

3 adventná B 2023

AI Všetci prežívame rôzne ťažkosti v modlitbe. Existuje nejaký jednoduchý recept na kvalitnejšiu modlitbu, ktorá by prehĺbila náš vzťah s Bohom? Odpoveď znie: existuje.

KE Návod na ňu nám dáva dnes sv. Pavol v liste Solúnčanom: „Ustavične sa radujte! Bez prestania sa modlite, pri všetkom vzdávajte vďaky, lebo to je Božia vôľa v Kristovi Ježišovi pre vás!“ Toto je úžasne silné vyjadrenie.

DI Sv. Pavol nám v tomto úryvku dáva tri znaky pravej a živej Cirkvi. 1, Je to Cirkev radosti. Pravé kresťanstvo je radostná skutočnosť. 2, Je to modliaca sa Cirkev. Raniero Cantalamessa pripomína, že vždy, keď sa kresťan modlí, spôsobuje veľkú radosť Nebeskému Ockovi. 3, Je to Cirkev vďačná. Vždy sa nájde niečo, za čo môžeme ďakovať; dokonca aj na najtemnejšom dni sa nájdu požehnania, ktoré treba spočítať.

A teraz sa pozrime na to hlbšie. Slovo „*gaudete*“, ktoré máme v dnešnom Božom slove, znamená v latinčine „radujte sa“. Už ste si asi všimli, že na 3. adventnú nedeľu na adventnom venci svieti ružová svieca. Prečo je to tak? Názov nedele pochádza zo vstupnej antifóny sv. omše, ktorá znie: „*Gaudete in Domino semper*“ „Vždy sa radujte v Pánovi“. Na akú radosť sa tu myslí? Predsa na radosť z príchodu najdôležitejšej osoby v našom živote na Krista. Nepleťme si skutočnú radosť s ľudským 'optimizmom', s 'tréningami pozitívneho myslenia', či snahou za každých okolností 'sa veseliť'. Dobre vieme, že život má svoju tragickú a bolestnú stránku, ktorej sa nedá vyhnúť. 'Dokonalá radosť' pochádza z premenenej bolesti, ako nám to ukazuje Kristus. K radosťi patrí schopnosť istého duchovného nadhľadu, odstupu - slobody od mnohých vecí.

PAR Skutočná radosť však pochádza z vďačnosti. Preto je centrálnou myšlienkou dnešného úryvku toto vyjadrenie: „**pri všetkom vzdávajte vďaky, lebo to je Božia vôľa**“. A tu sa dostávame ku koreňu toho, či môže byť naša modlitba kvalitnejšia. Ďakovať môžeme kedykoľvek, kdekoľvek a akokoľvek. Okrem času nás to nič nestojí. Józef Augustyn v knihe *Štvrtá hodina úprimnosti* píše: „*Ďakovanie vyplýva zo samotnej štruktúry ľudskej bytosti. Človek dostáva život a všetko, čo patrí k životu. Ďakovať znamená prijímať život. Slovo „ďakovanie“ sa v gréckom jazyku skladá z dvoch slov: eu (veľmi, dobre) a charizomai (robiť niekomu láskavosť) alebo charis (to, čo spôsobuje radosť). Ďakovať znamená spôsobovať niekomu veľkú láskavosť, byť pre neho prameňom radosti. Nedostatok ďakovania v ľudskom živote svedčí o nedostatku radosti zo života. Nedostatok ďakovania je nielen znamením určitého nepodstatného vnútorného nedostatku, ale predovšetkým znamením ničenia sa. Nevďačnosť je hriechom. Nevďačnosť je hriech neviery - je to nedostatok viery. Vyplýva z ľudskej pýchy a hlúposti. Pýcha káže človeku veriť, že za všetko vďačí sám sebe: vlastnej práci, premýšľaniu, inteligencii.*“

Boh vie, že to v živote ľudí s vďačnosťou nie je veľmi oslnivé. Preto nám dáva odporúčanie ďakovať aspoň v nedeľu počas sv. omše. Tretie Božie a prvé cirkevné prikázanie chce chrániť hodnotu vďačnosti a radosti. KKC 1360 učí: „*Eucharistia je obetou vzdávania vďaky Otcovi, je dobrorečením ktorým Cirkev vyjadruje svoju vďačnosť Bohu za všetky jeho dobrodenia, za všetko, čo vykonal stvorením, vykúpením a posvätením. Eucharistia znamená predovšetkým „vzdávanie vďaky“.*“ Liturgia omše je pretkaná vďačnosťou. Hneď v úvode omše spievame Glória: „Chválimo ťa, velebíme ťa, klaniame sa ti, oslavujeme ťa, vzdávame ti vďaky, lebo veľká je sláva tvoja.“ Najviac vďačnosti je však v druhej časti omše. Úvod do Eucharistickej modlitby obsahuje tieto slová modlitby: „*Vzdávajme vďaky Pánovi, nášmu Bohu.* Je to dôstojné a správne. Je naozaj **dôstojné a správne, dobré a spásenosné vzdávať vďaky vždy a všade tebe, Pane.**“ Počas premenenia sa kňaz modlí: „*vzal chlieb a vzdával vďaky*“, podobne: „*vzal aj kalich, znova vzdával vďaky*“. Po premenení sa kňaz modlí: „*Ďakujeme ti, že si nás uznal za hodných stáť pred tvojou tvárou a tebe slúžiť.*“ Na konci omše môže kňaz dať aj takéto požehnanie: „Pane, Bože, obdaruj svojich služobníkov bohatstvom svojho milosrdenstva a pokojom, *aby boli posilnení tvojím požehnaním a neustále ťa s radosťou zvelebovali a vzdávali ti vďaky.*“ Všetky tieto príklady nás povzbudzujú, že keď nevieme ako sa modliť, jednoduchým receptom je ďakovanie. Čím je osobnejšie, tým je uzdravujúcejšie, lebo nám pripomína, že zdrojom akéhokoľvek dobra je Boh. Vďačnosť má uzdravujúcu moc. MY Ku kňazovi prišla istá žena, ktorá chcela spáchať samovraždu. Stretnutie s ním bola jej posledná nádej. Kňaz jej dal počas rozhovoru takúto malú úlohu: „Prosím, sadnite si, vezmite si pero a napíšte 10 dobrých vecí, za ktoré ste vďačná za včerašný deň.“ Trvalo jej to pol hodiny a tých 10 vecí nevedela nájsť. Podarilo sa jej len pár z nich. Potom kňaz povedal: „Vidíte, keby som vás požiadal, aby ste napísali 10 zlých vecí, pravdepodobne by ste to mali hotové za chvíľu. Vaša myseľ je nastavená na zlo. Ak si chcete zachrániť život, musíte začať s každodennými cvičeniami vďačnosti. Bude to pre vás veľmi namáhavé, ale určite to pomôže.“ Táto žena pokračovala v duchovnom vedení niekoľko rokov a uzdravila sa. Keď jej kňaz po rokoch pripomenul jej myšlienky na samovraždu, povedala: „Vďaka Bohu, že som začala byť vďačná. Bolo to ťažké, ale teraz má môj život zmysel a môžem sa radovať.“ ADE Vďačnosť vedie k radosti a spokojnosti. Môžeme bojovať, môžeme trpieť, ale duch vďačnosti nás môže cez to všetko preniesť. Už viete aký darček darujete Ježišovi k narodeninám? Ak nie, navrhujem darček častej dennej modlitby vďačnosti, lebo vďačnosť je prameňom radosti. Tento darček sa bude Ježišovi veľmi páčiť a zároveň to môže zmeniť aj náš život. Amen.