

## Ako duchovne žiť v aktuálnej situácii

Na vzniknutú situáciu zareagoval Svätý Otec František, ktorý v mnohých príhovoroch povzbudzuje veriacich v týchto ťažkých časoch epidémie: „Ak nenájdeš kňaza, aby si sa vyspovedal, hovor k Bohu, tvojmu Otcovi a povedz mu pravdu: ‚Pane, vyviedol som toto, toto a toto... Prepáč mi!‘ a pros o odpustenie s celým srdcom, so skutkom ľútosťi a sľúb mu: ‚Neskôr sa vyspovedám, no teraz mi odpusť.‘ A v tej chvíli sa vraciaš do Božej milosti.“

Slová, ktoré povedal 20. marca 2020 pri rannej homílii v Dome sv. Marty, doplníme Katechizmom Katolíckej cirkvi:

„Medzi úkonmi kajúcnika je na prvom mieste ľútosť. Je to „bolesť duše nad spáchaným hriechom a jeho zavrnutie s predsavzatím viac nehrešiť.“ (KKC 1451)

A ďalej:

„Keď ľútosť pochádza z lásky k Bohu milovanému nadovšetko, volá sa „dokonalá“ (je to ľútosť z lásky – *caritatis contritio*). Takáto ľútosť odpúšťa všetky hriechy; dosiahne aj odpustenie smrteľných hriechov, ak zahŕňa pevné predsavzatie pristúpiť k sviatostnej spovedi, len čo to bude možné.“ (KKC 1452)

Čas epidémie je presne o tomto. Vykonať úkon ľútosťi a aj napriek tomu, že k individuálnej spovedi pristúpim až pri najbližšej možnosti, týmto úkonom ľútosťi sa mi dostáva odpustenie.

Aj k takto vzbudenej dokonalej ľútosťi, ktorá nahrádza osobnú svätú spoveď sa odporúča podľa možnosti pripraviť spytovaním svedomia podobne ako pred osobným vyznaním hriechov.

Slovne si možno dokonalú ľútosť vzbudiť akoukoľvek formou, teda vlastnými slovami, ktoré obsahujú tú dôležitú podstatu: „Bože, ľutujem hriechy z lásky k tebe, nie zo strachu pred trestom alebo kvôli nejakým výhodám, a vyspovedám sa, len čo to bude možné. Môže teda byť vykonaná aj so sprievodnou formou obvyklou pri osobnej svätej spovedi.“

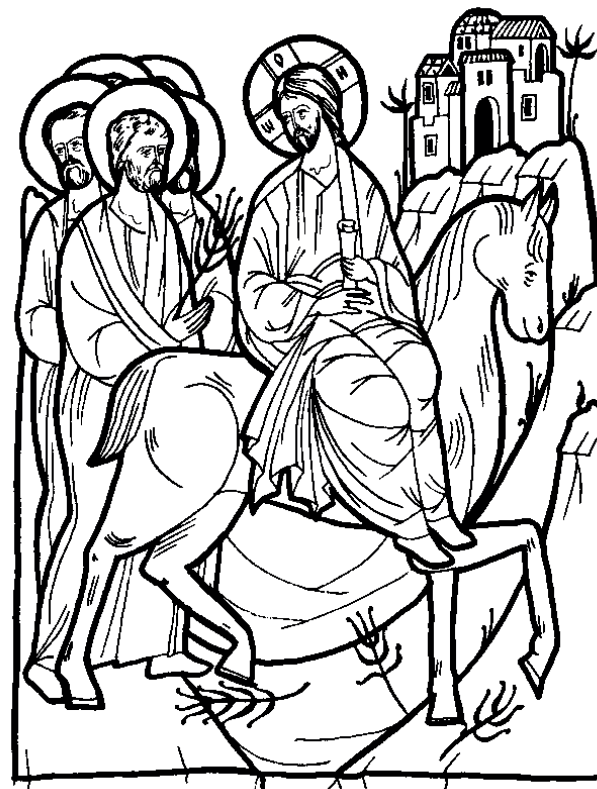
### Možnosť získania plnomocných odpustkov

Apoštolská penitenciária v piatok 20. marca 2020 vydala dekrét, ktorým Cirkev **umožňuje získať plnomocné odpustky ľuďom nakazeným koronavírusom, ale aj tým, ktorí ich ošetrojú, ako aj všetkým veriacim na svete, ktorí sa za nich modlia.**

Bezprostredne ohrozené skupiny ľudí môžu získať plnomocné odpustky už po modlitbe **Verím, Otčenáš a Raduj sa, Bohorodička** v spojení s túžbou po splnení obvyklých podmienok získania odpustkov (**sviatostnú spoveď, sväté prijímanie a modlitbu na úmysel Svätého Otca**) hneď, ako to len bude možné. Týka sa to chorých na koronavírus, osôb, ktorým lekár nariadil karanténny režim, ako aj zdravotníckych pracovníkov a rodinných príslušníkov, ktorí riskujú svoj život tým, že sa starajú o chorých na koronavírus.

Ostatní veriaci si pre získanie odpustkov môžu vybrať z možností, ako sú: **Eucharistická adorácia, čítanie Svätého písma po dobu najmenej pol hodiny, prípadne sa môžu pomodliť Ježišovu modlitbu, nábožne sledovať liturgie a obrady cez televíziu internet, rádio, posvätný ruženec, krížovú cestu či Korunku Božieho milosrdenstva, prosiac Boha o skončenie epidémie, o úľavu pre chorých a o spásu tých, ktorých si povolal k sebe.**

Plnomocné odpustky môže získať aj veriaci, ktorý sa v bezprostrednej blízkosti



Ikona slávnostného Kristovho vstupu do Jeruzalema

smrti ocitne bez možnosti prijať sviatosť zmierenia, sväté prijímanie a pomazania chorých, V tomto prípade sa odporúča uctiť si Ukrižovaného Ježiša či kríž.

Počas týchto dní mnohí sledujú prenosy svätých liturgií cez internet alebo v televízii. V takejto situácii, keď nemáme možnosť fyzickým spôsobom prijať Eucharistiu, hojný duchovný úžitok môžeme získať aj tzv. duchovným prijímaním.

Duchovné prijímanie je „akt túžby po spoločenstve s Kristom, prítomným v Eucharistii, vzbudený vierou, ktorá pôsobí skrze lásku“. Duchovné prijímanie neznamená prijať Eucharistiu duchovne, ale prijať prítomnosť Krista v mojom živote, čo je jeden z účinkov Eucharistie. Je to túžba byť s Pánom, žiť s ním, byť v jeho prítomnosti.

V podstate môžeme do jednej modlitby spojiť aj akt dokonalej ľútosťi, aj vyjadrenie túžby po spoločenstve s Kristom, a to vlastnými slovami, ktoré môžu byť napríklad inšpirované modlitbou:

„Môj Ježišu, verím, že si v Eucharistii z lásky ku mne skutočne prítomný. Klaniam sa ti a milujem ťa nadovšetko. Z lásky k tebe ľutujem všetky svoje hriechy. Chcem sa hriechov chrániť. Moja duša túži po tebe. Ale keďže ťa v tejto chvíli sviatostne prijať nemôžem, príď aspoň duchovne so svojou milosťou do môjho srdca. Objímam ťa a spájam sa celkom s tebou. Nedaj, aby som sa niekedy od teba odlúčil. Amen.“