

Odpresyjuća pobožnosť v rodine

JUBILEUM 2025



CENTRUM PASTORÁCIE
MANŽELSTIEV A RODÍN

ÚVOD

Milí manželia, drahé rodiny!

Do vašej domácnosti sa dostávajú modlitbové texty odprosujúcej pobožnosti, ktorá vám ponúka **vzácnu príležitosť na vzájomné zmierenie**. Práve zmierenie má byť najcennejším darom a ovocím tohto výnimočného Jubilejného roka.

Všetko je v tomto Roku výnimočné – pretože **ty si výnimočný! Tvoja rodina je jedinečná a nenahraditeľná!** Bez nej, alebo bez ktoréhokolvek z vás, by bol svet chudobnejší a prázdnejší. Manželstvo a rodina sú miestom najväčšej lásky, no zároveň, žiaľ, neraz aj miestom bolesti a zranení. Preto je rodina **výnimočným priestorom pre odpúšťajúcu lásku**.

Texty a gestá tejto odprosujúcej pobožnosti vám majú pomôcť vyjadriť bolesť i ľútosť nad spáchanými hriechmi a krivdami, ale zároveň aj lásku, úctu a vzájomné prijatie. Veríme, že spoločná modlitba sa pre vás stane **výnimočným časom milosti**, keď vám Boh, bohatý na milosrdenstvo, dá zakúsiť silu odpustenia a premeny, a to aj cez slová, gestá či slzy, ktoré sa vďaka odpusteniu premenia na radosť z nového začiatku.

Nech sa táto odprosujúca pobožnosť stane pre vašu rodinu jedným z **najdôležitejších okamihov Jubilejného roka**. Vykročte k sebe s odpustením a zmierením a **staňte sa jeden pre druhého znamením nádeje!**

+ František

INŠTRUKTÁŽ K ODPROSÚJÚCEJ POBOŽNOSTI V RODINE

♥ PRÍPRAVA SRDCA

1. Otvorme svoje srdce a dovoľme Ježišovi, aby sa nás v tieto dni hlboko dotkol.

☀ DVA AŽ TRI DNI PRED POBOŽNOSŤOU

2. Manželia a rodičia – pripravte atmosféru v rodine:

- ✓ Najprv si prečítajte odprosujúcu pobožnosť a **nadchnite sa pre ňu.**
- ✓ **Nadchnite aj vaše deti** – už deň či dva vopred im o nej povedzte a vysvetlite jej krásu, hĺbku a dôležitosť.
- ✓ Pri večernej modlitbe sa **porozprávajte** o dôležitosti zmierenia, o vzájomnom odpustení a Ježišovej odpúšťajúcej láske.
- ✓ Môžete si prečítať napríklad:
 - *Podobenstvo o Dobrom Pastierovi (Jn 10, 11-15)*
 - *Podobenstvo o stratenej ovečke (Lk 15, 1-7)*

3. Štruktúra pobožnosti

I. Úvod

◆ Vzývanie Ducha Svätého

II. Čítanie Božieho slova

III. Dve hlavné časti:

1. Odprosenie a odpustenie v medzi blíznymi v rodine

- ✓ *Manželia* – obnovenie manželskej lásky Ježišom
- ✓ *Rodičia odprosia deti* – ako odpoveď prijatia odprosena sa deti pomodlia za rodičov
- ✓ *Deti odprosia rodičov* – ako odpoveď prijatia odprosena sa rodičia pomodlia za deti
- ✓ *Zmierenie medzi súrodencami* – spoločná modlitba súrodencov
- ✓ *Obrad pokoja*

2. Odprosenie Boha za hriechy v rodine

- ✓ *Prosba o odpustenie za hriechy nás i našich predkov*

IV. Modlitba zasvätenia rodiny Bohu

V. Modlitba chvály a vďaky za zmierenie

VI. Záverečné požehnanie členov rodiny

☀ DEŇ PRED POBOŽNOSŤOU

4. Spoločná príprava:

- ✅ Prejdite si jednotlivé časti pobožnosti.
- ✅ Čítajte texty označené červenou – sú **nevyhnutným** sprievodcom pobožnosťou.
- ✅ Rozdeľte si úlohy:
 - Kto bude čítať jednotlivé texty?
 - Kto povedie pobožnosť? „P“
 - ◆ Odporúča sa **otec ako kňaz**, ktorý zastupuje svoju rodinu pred Bohom.
 - ◆ Ten kto povedie pobožnosť je označený písmenom „P“.
 - ◆ Spoločné odpovede sú označené písmenom „S“.
- ✅ Pripravte si odporúčané alebo iné vhodné piesne.
- ✅ Ak máte len jednu tlačенú verziu, ďalšie si môžete stiahnuť na rodina.kapitula.sk

☀ V DEŇ POBOŽNOSTI – VEĽKÝ PIATOK

5. Príprava prostredia

🙏 Dôstojné miesto:

- Na stole: **kríž, zapálená svieca, obraz Božského srdca / Božieho milosrdenstva**
- **Podnos na obrúčky** (pre manželský obrad odpustenia a obnovu manželskej lásky)

👤 **Sviatočný odev** – vyjadruje úctu k Bohu i sebe navzájom.

🕒 Vhodný čas:

- Napríklad **okolo poludnia**, keď Ježiša ukrižovali.
- Vyhradiť si **dostatok času** – ide o jednu z najdôležitejších udalostí Jubilejného roka pre našu rodinu, ktorá potrebuje primeraný čas.
 - ◆ pobožnosť trvá **30-45 minút**

Nech je táto pobožnosť pre našu rodinu požehnaným časom zmierenia, odpustenia, prehlbenia lásky a stretnutia s našim milosrdným Bohom. 🙏🙏❤️😊

ODPROSUJÚCA POBOŽNOSŤ V RODINE

Jubileum 2025

1. Príprava

Pre dôstojný priebeh tejto pobožnosti je veľmi odporúčané, aby ste si ju prečítali vopred a dôkladne sa na ňu pripravili. Jednotlivé texty je potrebné rozumne a vopred rozdeliť. Taktiež je vhodné premyslieť navrhované gestá zmierenia, aby sa proces zmierenia a odpustenia skutočne prežil a vyjadril aj prostredníctvom tela, ktoré je znamením Boha a jeho lásky, prúdiacej v srdci blížneho. Tieto gestá je možné prispôbiť konkrétnym podmienkam a okolnostiam v rodine.

Na stôl položíme kríž, zapálime sviecu (môžeme pridať napr. sochu, obraz Božského srdca či Božieho milosrdenstva, ...). Pripravíme aj podnos na manželské obrúčky (pozri bod 4. I.).

Písmeno **P** označuje v texte toho, kto pobožnosť vedie. Písmeno **S** označuje spoločné odpovede všetkých.

Odporúča sa, aby pobožnosť viedol otec, ktorý podobne ako kňaz zastupuje svoju rodinu pred Bohom.

Krátko inštruktážne video nájdete na webovej stránke: rodina.kapitula.sk

2. Úvod

P: V mene Otca i Syna i Ducha Svätého.

S: Amen.

P: Drahí moji!

Jubilejný rok je veľkou príležitosťou zakúsiť nežný dotyk uzdravujúcej ruky nášho milosrdného Otca. V dnešný deň to chceme osobitne prežiť v našej rodine. Je pár dní pred Veľkou nocou. Preto hľadáme na kríž, ktorý je znamením Otcovej lásky – „Ved' Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodeného Syna, aby nik, kto verí v neho, nezhynul, ale mal večný život. Lebo Boh neposlal Syna na svet, aby svet odsúdil, ale aby ho spasil“ (Jn 3, 16-17). Na chvíľu sa teraz v tichu zapozerať na kríž a uvažujeme o tom, čo tieto slová znamenajú pre každého z nás.

Ten, kto vedie pobožnosť, môže po chvíli ticha znovu zopakovať Ježišovu vetu: „Ved' Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodeného Syna, aby nik, kto verí v neho, nezhynul, ale mal večný život. Lebo Boh neposlal Syna na svet, aby svet odsúdil, ale aby ho spasil.“ A zostane opäť chvíľu v tichu.

To, čo nás najviac vzdáľuje od nášho najväčšieho dobra – od Boha a od našich blízkych, je hriech. Je najväčším zlom. Každý z nás robí chyby, niekedy si navzájom ubližujeme slovami, skutkami alebo nedostatkom lásky. V tejto chvíli chceme rozpoznať a vyznať svoje hriechy. Chceme s dôverou prísť pred Ježiša, k jeho krížu a cez neho prosiť nebeského Otca o odpustenie našich hriechov, ale aj hriechov našich predkov a príbuzných. Túžime, aby sa cez vzájomné odpustenie uzdravili naše srdcia a naše vzťahy, a aby v našej rodine zavládla nádej, pokoj, jednota a radosť. Lebo sme nedostali ducha otroctva, aby sme sa museli zasa báť, ale dostali sme Ducha adoptívneho synovstva, v ktorom voláme: „Abba, Otče!“ (porov. Rim 8, 15).

3. Vzývanie Ducha Svätého

P: Teraz poprosme Ducha Svätého o pomoc.

Nasledujúcu modlitbu môže predniesť niekto z prítomných.

Duchu Svätý, príď a pomôž mi, aby som spoznal svoje hriechy.

S: *Príď Duchu Svätý!*

Vtlač do môjho srdca bolesť a ľútosť nad tým, že som hriechmi ublížil sebe a mojim najbližším.

S: *Príď Duchu Svätý!*

Vtlač do môjho srdca bolesť a ľútosť nad tým, že som hriechmi urazil nebeského Otca.

S: *Príď Duchu Svätý!*

Daj mi silu k pravému pokánaniu a zahoj mi rany, ktoré mi hriech spôsobil.

S: *Príď Duchu Svätý!*

Môže sa zaspievať aj pieseň, napr. Duchu Svätý volám príď alebo Duchu Svätý príď z neba, JKS 217.

3. Čítanie Svätého písma

Číta niektorý z členov rodiny.

Započúvajte sa do slov svätého apoštola Jána (1 Jn 1, 5-9)

Milovaní, Boh je svetlo a niet v ňom nijakej tmy. Ak hovoríme, že máme s ním spoločenstvo, ale chodíme vo tme, luháme a nekonáme pravdu. Ale ak chodíme vo svetle, ako je on vo svetle, máme spoločenstvo medzi sebou a krv Ježiša, jeho Syna, nás očisťuje od každého hriechu. Ak hovoríme, že nemáme hriech, klameme sami seba a niet v nás pravdy. Ale ak vyznávame svoje hriechy, on je verný a spravodlivý: odpustí nám hriechy a očistí nás od každej nepravosti.

Počuli sme Božie slovo.

S: Bohu vd'aka.

4. Vzájomné odprosenie a odpustenie

P: Skôr než budeme prosiť Pána Boha o odpustenie, aj my si máme navzájom odpustiť. Pre našu rodinu prichádza v tomto Jubilejnom roku a zároveň pár dní pred Veľkou nocou veľmi dôležitá chvíľa. Chceme v pokore srdca rozpoznať vlastné zlyhania a hriechy, ktorými sme sa vzájomne zranili a ublížili si a túžime si ich odpustiť.

I. ODPROSENIE A ODPUSTENIE MEDZI MANŽELMI

Gestá a postoje, ktoré teraz nasledujú, majú manželom pripomenúť deň ich sobáša. V ten deň spolu kľáčali pred Bohom a pred sebou navzájom a sľúbili si lásku, úctu a vernosť na celý život. Preto aj teraz, keď si budú navzájom odpúšťať a obnovovať svoju lásku, môžu tento úkon vykonať pokľaknutím pred druhou osobu a v nej prítomnému Bohu. Ide o prejav pokory a úprimnosti. Ak však manželia považujú iný postoj za vhodnejší, môžu si zvoliť alternatívu, ktorá im viac vyhovuje.

Teraz si manželia snímu z ruky svoje obrúčky a položia ich na vopred pripravený podnos.

Ak je to vhodné, manžel si kľakne, osloví manželku a následne pokračuje:

Milá (meno), keď som ti v deň nášho sobáša odovzdával seba, sľúbil som tebe i Pánu Bohu, že ťa budem milovať a ctíť po všetky dni svojho života. Som si vedomý, že svoj sľub som nie vždy dodržiaval a že boli chvíle, keď som ti ublížil. Som tu v pokore pred tebou a v tejto chvíli ťa prosím o odpustenie. Takto túžim v našom zväzku obnoviť milosť sviatosti manželstva – dar Ježišovej lásky, ktorá má moc našu lásku uzdraviť, obnoviť, zušľachtiť a pozdvihnúť.

Preto ťa prosím:

Počas čítania jednotlivých bodov sa môže pozrieť manželke do očí.

- Odpusť mi, ak som ťa bol som voči tebe netrepezlivý a reagoval som podráždene.
- Odpusť mi, ak som neovládol svoj hnev a tak som ti ublížil.
- Odpusť mi každé nevhodné, zlé, hrubé slovo, ktoré sa zarezalo do tvojho srdca a ranilo ťa.
- Odpusť mi, ak som ťa ponížil pred našimi deťmi, príbuznými a známymi.
- Odpusť mi, ak som ťa kritizoval pred deťmi, rodinou alebo priateľmi a spôsobil som ti tým poníženie.
- Odpusť mi, ak som si nedokázal priznať chybu, alebo ak som ju vo svojej pýche zvaľoval na teba.
- Odpusť mi, ak som si na teba nenachádzal čas a nevypočul som ťa.
- Odpusť mi, ak som pred tebou uprednostňoval prácu, vlastné koníčky alebo kamarátov.
- Odpusť mi, ak som ti nebol nablízku, keď si potrebovala pomôcť s deťmi či v domácnosti.
- Odpusť mi, ak som tvoje telo nevnímal ako dar a chrám Ducha Svätého.
- Odpusť mi, ak si sa pri mne necítila byť milovaná, ale používaná a využívaná.
- Odpusť mi, ak som ťa zranil vo chvíľach, keď som ťa mal najviac milovať.

- Odpusť mi, ak pravú darujúcu sa lásku nahradil môj egoizmus.
- Odpusť mi, ak som odmietal prijať tvoju ženskosť a dar materstva.
- Odpusť mi, ak som našu manželskú jednotu narušil takými myšlienkami alebo pohľadmi, ktorými sa moje srdce i telo vzdialili od teba.
- Odpusť mi, ak som ťa ranil nemiernym užívaním alkoholu (alebo iných omamných látok) a ty si preto trpela.
- Odpusť mi, ak si sa niekedy musela za mňa hanbiť.
- Odpusť mi, ak som ti ublížil tým, že som nemiloval tvojich rodičov a príbuzných.
- Odpusť mi, ak som nebol mužom viery a prvým svedkom viery pre teba a naše deti.
- Odpusť mi, ak som zabúdal, že si pre mňa jedinečným darom.

Po poslednej prosbe o odpustenie, ak manžel kl'áčí, postaví sa a v tichosti objíma manželku.

Ak je to vhodné, manželka si kl'akne, osloví manžela a následne pokračuje:

Milý (meno), keď som ti v deň nášho sobáša odovzdávala seba, sľúbila som tebe i Pánu Bohu, že ťa budem milovať a čtiť po všetky dni svojho života. Som si vedomá, že svoj sľub som nie vždy dodržala a že boli chvíle, keď som ti ublížila. Som tu v pokore pred tebou a v tejto chvíli ťa prosím o odpustenie. Takto túžim v našom zväzku obnoviť milosť sviatosti manželstva – dar Ježišovej lásky, ktorá má moc našu lásku uzdraviť, obnoviť, zušľachtiť a pozdvihnúť.

Preto ťa prosím:

Počas čítania jednotlivých bodov sa môže pozrieť manželovi do očí.

- Odpusť mi, ak som na teba často tlačila a očakávala, že vždy splníš moje predstavy.
- Odpusť mi, ak som ťa nepodporovala a nerešpektovala tvoje rozhodnutia.
- Odpusť mi, ak som ťa niekedy podceňovala alebo ti neverila, že zvládneš vyriešiť veci samostatne.
- Odpusť mi, ak som v hádkach používala slová, ktoré ťa zranili a podkopali tvoju sebadôveru.
- Odpusť mi, ak som ťa kritizovala pred deťmi, rodinou alebo priateľmi a spôsobila ti tým poníženie.
- Odpusť mi, ak som ťa v domácnosti alebo pri deťoch prehliadala a mala pocit, že všetko zvládnem sama, namiesto toho, aby sme to robili spoločne.
- Odpusť mi, ak som ťa niekedy odstrčila alebo ťa nepočúvala, keď si sa mi chcel zdôveriť so svojimi starosťami.
- Odpusť mi, ak som ťa niekedy brala ako samozrejmosť a nedala ti najavo, ako veľmi si ťa vážim.
- Odpusť mi, ak som bola podráždená, nevrlá alebo som si na tebe vybíjala svoju únavu a stres.
- Odpusť mi, ak som zanedbávala našu blízkosť a intimitu, keď si potreboval cítiť moju lásku a prijatie.
- Odpusť mi, ak som manipulovala tvojou láskou alebo citmi, aby som dosiahla to, čo som ja chcela.
- Odpusť mi, ak som ťa neprijímala s darom tvojho tela a s darom otcovstva.
- Odpusť mi, ak som si ťa nevážila a dávala ti pocítiť, že nie si dosť dobrý ako muž, manžel a otec.
- Odpusť mi, ak som bola viac matkou ako manželkou a ak sa náš vzťah dostal na vedľajšiu koľaj.
- Odpusť mi, ak som našu jednotu narušila tým, že som sa utiekala viac ku kamarátkam, k mame alebo k iným ľuďom namiesto toho, aby som sa rozprávala s tebou.

- Odpusť mi, ak som ťa niekedy zahrňala výčitkami, nebola ti dost' vďačná a nevšímala si, čo všetko pre mňa a našu rodinu robíš.
 - Odpusť mi, ak som utrácala naše spoločné úspory na zbytočnosti a bola márnотratná.
 - Odpusť mi, ak som si neuvedomovala, aké ťažké je pre teba niesť zodpovednosť za rodinu, a nebola som ti oporou, keď si to najviac potreboval.
 - Odpusť mi, ak bola vlažná vo viere a nebola dobrým príkladom pre teba a naše deti.
 - Odpusť mi, ak som zabúdala na to, že si pre mňa vzácnym darom, ktorý mi bol zverený.
- Po poslednej prosbe o odpustenie, ak manželka kláči, postaví sa a v tichosti objíma manžela.

Manželia, držiac sa za ruky a pozerajúc si do očí, spoločne zvolajú:

„Ježišu, obnov našu lásku!“

Teraz si odovzdajú späť obrúčky, pričom môžu hovoriť:

„**Meno**, prijmi tento prsteň ako znak mojej lásky, úcty a vernosti.“

II. ODPROSENIE A ODPUSTENIE ZO STRANY RODIČOV

Prihovori sa otec:

Drahé naše deti (**osloví ich po mene**), ste plodom našej manželskej lásky a nesmiernym darom nebeského Otca. Keď sme si vysluhovali sviatosť manželstva sľúbili sme pred Bohom a ľuďmi, že vás s láskou prijmem a že vás budeme s láskou aj vychovávať. To isté sme urobili aj pri vašom krste. Je nám ľúto, ak sme svoj sľub nie vždy dodržali, ak sme vám ublížili alebo ak sme vám nedali dobrý príklad. Preto vás v tejto chvíli prosíme o odpustenie.

Všetci sa chytia za ruky. Rodičia sa pri čítaní nasledujúcich bodov môžu striedať.

Preto vás prosíme:

- Odpusťte nám, ak sme na vás boli niekedy príliš prísni a nevedeli sme vás pochopiť.
- Odpusťte nám, ak sme vám nevenovali toľko času a pozornosti, koľko ste potrebovali.
- Odpusťte nám, ak sme vás niekedy viac napomínali ako chválili.
- Odpusťte nám, ak sme zabúdali oceniť všetko dobré, čo je vo vás.
- Odpusťte nám, našu netrpezlivosť a nervozitu.
- Odpusťte nám, ak sme neboli rodičmi, ktorí by vám dali bezpečie a istotu v každej chvíli.
- Odpusťte nám, ak sme vás zranili našim hádkami a náš domov nebol pre vás miestom bezpečia a pokoja.
- Odpusťte nám, ak sme vám ublížili fyzickými trestami a ponížili vás.
- Odpusťte nám, ak sme vám dávali pociťiť, že naše starosti sú dôležitejšie ako vaše sny a radosti.
- Odpusťte nám, ak sme trávili viac času v práci, na internete, na mobile ako s vami.
- Odpusťte nám, ak sme vám nepreukázali dostatok nehy a objatí, aj keď ste po nich túžili.
- Odpusťte nám, ak sme neboli dostatočne chápací a láskaví.
- Odpusťte nám, ak sme vám dali pociťiť, že vás milujeme len vtedy, keď ste „dobrí“ alebo, keď sa dobre učíte a nemilovali vás bezpodmienečne.
- Odpusťte nám, ak sme vás porovnávali s inými a nemilovali vás takých, akí ste.
- Odpusťte nám, ak sme vás nútili vyberať si koníčky, školy, povolanie, ktoré ste si nevybrali vy.
- Odpusťte nám, ak sme vám vnucovali len naše predstavy a presadzovali len vlastné názory.
- Odpusťte nám, ak sme vás pohoršili našim zlým správaním alebo ak ste sa za nás museli hanbiť pred inými.
- Odpusťte nám, ak sme hovorili o druhých zle alebo ich kritizovali, čím sme pred vami vytvárali nesprávny obraz o nich.

- Odpusťte nám, ak sme vám neukázali a neodovzdali krásu viery a vzťahu s našim Bohom.
Po poslednej prosbe o odpustenie rodičia objímu každé dieťa samostatne; ak je detí viac, môžu sa objat' spoločne ako rodina, pričom chvíľu zotrávajú vo vzájomnom objatí.

Teraz sa deti na znak toho, že prijali odprosenie svojich rodičov, spoločne nahlas modlia nasledujúcu modlitbu:

**Bože dobrý, Bože milý, zachyť šepot mojich slov,
dožič, aby dlho žili, žehnaj mojich rodičov.
Žehnaj mojich bratov, sestry, veď nás všetkých do neba,
obdar že nás vierou svätou, neodlúč nás od seba.
Ocko, mamka pre nás žijú, v práci sily tratia.
Keď nás zbožne vychovajú, nech sa k tebe vrátia. Amen.**

Alebo

Modlitba pre staršie deti.

**Pane, ďakujeme ti za našich rodičov.
Ďakujeme ti za ich lásku, obetu a trpezlivosť.
Odpusť nám, ak sme im niekedy ublížili slovom či skutkom.
Vlož do našich srdiec rešpekt a úctu voči nim a
naplň nás vdácnosťou za všetku ich lásku a starostlivosť o nás.
Uč nás porozumeniu a ochote pomáhať im.
Prosíme ťa, požehnaj ich zdravím a silou.
Naplň ich srdcia nádejou, radosťou a pokojom.
Obdar ich darom svojho Ducha,
aby aj v ťažkých okamihoch nasledovali teba,
ktorý si Cesta, Pravda a Život. Amen.**

III. ODPROSENIE A ODPUSTENIE ZO STRANY DETÍ

Prihovori sa dieťa:

Drahí rodičia, ocko a mamka! Ďakujeme Pánu Bohu za to, že vás máme. Ste pre nás obrovským darom. Vďaka vám máme život, domov, strechu nad hlavou a je o nás postarané. Nevieme si predstaviť život bez vás. Uvedomujeme si, že nie vždy sa k vám správame s úctou, láskou a vdácnosťou. Je nám ľúto, ak sme vám ublížili a zarmútili vás.

Preto vás prosíme o odpustenie:

Ak je viacero detí, môžu sa pri čítaní nasledujúcich bodov striedať.

Všetci sa môžu chytiť za ruky.

- Odpusťte nám, ak sme neboli vdšní, že vás máme.
- Odpusťte nám, ak sme neboli vdšní za všetko, čo pre nás robíte.
- Odpusťte nám, ak sme sa k vám nesprávali úctivo a s rešpektom.
- Odpusťte nám, ak sme vám odvrávali.
- Odpusťte nám, ak sme vás neposlúchali na prvé slovo a ignorovali vás.
- Odpusťte nám, ak sme boli voči vám nezdvorilí, povýšeneckí a nepríjemní.
- Odpusťte nám, ak sme vám nepomáhali alebo ak sme nepomáhali s láskou.
- Odpusťte nám, ak sme boli tvrdohlaví a trucovití.
- Odpusťte nám, ak sme sa medzi sebou hádali.
- Odpusťte nám, ak sme boli leniví do učenia a prác v domácnosti.
- Odpusťte nám, ak sme neposlúchali vaše rady a usmernenia.
- Odpusťte nám, ak sme vám nedôverovali.

- Odpusťte nám, ak sme uprednostňovali internet, počítačové hry, televíziu pred spoločne stráveným časom.
- Odpusťte nám, ak nám boli naši kamaráti prednejší ako vy.
- Odpusťte nám, keď sme mali prehnané nároky a vyžadovali od vás aj to, čo nám nedokázate dať.
- Odpusťte nám, ak sme boli príliš vyberaví v jedle a iných veciach a nevážili si vašu prácu a ťažko zarobené peniaze.
- Odpusťte nám, ak sme vám zatajili niečo, o čom ste mali vedieť.
- Odpusťte nám, ak sme vás porovnávali s inými akože „lepšími“ rodičmi.
- Odpusťte nám, ak sme vám robili zbytočné starosti.
- Odpusťte nám neskoré príchody domov, pre ktoré ste sa o nás obávali.
- Odpusťte nám chvíle, keď ste sa za nás museli za naše správanie pred inými hanbiť.
- Odpusťte nám, ak sme sa za vás málo modlili, ak sme vás zarmucovali našou vlažnosťou vo viere a neďakovali Pánu Bohu za vás.

Po poslednej prosbe o odpustenie môžu deti rodičom prejaviť svoju úctu a vďaku za všetku ich lásku a starostlivosť tým, že im pobožkajú ruku. Toto gesto sa môže nahradiť iným, napr. vzájomným objatím.

Teraz sa rodičia na znak toho, že prijali odprosenie svojich detí, spoločne nahlas modlia nasledujúcu modlitbu. Môžu sa ju modliť aj za každé dieťa osobitne tak, že dieťa pristúpi k nim, položia naňho ruky a modlia sa:

Bože, žehnaj naše dieťa (nášho syna/dcéru – meno)

aby jeho život bol tebe na slávu,

jemu na spásu,

nám na radosť a svetu na osoh. Amen.

IV. ODPROSENIE A ODPUSTENIE ZO STRANY SÚRODENCOV

Prihovori sa jeden zo súrodencov:

Milí moji súrodenci (môžu sa osloviť po mene) je veľkým darom, že môžeme spoločne prežívať naše detstvo a mladosť – byť spolu, hrať sa, smiať sa, chodiť na výlety, pracovať spolu a starostlivo sa venovať našej domácnosti. Uvedomujeme si, že tvoríme jeden tím, ale nie vždy je ľahké udržiavať medzi nami ducha jednoty a spolupatričnosti. Boli momenty, keď sme si vzájomne ublížili, a preto si prajeme zmierenie a vzájomné odpustenie.

Preto vás prosím o odpustenie:

Ak je viacero súrodencov, môžu sa pri čítaní nasledujúcich bodov striedať.

- Odpusťme si, ak sme boli voči sebe nespravodliví.
- Odpusťme si, ak sme na seba žiarlili a závideli si.
- Odpusťme si, ak sme boli voči sebe škodoradostní.
- Odpusťme si, ak sme medzi sebou hovorili neúctivo a so zlosťou.
- Odpusťme si, ak sme sa zraňovali slovami, posmeškami alebo výsmechom.
- Odpusťme si, ak sme si nevenovali čas.
- Odpusťme si, ak sme sa nezaujímalí o seba a boli sme si ľahostajní.
- Odpusťme si, ak sme boli leniví a neochotní si pomôcť – s prácou, domácimi úlohami...
- Odpusťme si, ak sme sa nechceli podeliť o hračku, jedlo alebo iné veci.
- Odpusťme si, ak sme si ublížili hnevom.
- Odpusťme si, ak sme si fyzicky ublížili.
- Odpusťme si, ak sme si vzájomne priali zlo.

- Odpusťme si, ak sme si dali zlý príklad a pohoršili jeden druhého.
- Odpusťme si, ak sme si nevážili našu súrodeneckú lásku a hádali sa pre maličkosti.
- Odpusťme si, ak sme sa pred inými nedokázali jeden druhého zastat’.
- Odpusťme si, ak sme niekoho z nás ponechali samého v jeho problémoch.
- Odpusťme si, ak sme sa za sebe nemodlil a neďakovali Pánu Bohu za naše vzťahy.
- Odpusťme si, ak sme vás bral ako samozrejmú a neuvedomoval som si akým veľkým darom ste pre mňa.

Súrodenci si podajú ruky na znak zmierenia a objímu sa.

Napokon ukončia odproszenie nasledujúcou modlitbou za seba navzájom.

Nebeský Otče,

ďakujeme ti za dar súrodeneckej lásky.

Ďakujeme ti, za to, že sme spolu a

môžeme spoločne prežívať radosť, smútok a všetky chvíle života.

Prosíme ťa, daj, aby medzi nami vždy vládla láska a jednota.

Pomôž nám byť si navzájom oporou,

naplň nás porozumením a trpezlivosťou.

Túžime byť skutočnými bratmi a sestrami,

ktorí sa navzájom podporujú a pomáhajú si na ceste k tebe.

„Aké je dobré a milé, keď bratia žijú pospolu!

Tam Pán udeľuje požehnanie a život naveky.“ (Ž 133)

5. Obrad pokoja

P: Milí moji, dajme znak pokoja.

S: *Pokoj a bratská láska nech je medzi nami.*

6. Odprosujúce zvolania a prosby k Bohu

P: Pane, ďakujeme ti za túto vzácnu chvíľu odproszenia, odpustenia a zmierenia. Takto vzájomne zmierení sa teraz môžeme obrátiť na teba, liečivý prameň nekonečného milosrdenstva. S pokorným srdcom uznávame svoje chyby a prosíme ťa o ich odpustenie a uzdravenie.

Kajúci Žalm 51

P: Zmiluj sa, Bože, nado mnou pre svoje milosrdenstvo.

S: *a pre svoje veľké zľutovanie znič moju neprávosť.*

P: Úplne zmy zo mňa moju vinu

S: *a očisť ma od hriechu.*

P: Bože, stvor v nás srdce čisté

S: *a v mojom vnútri obnov ducha pevného.*

P: Pane Ježišu, hľadáme na tvoj kríž a s bolesťou v srdci ťa v tejto chvíli chceme odprosovať za naše hriechy, za hriechy našich blízkych ako aj za hriechy našich predkov. Príď so svojou milosťou, rozviaž v nás putá zla a uzdrav nás svojim Duchom Svätým.

Spoločne volajme: **Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!**

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

Jednotlivé odprosovania môžu čítať viacerí prítomní. Veľmi sa odporúča prečítať si dopredu jednotlivé odprosovania a vhodne ich rozdeliť medzi prítomných.

Odprosujeme ťa, Pane, ak sme ťa my, naši príbuzní alebo predkovia niekedy odmietli.

Odprosujeme ťa, ak sme ťa odmietali prijímať v Eucharistii, alebo ak sme ťa prijímali svätokrádežne.

Zmiluj sa nad nami a odpusť nám, ak sa v našej rodine alebo u našich predkov objavil akýkoľvek druh mágie, okultné praktiky, horoskopy, falošní liečitelia, veštenie, a ak sme viac dôverovali im ako tebe. Odprosujeme ťa, Pane, ak sme sa my, alebo naši predkovia rúhali tebe, ak sme sa vysmievali alebo nadarmo brali tvoje meno, meno Panny Márie a svätých.

Volajme spoločne:

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

Odprosujeme ťa, Pane za hriechy jazyka: ohovárania, osočovania, klamstvá, polopравdy alebo vyzradenie nám zvereneného tajomstva.

Odprosujeme ťa, hriechy alkoholizmu v našej rodine a u našich predkov.

Odprosujeme ťa, Pane, za iné závislosti, ktoré nás alebo našich predkov zväzovali a zraňovali: drogy, pornografia, hry na automatoch, neviazaný spôsob života, hriechy cudzoložstva a smilstva a iné nemorálne skutky.

Volajme spoločne:

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

Pre manželov a rodičov:

Manželia a rodičia sa môžu pri čítaní jednotlivých častí striedať.

Ako manželia ťa, Pane, odprosujeme ak sme na seba nehl'adeli ako na dar, ale využívali sme druhého vo svoj prospech.

Ak sme egoizmus povýšili nad lásku.

Ak sme si jeden druhého nectili a nemilovali.

Odprosujeme a prosíme ťa, Pane, aby si nás oslobodil od útlaku klamstva a pýchy.

Od útlaku povrchnosti a ľahostajnosti.

Od útlaku nevery a morálnej biedy.

Pane odpusť nám, ak sme sa zranili v prežívaní našej manželskej intimity.

Odpusť nám, ak naše srdcia boli tvrdé a nechceli sme si odpustiť, prechovávali sme voči sebe hnev alebo boli voči sebe (fyzicky) agresívni.

Je nám ľúto Pane, ak sme si ako manželia ubližovali neustálou kritikou, zosmiešňovaním a ponižovaním toho druhého.

Odprosujeme ťa, Pane, ak sme druhým manipulovali a psychicky ho vydierali.

Volajme spoločne:

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

Pane, chceme ťa odprosiť, ak sme akýmkoľvek spôsobom odmietali prijať dar nového života.

Ak sme zanedbali výchovu našich detí.

Ak sme s nimi netrúvili čas.

Ak sme niektoré z nich uprednostňovali viac pred inými.

Je nám ľúto, ak sme naše deti neviedli k tebe a neboli pre nich prvými svedkami viery, príkladom v modlitbe, v účasti na svätých omšiach, v prijímaní Eucharistie a sviatosti zmierenia.

Odprosujeme ťa, Pane, ak sme im nespravodlivo ublížili hnevom a fyzickými trestami.

Pane, odpusť nám všetky pohoršenia, pre ktoré sa naše deti vzdialili od teba.

Volajme spoločne:

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

Pre deti a súrodencov

Číta niektoré z detí.

Odprosujem ťa, Pane, ak som nebol vd'ačný za mojich rodičov, súrodencov, starých rodičov a príbuzných.

Odprosujem ťa, ak som sa za nich zabúdal modliť.

Odpusť mi Pane, ak som bol voči nim neposlušný, neúctivý, tvrdý.
Odpusť mi Pane, ak som bol lenivý a neochotný im pomôcť.
Odprosujem ťa, Pane za každé zbytočné slovo, hádku, či dokonca bitku s mojimi súrodencami.
Odprosujem ťa, Pane, ak som svojou rukou siahol na môjho otca alebo mamu.
Odprosujem ťa, Pane, ak som sa nechcel zmieriť a odpustiť mojim súrodencom a blízkej rodine.
Odprosujem ťa, Pane, ak som pre majetok alebo iné hmotné veci prechovával voči súrodencom a blízkej rodine hnev a neodpustenie.

Volajme spoločne:

S: *Pane, zmiluj sa nad nami a uzdrav nás!*

7. Modlitba zasvätenia rodiny Bohu

Môžu sa ju modliť spoločne všetci prítomní.

P: V tejto chvíli zasväťme našu rodinu Pánu Bohu.

S: Nebeský Otče,

od teba sme vyšli, tebe patríme a k tebe smerujeme.

Ďakujeme ti za dar života, za našu vzájomnú lásku a tvoje milosrdenstvo.

V tejto chvíli ti zasväcujeme našu rodinu.

**Zasväcujeme ti naše vzťahy, naša radosti,
ale aj naše bolesti, trápenia i starosti.**

Naplň náš dom pokojom a láskou.

Pane Ježišu, ty buď naším Pánom a vládni v našich životoch.

Uč nás odpúšťať, nauč nás žiť podľa evanjelia a

urob nás pred svetom svedkov tvojho kráľovstva.

Duchu Svätý, ved' nás múdrosťou a naplň naše srdcia svojimi darmi,
aby sme nezišli z cesty spásy.

Mária, matka krásnej lásky a naša matka, ochraňuj nás pred Zlým.

Svätý Jozef, nežný a spravodlivý manžel a otec, oroduj za nás.

Pane, požehnaj náš domov.

Sme tvoji teraz a navždy. Amen.

Na znak zasvätenia a úcty všetci pobožkajú kríž.

8. Modlitba chvály

P: Teraz spoločne oslávme nášho Boja, ktorý je prameňom odpustenia, pokoja a požehnania a prosme ho v tejto modlitbe, aby aj život našej rodiny a každého z nás bol jeho oslavou...

P: Chváľte Pána, všetky národy,

S: *oslavujte ho, všetci ľudia;*

P: lebo je veľké jeho milosrdenstvo voči nám

S: *a pravda Pánova trvá naveky.*

P: Sláva Otcu...

9. 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.

Na záver môžu prítomní zaspievať pieseň [Tebe patrí chvála](#) alebo inú vhodnú pieseň.

Imprimatur

Mons. František Trstenský, spišský diecézny biskup
Spišské Podhradie 31.3.2025
prot. č.6/2025

Zostavil: ThLic. Róbert Neupauer

Vydalo: Diecézny úrad pre evanjelizáciu a apoštolát,
Centrum pastoračie manželstiev a rodín
pre vnútornú potrebu Spišskej diecézy.



**CENTRUM PASTORÁCIE
MANŽELSTIEV A RODÍN**

**|Sme tu pre manželov
a rodiny**, aby sa Kristus
stal stredobodom ich života
a aby rodina rástla
v svätosti.

|Sme tu, aby sme vytvárali
putá medzi manželmi
a kňazmi, aby sa rodina
stala srdcom pastorácie,
evanjelizácie a apoštolátu.

|Sme tu, aby sme ohlasovali, rozvíjali a chránili
hodnoty, ktoré budujú rodinu a vďaka ktorým
rodina buduje Cirkev a civilizáciu lásky.

**SPOLOČNE BUDUJEME
SVÄTÉ RODINY A ŽIVÚ CIRKEV!**

**MOŽNOSŤ PODPORIŤ
NAŠE NOVÉ CENTRUM**

IBAN: SK46 0900 0000 0052 2301 9174



NÁJDETE NÁS



rodina.kapitula.sk



Centrum pastorácie manželstiev
a rodín, Spišská diecéza



rodina.kapitula

AKTUÁLNE INFORMÁCIE O JUBILEU NÁJDETE NA WEBE jubileum.kapitula.sk ALEBO

prihláste sa
a dostávajte
od nás diecézny
newsletter



DIECÉZNY FOND NA PODPORU ORGANIZÁCIE JUBILEJNÉHO ROKA



Jubilejný rok je mimoriadny čas milosti, počas ktorého môžeme zažívať Božie milosrdenstvo a upevňovať sa v nádeji, ktorou je živý Boh. Pomôžme si navzájom, aby každý v našej diecéze mohol v tomto roku počuť túto radostnú zvesť a zakúsiť moc Božieho vykupiteľského konania.

Podporte nás na číslo účtu, ktoré je vyhradené pre tento účel. Vaše príspevky budú použité na prípravu a organizáciu programu počas Jubilejného roka v Spišskej diecéze.

SK11 0900 0000 0052 2301 7670