

## Liturgia domácej cirkvi

### 4. pôstna nedeľa „B“

*Rodina – miesto uzdravenia a darujúcej sa lásky*

#### 1. Úvodné obrady

Na stôl položte kríž alebo ikonu alebo obraz Sv. Rodiny, zažatú sviecu a Sv. Písmo.

Skratka **V** označuje otca, matku, prípadne podľa situácie niekoho iného, kto vedie liturgiu; skratka **S** označuje spoločné odpovede.

**V:** V mene Otca i Syna i Ducha Svätého.

**S:** Amen.

**V:** Dnešnou štvrtou pôstnou nedeľou vstupujeme do druhej polovice pôstneho obdobia. Táto nedeľa sa volá aj nedeľa „*laetare*“ – radostná nedeľa. Radostná preto, lebo najväčšie sviatky nás kresťanov – veľkonočné sviatky – sviatky nášho vykúpenia z otroctva hriechu a smrti sa blížia. Čím viac sa blížia, tým viac sa usilujeme na ne pripraviť. Putovanie pôstom je veľa krát náročné, preto si v tejto chvíli znovu obnovme túžbu po premene našich srdcí a životov. Radosť sa rodí v čistom srdci a vychádza z čistého srdca. Nech nás Ježiš, lekár duše a tela, uzdraví z hriechov a z následkov rán, ktoré v nás hriech zanechal. Sv. apoštol Peter vo svojom Prvom liste píše: „*On sám vyniesol naše hriechy na svojom tele na drevo, aby sme zomreli hriechu ... Jeho rany vás uzdravili*“ (1Pt 2, 24). Chceme sa v tejto chvíli a v nasledujúcich dňoch zahľadiť na kríž a urobiť z našej rodiny miesto odpustenia, uzdravenia a darujúcej sa lásky. Pozerať na kríž znamená pozerať na lásku, ktorá sa nám daruje, aby nám darovala život. „*Ved' Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodeného Syna, aby nezahynul nik, kto v neho verí.*“

**S:** „*Ale aby mal večný život.*“ (Jn 3, 16)

**V:** Pane, v tejto chvíli ticha ťa prosíme o odpustenie našich previnení. Zhliadni vo svojom milosrdenstve na nás a odpusť nám naše hriechy, ktoré sme spáchali myšlienkami, slovami, skutkami alebo zanedbaním dobrého.

#### Chvíľa ticha

**V:** Na znak vzájomného odpustenia si teraz dajme znak pokoja. (Primeraným spôsobom a podľa zvaženia si prítomní vymenia znak pokoja)

**V:** Nebeský Otče, ďakujeme ti za dar tvojho milovaného Syna. Pri pohľade na kríž ťa prosíme, aby si nám odpustil hriechy, ktoré sme spáchali z našej slabosti. Uzdrav naše srdcia, uzdrav a premeň naše vzájomné vzťahy. Urob z nás synov a dcéry svetla a daj, aby sa v našich skutkoch zrkadlila tvoja láska, pravda a dobrota a tak nás naplnila pravá radosť. O to ťa prosíme skrze Krista, nášho Pána.

**S:** Amen.

## **2. Spoločná modlitba Žalmu 89 (ak je možné, môže sa spievať)**

**V:** *Tvoje milosrdenstvo, Pane, ospevovať budem naveky.*

**S:** *Tvoje milosrdenstvo, Pane, ospevovať budem naveky.*

Pánovo milosrdenstvo chcem ospevovať naveky; \*

po všetky pokolenia hlásať svojimi ústami tvoju vernosť.

Ved' ty si povedal:

„Moje milosrdenstvo je ustanovené naveky.“ \*

Tvoja vernosť je upevnená v nebesiach. **S:**

„Zmluvu som uzavrel so svojim vyvoleným, \*

svojmu služobníkovi Dávidovi som prisahal:

Naveky zaistím tvoj rod \*

a postavím tvoj trón, čo pretrvá všetky pokolenia.“ **S:**

On bude volať ku mne: „Ty si môj otec, \*

môj Boh a útočisko mojej spásy.“

Naveky mu svoju milosť zachovám \*

a pevná bude moja zmluva s ním. **S:**

## **3. Evanjeliový úryvok**

**V:** Čítanie zo svätého evanjelia podľa Jána (Jn 3, 14-21)

Ježiš povedal Nikodémovi: „Ako Mojžiš vyzdvihol na púšti hada, tak musí byť vyzdvihnutý aj Syn človeka, aby každý, kto verí, mal v ňom večný život.“

Ved' Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodného Syna, aby nezahynul nik, kto v neho verí, ale aby mal večný život. Lebo Boh neposlal Syna na svet, aby svet odsúdil, ale aby sa skrze neho svet spasil.

Kto v neho verí, nie je súdený. Ale kto neverí, už je odsúdený, pretože neuveril v meno Jednorodného Božieho Syna.

A súd je v tomto: Svetlo prišlo na svet, a ľudia milovali tmu viac ako svetlo, lebo ich skutky boli zlé. Ved' každý, kto zle robí, nenávidí svetlo a nejde na svetlo, aby jeho skutky neboli odhalené. Ale kto koná pravdu, ide na svetlo, aby bolo vidieť, že svoje skutky koná v Bohu.

**V:** Počuli sme slovo Pánovo.

**S:** *Chvála tebe, Kriste.*

## **4. Zamyslenie (Ako katechetická pomôcka môže poslúžiť lekárnička - symbol kríža na nej, ako symbol Ježišovho kríža, symbol prvej pomoci a uzdravenia. Obsah lekárničky, lieky – symbol Božej milosti, ktorou nás Ježiš lieči a uzdravuje z kríža...)**

**V:** V dnešnom evanjeliu sme počuli rozhovor Nikodéma s Ježišom. Nikodém patril medzi významných farizejov. Prichádza za Ježišom v noci, aby sa s ním porozprával, pretože videl, že Ježiš nebude len takým obyčajným mužom. Videl znamenia, ktoré Ježiš robil a Nikodémovi bolo jasné, že on je Božím mužom, mužom, ktorého poslal Boh. Chcel ho preto viac spoznať.

Nikodém ako žid a farizej veľmi dobre poznal dejiny svojho národa. Ježiš to vie a preto sa v rozhovore s ním preto vracia približne o 1200 rokov späť, až k Mojžišovi a tomu, ako Boh prostredníctvom Mojžiša oslobodil Izraelitov z Egyptského otroctva. Potom, ako

Boh vyslobodil Izraelitov z Egypta, sprevádzal ich 40 rokov po púšti do zaslúbenej zeme. Izraeliti však neraz šomrali na Pána Boha a boli nespokojní. Aj my sme niekedy nespokojní a veľa šomreme: „A prečo ja musím vyniesť smetí? Prečo práve ja dnes musím vysávať? A prečo znovu ja, prečo nie on?...“ **Šomranie a nespokojnosť robí naše srdce i vzťahy „horkými“ a oberá nás o skutočnú radosť zo života.** Po jednom takom šomraní Boh dopustil na Izraelitov množstvo hadov, ktoré ich hrýzli a mnohí z nich zomreli. Mojžišovi bolo ľúto ľudí, preto sa modlil k Bohu a prosil ho, aby im odpustil ich hriechy a zbavil ich jedovatých hadov. Boh povedal Mojžišovi: „*«Urob medeného hada a vyves ho na žrd! Potom každý, kto naň pozrie, ostane nažive.»* Mojžiš teda urobil medeného hada a vyvesil ho na žrd'. *A keď niekoho hady uhryzli a on pozrel na medeného hada, ostal nažive“* (Nm 21, 8-9). Ježiš sa vracia k tejto dávnej udalosti a Nikodémovi hovorí: „*Ako Mojžiš vyzdvihol na púšti hada, tak musí byť vyzdvihnutý aj Syn človeka, aby každý, kto verí, mal v ňom večný život.*“

Ježiš sa prirovnáva k medenému hadovi. On nie je vyzdvihnutý na žrd', ale na kríž. My sme tí, ktorí v tomto živote putujeme do zaslúbenej zeme, ktorou je nebo. Avšak aj nás neraz pohryzú akési „hady“, ktoré nám spôsobujú duchovnú smrť. Takými hadmi môže byť napr. mobil, počítač, internet, televízia. Čo môže spôsobiť ich uštipnutie? Otrávenie jedom, ktoré sa prejaví napr. tým, že premárnime čas a nevyužijeme ho správne. Alebo, že v nich sledujeme niečo, čo otrávi našu dušu. Alebo nás tieto hady nainfikujú jedom lenivosti a neochoty – radšej sa budem hrať počítačovou hru, akoby som pomohol rodičom či súrodencom. Ďalej môže byť takým „hadom“ jedlo (napr. sladkosti), ktoré ma nakazia jedom nemiernosti, pažravosti, neochoty podeliť sa s inými. Alebo „hadom“ sa môže stať môj jazyk, ktorým „uštipnem“ môjho blížneho tým, že mu poviem zlé slová, pohádam sa s ním, budem naňho žalovať, posudzovať ho, ohovárať, odvrátať. ... **(Možnosť interakcie o ďalších „hadoch“ a ich následkoch...).**

**Hriech je ako jed, ktorý v našom srdci zabíja lásku k Bohu i lásku medzi nami. Boh Otec však poslal „protijed“, ktorým nás chce vyliečiť, uzdraviť z našich hriechov a darovať nám večný život.** Tým „protijedom“, čiže liekom je jeho vlastný Syn a jeho milosrdná láska. **Ježiš je lekárom, ktorý nelieči v nemocnici, ale lieči nás z kríža tým, že nám odpúšťa hriechy a uzdravuje rany po hriechoch.** „*Veď Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodeného Syna, aby nezahynul nik, kto v neho verí. Ale aby mal večný život.*“ Ježiš nás neprišiel odsúdiť, ale prišiel nás spasiť. **On odsudzuje zlo a hriech, ktorý sme spáchali, ale nás miluje a prijíma.**

Počas nasledujúceho týždňa chceme s pokorou a kajúcim srdcom často hľadiet na Ježiša na kríži, prosiť ho o odpustenie a ďakovať mu zaň. Do nastávajúcich dní si dajme predsavzatie, že **pri večernej modlitbe si budeme dobre spytovať svedomie.** Budeme pritom prosiť, aby Ježiš do nás vstúpil so svetlom svojho Ducha Svätého a spoznali zlo, ktoré sme počas dňa spáchali. Zároveň ho budeme prosiť, aby nám mocou svojho Ducha dal spoznať to, ako veľmi nás miluje a je pripravený nám naše hriechy odpustiť. Tak sa naša rodina stane miestom odpustenia a uzdravenia. Napokon si dajme **predsavzatie, že ako Ježišovi učeníci sa s jeho pomocou budeme usilovať konať skutky svetla, aby sa naša rodina stala miestom sebadarujúcej lásky a radosti.** Sme pútnikmi do zaslúbenej zeme, no nebo môže byť sčasti prítomné už tu a to v našich skutkoch, pretože tie sú malými krokmi na ceste do večného života.

**(Ak niekto chce, môže sa podeliť o krátku myšlienku, ktorá ho oslovila z Božieho slova. Prikladám obrázok**

**V:** Teraz môžeme využiť naše hudobné talenty a spolu si zaspievať pieseň a osláviť ňou dobrého Pána Boha.

(Je možné spolu zaspievať pieseň napr. z JKS 146 „[Ku krížu svätému](#)“ alebo „[Ó láska, nádej spása](#)“ alebo „[Jeho rany](#).“ alebo inú vhodnú pieseň. Ak niektorí členovia rodiny hrajú na nejaký hudobný nástroj, môžu ho využiť...)

## 5. Prosby

(Prosby si môžu jednotliví členovia rozdeliť a postupne predniesť.)

**V:** Pane, pri pohľade na tvoj kríž ťa pokorne prosíme:

**S:** *Pane, zmiluj sa nad nami a odpusť nám.*

- Za to, že si nebol vždy na prvom mieste v mojom živote a v živote našej rodiny. **S:**
- Za to, že sme viac dôverovali sebe ako tebe. **S:**
- Za to, že sme dávali prednosť iným veciam pred modlitbou a čítaním Sv. Písma. **S:**
- Za to, že sme boli leniví. **S:**
- Za to, že sme boli nevšímaví voči druhým. **S:**
- Za to, že sme nesprávne využívali čas. **S:**
- Za to, že sme boli neporiadni vo svojich veciach. **S:**
- Za to, že sme neboli ochotní sa podeliť s inými o tvoje dary. **S:**
- Za to, že sme šomrali, alebo svojim jazykom ublížili iným. **S:**

(Jednotliví členovia môžu povedať vlastné prosby.)

## 6. Modlitba duchovného svätého prijímania

**V:** Keďže dnes, ani v najbližších dňoch nemôžeme ísť do kostola a prijať Pána Ježiša v Eucharistii, chceme ho prijať skrze duchovné sväté prijímanie. Na chvíľu sa stíšme vo svojom srdci

Chvíľka ticha

**V:** Teraz pomaly a sústredene prednesme spoločne nasledujúcu modlitbu:

**Všetci sa spoločne modlia:**

Môj Ježišu, verím, že si v Najsvätejšej oltárnej sviatosti skutočne prítomný.

Klaniam sa ti a milujem ťa nadovšetko.

Z lásky k tebe ľutujem všetky svoje hriechy.

Sľubujem, že sa budem vyhýbať každej hriešnej príležitosti.

Moja duša túži po tebe, ale keďže ťa teraz sviatostne nemôžem prijať, príd' aspoň duchovne so svojou milosťou do môjho srdca.

Daj, aby som vždy žil v tvojej milosti, a tak plnil tvoju vôľu.

Ty žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen. (sv. Alfonz z Ligouri)

## 7. Modlitba Pána (Členovia rodiny sa môžu chytiť za ruky.)

**V:** Teraz sa s dôverou a láskou obráťme na nášho nebeského Otca a modlime sa tak, ako nás to naučil sám Pán Ježiš.

**S:** **Otče náš...**

**8. Záverečné požehnanie** (Rodičia požehnajú deti tak, že im dajú na čelo znak kríža. Podobne manželia sa požehnajú vzájomne tak, že si dajú na čelo znak kríža. Pritom hovoria nasledujúce slová:)

**(Meno) Žehnám Ťa v mene Otca, i Syna, i Ducha Svätého. Amen.**

**V:** Zakončíme našu domácu liturgiu tým, že Márii, Kráľovnej rodiny i sv. Jozefovi, zveríme našu rodinu, našu farnosť, celú Cirkev, našu vlasť i celé ľudstvo, najmä tých, ktorí sa nachádzajú v ťažkostiach a utrpeniach.

**S: Zdravas Mária... alebo Pod tvoju ochranu...**

**V:** Svätý Jozef, ochranca rodín

**S: Oroduj za nás!**

**V:** Dobrorečme Pánovi.

**S: Bohu vďaka.**