**T. Ivančič: POŽEHNÁVAŤ SRDCOM       /** Z jeho knihy **Za lepší svet /**

Kde nie je možné požehnávať slovami, možno požehnávať srdcom. Kde sa nedostanú slová pomôže srdce.

Požehnávať srdcom znamená ticho a bez slov stáť pred Bohom  a predkladať mu všetky svoje prosby. Boh vidí do nášho srdca a počuje naše prosby aj to, za koho ich predkladáme.

Srdce je stredom ľudského života. V ňom sa stretávajú city aj myšlienky, rozhodnutia i túžby, spomienky aj nádeje i viera. Keďže srdce je aj strediskom lásky, ním sa požehnáva najlepšie. Srdce vidí najlepšie, hovorí Exupéry v Malom princovi.

Ľudí vtedy požehnávame srdcom keď stojíme pred Bohom a prosíme ho za nich, aby ich požehnal. Boha požehnávame srdcom, keď ho obdivujeme, klaniame sa mu a velebíme ho a keď predstupujeme pred neho plní vďačnosti.

O požehnanie prosíme Boha tak, že si uvedomíme jeho prítomnosť a s otvoreným, úprimným srdcom mu predkladáme všetko, čo nás tlačí a požiadame ho, aby požehnal nás aj všetkých. Žehnať srdcom znamená želať dobro, zdravie, pokoj, spásu, znamená myslieť na niekoho z hĺbky duše a prednášať Bohu za neho svoje prosby.

Nezabudni však prosiť Pána aby požehnával aj tvoje srdce. **Jeho požehnanie čistí myseľ i podvedomie od fantázie a zlých citov, pomáha k víťazstvu dobra nad zlom a svetla nad tmou, napĺňa srdce Božím pohľadom na život a svet.** Keď bude tvoje srdce plné požehnania, ľahšie budeš odporovať pokušeniu k hriechu, ale aj nervozite, podráždeniu, negatívnej kritike, útokom i úderom zvonka. Keď bude v tvojom srdci Božie požehnanie a mysľou budeš stále stáť pred Pánom, pokoj bude napĺňať tvoje dni aj noci. Budeš vedieť trpezlivo znášať každú nelásku, nesúhlas a nepríjemnosti, budeš mať viacej síl v ťažkých situáciách a viacej lásky k druhým. Tak ťa požehnanie zmení.

Čoskoro spoznáš, že všetci doma i v rodnom meste ti idú v ústrety, že máš úspech, že rastie aj tvoj majetok a zdravie. **Zbadáš, že všetko závisí od Boha a tvojho vzťahu k nemu.. Preto budeš cítiť vždy väčšiu potrebu žehnať.** Oslobodíš sa od nezriadených myšlienok a túžob, ľahšie dokážeš odpúšťať, srdce ti zmäkne voči druhým a tvoja zbožnosť bude vrúcnejšia. A čo je dôležitejšie, druhí okolo teba sa budú meniť. Manželské a rodinné vzťahy budú vrúcnejšie, tvoja práca dostane nový impulz a slávenie Eucharistie ťa bude hlbšie premieňať. To všetko zažije každý, kto otvorene, vrúcne a s úprimným srdcom požehnáva.

**Ale ako to robiť v praxi?**

Rob to tak, že pri každej príležitosti obrátiš svoje srdce k Bohu a povieš mu: **„Požehnanie a pokoj vylej Bože na tohto človeka, na túto situáciu."** Obrátiť srdce k Bohu znamená uvedomiť si, že Boh je tu, že hľadí na teba, že ťa jeho pohľad osvecuje, že je pred dverami tvojho srdca a čaká, aby si  mu ich otvoril. Bohu otváraš srdce vtedy, keď si uvedomíš, že je pri tebe a upriamiš svoj pohľad na neho. Keď si zaujatý druhými vecami a ľuďmi nemôžeš byť s Bohom. Vtedy je tvoja prítomnosť upriamená na niečo iné. Keď ju však obrátiš na Boha a cítiš, že si mu otvoril dvere, hľaď na neho ako na najvzácnejšiu osobu, stojacu pred tebou, ako na najdrahšieho priateľa. Tak ostaneš stále s ním a môžeš ho prosiť, aby ťa svojim požehnaním najprv očistil od hriechov a pomohol ti, aby si aj ty odpustil druhým. Vtedy ťa oslobodí od naviazanosti na veci a na ľudí a zviaže ťa so sebou i nebom. Potom ho popros, aby rozprestrel na teba svoje ruky a začni žehnať všetkým, za ktorých chceš prosiť.

POSTUPUJ  PRITOM  S  PORIADKOM:

Najprv pros, aby Ježiš položil ruky na tvoju rodinu, tvoj dom, aby vylial na Vás ducha pokoja a dal Vám svoje požehnanie.

Potom ho pros za svoju farnosť, mesto, za národ, z a rodnú vlasť a nakoniec za celý svet.

Až potom ho po jednom pros za všetkých, čo ti ležia na srdci, za jednotlivých členov rodiny, za manžela, manželku, za deti, rodákov, spoločenstvo, spolupracovníkov, šťastnú cestu i návrat...

Na chvíľu potom preruš svoje prosby, aby si chválil Pána. Veleb jeho meno, jeho dobrotu a priateľstvo s tebou a žehnaj jeho vôľu a plán s tebou.

Dobroreč Bohu a pozývaj všetky stvorenia, aby mu s tebou blahorečili, kým nepocítiš vo svojom srdci pokoj a radosť.

Potom opäť začni vzývať Božie požehnanie: na svoje plány a na miesta kam sa chystáš ísť, na stretnutia s ľuďmi, na svoj obchod, na príjemné i nepríjemné situácie, ktoré ťa možno najbližšie čakajú. Osobitne ho pros, aby požehnal toho, alebo to, čoho sa bojíš. Hneď to začni aj sám požehnávať. Ak ťa niekto nenávidí modli sa za neho a žehnaj mu, kým nepocítiš, že sa ho nebojíš, a že si si ho zamiloval. Ak ťa niekto preklína, žehnaj mu! Ak sa obávaš, že ťa niekto chce poviazať mágiou, hypnózou, alebo jednoducho negatívnymi duchovnými silami, požehnávaj ho a odpúšťaj mu. Nielen, že sa pred tým ubrániš, ale staneš sa aj pokojnejším a zdravším, lebo sa aj on zbaví čiernych praktík. Božie požehnanie ho pre tvoje odpustenie a lásku privedie k obráteniu. Láska k nepriateľovi má moc obrátiť ho.

Na záver stručné zhrnutie: **Kamkoľvek prídeš a kamkoľvek pozrieš svojim okom, nech ide s tvojim pohľadom aj tvoje požehnanie. Uvidíš veľké zázraky v živote svojom i svojich blížnych. Lásky je najväčšia sila, lebo Boh je láska.**

*„Urob zo mňa Pane dúhu, ktorá pohĺti všetky farby a v ktorej sa lomí tvoje svetlo! Pane , chcel by som byť obyčajným jazierkom, aby sa vo mne zrkadlilo tvoje nebo!*

/ Dom Helder Camara /