídu všetky výčitky, nech odíde všetka sebaľútosť a sklamanie. V tvojom mene, Ježiš, sa zriekam týchto temných myšlienok o sebe a svojom živote (chvíľa ticha).

Pane, ďakujem, že ma miluješ takého, aký som. Odpúšťam sám sebe všetky zlé rozhodnutia, nepremyslené či unáhlené konania, odpúšťam si všetky chyby a zlyhania, odpúšťam si aj to, že som veril klamstvám, že nemám hodnotu, že nič zo mňa nebude. Zriekam sa pocitu, že už môj život už nemá nádej, že vplyvom rôznych okolností je už všetko stratené, a dôverujem ti, že ty máš moc uzdraviť a obnoviť môj život. Zriekam sa myšlienok na smrť a samovraždu, ktoré by ma chceli držať v beznádeji. V tvojom mene Ježiš sa vzdávam týchto myšlienok a prosím ťa, aby si ma uzdravil a oslobodil (chvíľa ticha).

Pane, odpúšťam si aj to, že som neprijal svoje limity, odpúšťam si všetky zlé skutky a hriechy, ktorých som sa dopustil, aj tie najzávažnejšie. Ďakujem ti, Pane za tvoju nekonečnú milosť a lásku, ďakujem ti, že mi odpúšťaš a že si ku mne neustále milosrdný. Pomôž mi kráčať v tvojej pravde a slobode (chvíľa ticha).

Pieseň (s témou uzdravenia)

Modlitba sebaprijatia

Milostivý Pane, prichádzam k tebe s dôverou. Daj mi, prosím, radosť a odvahu prijať seba samého takého, aký som. Každý z nás je jedinečný, a v tom sa odzrkadľuje tvoja múdrosť i láska. Pomôž mi vidieť dary a talenty, ktoré si mi daroval, a vážiť si ich. Osvieť moje srdce, aby som nesúdil seba s prílišnou tvrdosťou, ale aby som sa tešil z toho, čo som dosiahol s tvojou milosťou.

Pane, daj mi silu prijať svoj vzhľad, svoje telo, svoju minulosť i svoje zlyhania. Nauč ma odpúšťať sebe samému, aby som sa nemusel trápiť kvôli pocitu menejcennosti či výčitkám. Pomôž mi vidieť, že som bol stvorený na tvoj obraz a že v mojej jedinečnosti je sa odzrkadľuje tvoja krása. Daj mi odvahu byť sám sebou, bez strachu, že nezapadnem, alebo že nebudem dosť dobrý.

Pane, upevni vo mne vieru v tvoju lásku a prijatie, aby som mohol žiť s vnútorným pokojom a dôverou. Pomôž mi rásť v seba prijatí každý deň a nájsť radosť v tom, kým som. Nech ma tvoja láska sprevádza na ceste života, lebo viem, že v nej som v bezpečí. Amen.

Pieseň (oslavná s témou požehnania)

Ďakujeme ti, Pane, že nám dávaš radosť zo seba samých, že nás tvoj pohľad, pohľad lásky a prijatia, uzdravuje. Ďakujeme ti, Pane, že pred tebou môžeme byť sami sebou, takí, akí sme a že sa nemusíme hanbiť. Ďakujeme ti, Pane Ježišu, že nás uzdravuješ a požehnávaš. Ďakujeme ti, že nás učíš žiť vzťah lásky s tebou, ktorá nás uzdravuje a pomáha nám prijať sa. Ďakujeme ti, že si dnes vstúpil do našich srdiec a že ich uzdravuješ. Prosíme, požehnaj nás, aby sme lásku, ktorú sme dnes prijali, vedeli dávať svojim bratom a sestrám. Aby sme skrze túto lásku vedeli svedčiť o tebe. Tebe nech je sláva a chvála teraz, i na veky vekov. Amen.

Záver adorácie: na úmysel Svätého Otca, Tantum ergo, eucharistické požehnanie

Pane Ježišu, vo vznešenej Oltárnej sviatosti zanechal si nám pamiatku svojho umučenia a zmŕtvychvstania; prosíme ťa, pomáhaj nám uctievať tajomstvo tvojho tela a krvi s takou vierou a láskou, aby sme vždy pociťovali účinky tvojho vykupiteľského diela. Lebo ty žiješ a kraľuješ na veky vekov. Amen.