



**Kroky vedoucí k uvolnění
z tíhy viny
po hříchu potratu**

Kroky vedoucí k uvolnění z tíhy viny po hříchu potratu

1. Modli se k Duchu Svatému, abys mohla uvidět hřích a jeho následky v Božím světle.
2. Pros Boha o odpuštění.
3. Odpusť těm, kteří Tě zranili.

Odpuštění je aktem vůle a je závislé pouze na Tvém rozhodnutí. Negativní emoce vztahující se k osobám, které Tě v minulosti zranily – nebrání takovému rozhodnutí. Odpuštěním začíná proces uzdravování, a ten obvykle trvá nějaký čas.

Je to požehnaná doba, kdy Bůh touží vejít do hlubšího vztahu s Tebou, naučit Tě důvěrnosti, rozpoznávání jeho znamení a procházení ke svobodě cestou, kterou pro Tebe připravil.

4. Neobviňuj Boha ze svého hříchu. Bůh touží jen po dobru člověka. Dokázal svou lásku tím, že přišel na svět jako bezbranné dítě, stal se pro nás služebníkem a zemřel za nás na kříži. „Byly to však naše nemoci, jež nesl, naše bolesti na sebe vzal.“ (Iz 53,4)

5. Odpuť sobě. Odpuštění je nutné, abys mohla být osvobozená od bolestné minulosti. Jestli neodpustíš sobě, nebudeš schopná přijmout Lásku Otce.

6. Přiznej si, že potřebuješ uzdravení.

7. Vyznej před Pánem negativní emoce. Nazvi je, vypověz je, dostaň je ze sebe ven. Pamatuj na to, že negativní pocity samy o sobě nejsou hříchem. Bůh Tě nesoudí, touží Tě pouze osvobodit od jejich ničivého vlivu na Tvůj život a znovu Tě naplnit láskou a pokojem.

8. Přijmi kříž. Vlož své pocity do Ran Ježíše („Jeho ranami jsme uzdravení“). Ježíš vzal na sebe všechny hříchy světa, také Tvůj hřích a hříchy těch, kteří Ti ublížili.

9. Modli se za lidi, kterým jsi odpustila, aby i jim bylo odpuštěno a aby mohli žít ve svobodě Božích dětí.

10. Vyznej hřích ve svátosti smíření. Nevracej se do minulosti a nezpovídej se znovu z hříchu, který už byl jednou vyznaný. Důvěřuj Božímu milosrdenství.

11. Přijmi své nenarozené dítě a navaž s ním duchovní kontakt.

12. Modli se k Bohu o to, aby odstranil následky hříchu potratu, kterým je zatížena Tvá rodina.

13. Začni duchovní boj. Čti Písmo svaté. Slovo Boží nezůstává neplodné. Najdi v Bibli úryvky, ve kterých je vyjádřena Boží láska. Ony budou účinnou zbraní ve chvíli útoku zlého ducha.

Kdykoliv se objeví ve Tvé hlavě negativní myšlenka, že Bůh Ti neodpustí:

- zastav se a odpověz příslušným citátem z Písma svatého např. „*Všechno mohu v Tom, který mi dává sílu.*“ (Flp 4,13). Můžeš se také obrátit přímo k Ježíši tím, že budeš opakovat Jeho jméno nebo se modlit střelnou modlitbu, např. „*Ježíši, důvěřuji Ti!*“

14. Posiluj se duchovně, často přijímej sv. svátosti, zvláště svátost smíření a eucharistii.

15. Připoj se k Apoštolátu Života. Začni se modlit modlitbu duchovní adopce počatého dítěte. Konej skutky milosrdenství, kterými konkrétně pomůžeš rodinám a osobám, které to potřebují. Připoj se ke společenství ochránců života.

Doporučení týkající se modlitby

Modlitbu se můžeš pomodlit v kostele, nejlépe před Nejsvětější svátostí, pod křížem Krista nebo u Jeho hrobu v postní době.

Jestli se jí budeš chtít pomodlit doma, vyber si vhodný čas (aby Tě nikdo nerušil) a udělej to slavnostně. Vezmi kříž nebo obraz Krista. Zapal svíčku. Připrav se na setkání s Ježíšem, který přichází se silou uzdravování, čti Písmo svaté, modli se růženec, korunku k Božímu milosrdenství nebo jiné modlitby.

Dívej se na kříž, modli se nahlas slova modlitby. Nepospíchej. Dej čas Pánu Bohu, aby Tě sám provázel. Připrav se na to, že se mohou objevit emoce. Nepotlačuj je a nezastavuj, právě tehdy se Duch Svatý dotýká Tvého srdce.

Modlitba o osvobození z tíhy hříchu po hříchu potratu

Bože v Trojici Jediný, Stvořiteli a Dárce života, děkuji Ti za Tvou všeobjímající Lásku.

Děkuji Ti, Otče, za to, žes nám daroval svého Jednorozeného Syna, aby spasil svět.

Děkuji Ti, Ježíši, za přijetí plánu Otce a naplnění plánu spásy.

Děkuji Ti, Duchu Svatý, za tajemství Vtělení, za to, že jsi v Mariině panenském lůně utkal Tělo Božího Syna.

Děkuji Ti, Maria, že jsi souhlasila s tím, aby ses stala Boží Matkou.

Prosím Tě, zůstaň teď se mnou a provázej mne skrze bolestné události mého života.

Ty, která jsi stála po křížem a dívala se, jak umírá Tvůj Syn, zdrcená bolestí, milující a věrná – byla jsi s ním do konce.

Prosím, buď se mnou, protože jsem matka zraněná hříchem, matka, která zradila své dítě a vydala rozsudek smrti.

Když si vzpomínám na tu událost, cítím ve svém srdci bolest.

Matko Bolestná, oroduj za mne, pros Boha o ducha odvahy pro mě, abych se mohla odvážně podívat a uvidět své rány.

Vezmi mne za ruku a doprovod mě ke svému Synu.

Ježíši, stojím před Tebou se svým hříchem.

Dej mi milost, abych mohla uvidět svůj kříž Tvýma očima.

Obracím se k Tobě jako k nejlepšímu příteli, který mi nejlépe rozumí.

Stojím před Tebou bezmocná, zmožená břemenem vracející se viny, toužím Ti ještě jednou dát svůj hřích.

...zavři oči, dovol Bohu, aby se podíval do hloubky Tvého srdce a vytáhl z Tvé minulosti bolestné události. Důvěřuj mu a nech se vést. Pros nyní Ježíše, aby Ti znovu ukázal ve Tvých představách okolnosti, v nichž ses rozhodovala zabít dítě. Připomeň si tváře těch, kteří Ti ublížili, odmítli Tě, nechali Tě samotnou, vydírali Tě, vysmívali se Ti, pokořovali Tě – může to být Tvůj manžel, matka, tchyně, dospívající děti, soused, přítel, lékař...připomeň si slova, která tehdy padla a bolestně Tě zranila. Pověz upřímně, co cítíš k těmto osobám – hněv, lítost, nenávisť, hořkost. Neboj se nazvat pocity jménem, dostaň je ze sebe a odevzdej je Bohu. Jestli myšlenka na konkrétního člověka vzbuzuje ve Tvém srdci bolest, řekni:

Ježíši, odpouštím této osobě, protože Ty jsi mi tolik odpustil.

Dej mi milost soucitu k této osobě, pomoz mi podívat se na ni Tvýma očima a milovat ji Tvým Srdcem. Pane, dej, abych mohla odpustit této osobě také v mých pocitech, které Ti nyní odevzdávám, také to všechno, co ve mně vzbuzuje hněv - když se dotýkám minulosti – pocit rezignace, rozhořčení, bezmoci, smutku, beznaděje, lítosti kvůli lhostejnosti mých nejbližších.

Vkládám tyto pocity do Tvých Ran, Ježíši, protože ve Tvých ranách je naše uzdravení.

Možná, že jsi toto rozhodnutí učinila sama, v utajení před blízkými, ze strachu z jejich reakce, ztráty zaměstnání, přerušeni kariéry, z rozpaků, protože Tvé dítě bylo počato v nemanželském svazku nebo náhodným partnerem....

Řekni: Pane, odpusť mi hřích egoismu, nedostatek zodpovědnosti, lehkomyšlnost, zatajení pravdy před nejbližšími, kteří mohli mít vliv na mé rozhodnutí a uchránit mě od hříchu.

Zbav mne studu, pocitu viny, které mne tíží a stále mne nutí se ospravedlňovat a obviňovat druhé. Tvůj kříž je plný lásky a milosrdenství. Vlij do mého srdce důvěru a proměň mou vinu v požehnání.

Možná jsi ženou, která prožívá emocionální prázdnotu. Hřích, kterého ses dopustila, tak moc bolí, že v Tobě způsobil „smrt pocitů“. Modli se...

Ježíši, sejmi ze mě břímě nevole, dotkni se mého srdce poznamenaného znamením smrti, dej mi milost lítosti, abych zaplakala nad svým hříchem a mohla ho svými slzami obmýt.

Pane, vezmi mé srdce kamenné a dej mi srdce z masa, citlivé, soucitné, něžné, milující – srdce matky. Ať je znovu rozpálí žár Tvé lásky, abych zase začala prožívat své pocity, dokázala se smát i plakat, zakoušet Tvůj pokoj i dotek.

Ježíši tichý srdce pokorného, učiň moje srdce podle srdce svého.

Provázej mne nyní, Pane, nejtěžší chvílí, v níž jsem se rozhodla zabít své dítě.

Stojím před Tebou v pravdě, nic neospravedlňuji, nikoho neobviňuji – přiznávám svou vinu. Pane,

který v plnosti pronikáš srdce, Ty jediný víš, v jakém duchovním stavu jsem se rozhodla a nakolik jsem si byla vědomá svého činu.

Lituji tohoto rozhodnutí a prosím Tě o odpuštění, Bože, za to, že jsem odmítla Tvůj nejkrásnější dar – život, zpronevěřila se tak Tvé svaté vůli, když jsem zničila Tvůj nádherný plán, který jsi měl s mým dítětem a naší rodinou, když jsem zranila Tvé srdce plné lásky a přibila Tě svým hříchem na kříž.

Když adoruji Tvůj kříž, líbám Jej polibkem lásky, učiň, aby se stal mostem mezi Tebou a mnou, mnou a mým dítětem.

Tvůj kříž spojuje nebe se zemí a lidi mezi sebou.

Pomoz mi nyní, Ježíši, smířit se s mým dítětem.

Prosím, ať ho anděl tohoto dítěte přinese a vloží mi je do náručí, abych ho mohla přijmout, obejmout srdcem a říct: „Miluji Tě, mé dítě.“ Toužím od Tebe uslyšet slovo „maminko.“

Miluji Tě, nevím, zda jsi chlapečkem nebo holčičkou. Dnes Ti dávám jméno ve jménu Ježíše, vyjadřuji nyní celým svým srdcem „křest touhy“.

Můžeš prosit Ježíše, aby Ti dal poznat pohlaví dítěte, ale není to podmínka ke smíření a pojmenování dítěte.

Vyber si libovolné mužské či ženské jméno a pověz: jestli jsi holčička, dávám Ti jméno např. Anna, jestli jsi chlapeček, dávám Ti jméno např. Jan. Jestli byl potrat několikanásobný, dáš tímto způsobem jména dalším dětem. Kdyby to pro Tebe bylo těžké, popros Marii, aby to udělala za Tebe.

Mé dítě!

Prosím Tě o odpuštění za to, že jsem Ti nedovolila přijít na svět,

žes nepoznalo mou lásku,

žes nesálo z mých prsů,

žes nezakusilo mou péči,

žes neobdrželo svátost křtu,

žes neprožívalo radost z prvního svatého přijímání a biřmování

žes nepoznalo své sourozence.

Lituji toho, že nemohu vrátit čas, držet Tě v náručí, uslyšet od Tebe slovo „máma“, dívat se, jak děláš první krůčky, prožívat spolu s Tebou dětství, mládí, dívat se jak vstupuješ do dospělosti, mít radost z Tvých úspěchů, pomáhat Ti řešit problémy a učit Tě hledat ve Tvém životě Boží stopy.

Prosím, odpusť své mámě a svému tátovi. Miluji Tě, i když Tě vidím jen očima své představivosti, ale moje srdce mi říká, že žiješ. I když ses nenarodilo na zemi, jsi v nebi.

Proto Tě nyní svěřuji Tvé rodině v nebi, odevzdávám Tě do náručí Nejsvětější Matky a svatého Josefa. Odevzdávám Tě, ale neloučím se s Tebou, protože od této chvíle Ti budu říkat jménem, zvat Tě do svého života, spojovat se s Tebou duchovně, modlit se a adorat Boha ve mši svaté. Buď naším přímluvcem a vyprošuj rodině potřebné milosti, abychom mohli dobře žít a ve chvílích zkoušek byli věrni Kristu a Jeho evangeliu. A když skončí moje pozemské putování, pomoz mi překročit práh věčnosti, abych mohla už navěky uspokojit svou touhu.

Mohu nyní odpustit sobě a odpouštím sobě ve Tvém jménu Ježíši.

Vím, že jsi vzal můj hřích na kříž, trpěl jsi a umřel za mě, díval ses na mě z výšky kříže, toužil jsi, abych čerpala z pramenů Tvého milosrdenství a začala žít novým životem, abych vyšla z doliny smrti ke zmrtvýchvstání.

Prosím, žehnej mi a odstraň z mého těla následky hříchu.

Zbav mě ničujícího stresu, strachu z trestu, ducha hrožících fyzických i psychických nemocí.

Očisti mne, obmyj a celou mne ponoř do Tvého milosrdenství.

Ať mnou proniká Tvé uzdravující světlo a osvobozuje mne od veškerého duchovního trápení, naplňuje mě pokojem, radostí, schopností soucitu a obdarovávání láskou.

Uzdrav mou zraněnou sexualitu a obnov její původní krásu.

Učiň, abych z vděčností a beze strachu přijala své povolání a uměla Ti děkovat za to, že jsi mne stvořil jako ženu.

Prosím Tě nyní, Pane, aby přišel na pomoc celé mé rodině a osvobodil ji z následků hříchu proti životu.

Dotkni se svou mocí našich dětí a jejich potomků, uzdrav je, vzdal od nich ducha smrti, strachu, deprese, nedůvěry sobě, selhání, protože Tvoje děti, Pane, se staly oběťmi mého hříchu.

Stvoř v nich na nov svůj obraz a svou podobu.

Sešli svého Svatého Ducha.

Dej jim vědomí Tvé bezpodmínečné lásky.

Navrát jim radost, důvěru, pocit bezpečí, aby mohly žít ve svobodě dětí Božích a naplňovat Tvé povolání.

Matko Boží, děkuji Ti, žes mne doprovázela skrze zkoušku kříže a byl jsi se mnou v bolestných tajemstvích mého života.

Děkuji Ti, Bože, za dar Tvého milosrdenství, které převyšuje spravedlnost a které budu navěky oslavovat.

Amen.