

## Liturgia domácej cirkvi

### 3. veľkonočná nedeľa

#### 1. Úvodné obrady

Na stôl položte kríž alebo ikonu alebo obraz Sv. Rodiny, zažatú sviecu a Sv. Písmo. Skratka **V** označuje otca, matku, prípadne podľa situácie niekoho iného, kto vedie liturgiu; skratka **S** označuje spoločné odpovede.

**V:** V mene Otca i Syna i Ducha Svätého.

**S: Amen.**

**V:** V dnešnú tretiu veľkonočnú nedeľu nás Pán opäť zjednocuje v našej domácej cirkvi, na spoločnej modlitbe. Vstupuje do nášho rodinného spoločenstva a pozdravuje nás podobne ako apoštolov svojim "veľkonočným pozdravom": „Pokoje vám!“ Ale nechce nás len pozdraviť, túži nás naplniť darom svojho pokoja. Otvorme mu preto naše srdcia, aby rozhoreli pri počúvaní jeho slova a naplnili pravým pokojom. „Pane Ježišu, osviet našu myseľ

**S: a daj, nech naše srdce horí, keď k nám hovoríš.“**

**V:** Pane, v tejto chvíli ticha zverujeme tvojmu nekonečnému milosrdenstvu všetky naše hriechy a previnenia. Zhliadni na nás a odpusť nám všetko zlo, ktoré sme spáchali myšlienkami, slovami, skutkami alebo zanedbaním dobrého.

#### Chvíľa ticha

**V:** Na znak vzájomného odpustenia si teraz dajme znak pokoja.

*(Primeraným spôsobom a podľa zváženia si prítomní vymenia znak pokoja)*

**V:** Nebeský Otče, ďakujeme ti, že sa o nás staráš a každý deň nám vo svojich daroch preukazuješ svoju dobrotu a lásku. Prosíme ťa, aby sme nezabúdali na ten najväčší dar, ktorý nám dávaš vo svojom vzkriesenom Synovi Ježišovi Kristovi. Nech nás jeho víťazstvo nad hriechom a smrťou uistí, že spolu s ním a vďaka jeho milosti, môžeme aj my víťaziť nad všetkým zlom a žiť v tvojom pokoji. Ty si Boh a žije a kraluješ na veky vekov.

**S: Amen.**

#### 2. Spoločná modlitba Žalmu 30 (ak je možné, môže sa spievať)

**V:** *Budem ťa, Pane, oslavovať, že si ma vyslobodil.*

**S:** *Budem ťa, Pane, oslavovať, že si ma vyslobodil.*

Budem ťa, Pane, oslavovať, že si ma vyslobodil \*

a že si nedovolil, aby sa moji nepriatelia radovali nado mnou.

Pane, vyviedol si ma z ríše zosnulých, \*

navrátil si mi život, aby som nezostúpil do hrobu. **S:**

Na harfe hrajte Pánovi, jeho svätí, \*

vzdávajúce vd'aky jeho menu svätému.  
Lebo len chvíľku trvá jeho hnev, \*  
ale celý život jeho láskavosť.  
Podvečer je nám hosťom plač \*  
a radosť nad ránom. **S:**  
Čuj, Pane a zmiluj sa nado mnou; \*  
Pane, buď mi na pomoci.  
Môj nárek si obrátil na tanec; \*  
Pane, Bože môj, naveky ťa chcem velebiť. **S:**

### 3. Evanjeliový úryvok

**V:** Čítanie zo svätého evanjelia podľa Lukáša (Lk 24, 35-48)

Ježišovi učeníci porozprávali, čo sa im stalo cestou a ako ho spoznali pri lámaní chleba. Kým o tom hovorili, on sám zastal uprostred nich a povedal im: „Pokoľ vám.“ Zmätení a naľakaní si mysleli, že vidia ducha. On im povedal. „Čo sa ľakáte a prečo vám srdcia zachvacujú také myšlienky? Pozrite na moje ruky a nohy, že som to ja! Dotknite sa ma a presvedčte sa! Ved' duch nemá mäso a kosti – a vidíte, že ja mám.“ Ako to povedal, ukázal im ruky a nohy.

A keď tomu stále od veľkej radosti nemohli uveriť a len sa divili, povedal im: „Máte tu niečo na jedenie?“ Oni mu podali kúsok pečenej ryby. I vzal si a jedol pred nimi. Potom im povedal: „Toto je to, čo som vám hovoril, kým som bol ešte s vami, že sa musí splniť všetko, čo je o mne napísané v Mojžišovom zákone, u Prorokov a v Žalmochoch.“

Vtedy im otvoril myseľ, aby porozumeli Písmu, a povedal im: „Tak je napísané, že Mesiáš bude trpieť a tretieho dňa vstane z mŕtvych a v jeho mene sa bude všetkým národom, počnúc od Jeruzalema, hlásať pokánie na odpustenie hriechov. Vy ste toho svedkami.“

**V:** Počuli sme slovo Pánovo.

**S:** *Chvála tebe, Kriste.*

### 4. Zamyslenie

Dnešný úryvok z evanjelia nás vracia do večeradla, v ktorom boli zhromaždení Ježišovi učeníci na veľkonočnú nedeľu. Sú medzi nimi dvaja takí, ktorým sa zmŕtvychvstalý Ježiš zjavil na ceste do dediny, ktorá sa volala Emmauzy. Hoci kráčali s Ježišom niekoľko hodín a hoci im horelo srdce, keď im Ježiš vysvetľoval úryvky zo Sv. Písma, predsa ho nespoznali. Spoznali ho až podvečer, keď s nimi sedel za stolom a lámal chlieb. Celí natešení sa ihneď vrátili do Jeruzalema medzi ostatných učeníkov a porozprávali im, „čo sa im stalo cestou a ako ho spoznali pri lámaní chleba.“

Už od zajtra budeme mať opäť možnosť zúčastniť sa sv. omše, pri ktorej Ježiš, rukami kňaza, pred našimi očami bude lámať chlieb – živý chlieb, ktorým je jeho telo a ktorým nás bude chcieť nasýtiť. Dlhé mesiace sme nemohli byť na svätej omši a museli sme ju sledovať len v televízii či cez internet a Ježiša sme mohli prijímať len duchovne. Od zajtra ho konečne budeme môcť prijať prítomného v sviatosti Eucharistie, ktorá je jeho

pravým živým telom. Tešíme sa na to? Horí nám naše srdce túžbou po stretnutí sa s ním? **(Možnosť interakcie)**. Je dobré a pekné tešiť sa na túto chvíľu, ale je zároveň potrebné sa na ňu aj pripraviť. Ako? Spytovaním svedomia, ľútosťou nad hriechmi a svätou spoveďou.

Vzkriesený Ježiš chce reálne vstúpiť do našich životov, podobne ako reálne prišiel medzi svojich učeníkov do veľkonočného večeradla. Keď prišiel medzi nich, pozdravil ich slovami: „*Pokoj vám!*“ Kristus chce naplniť aj naše srdcia svojim pokojom a túži, aby jeho pokoj vládol nielen v nás, ale aj medzi nami. Iste aj my chceme, aby sme sa nehádali, aby medzi nami nevznikali zbytočné spory a rozdelenia. Túžime, aby naša rodina bola vždy miestom pokoja, miestom istoty a bezpečia. Nie je to vždy jednoduché, preto sa chceme otvárať Božej milosti a prosiť Ježiša, aby nás každý deň naplňal svojim pokojom, aby sme mohli byť nositeľmi jeho pokoja.

Keď učeníci videli Ježiša mysleli si, že vidia ducha a preto boli zmätení a naľakaní. Aj nás niekedy prepadne strach. Z čoho všetkého môžeme mať strach? **(Možnosť interakcie)**. No Ježiš hovorí učeníkom i nám: „*Čo sa ľakáte?*“ a ako dôkaz, že nie je duchom im hovorí: „*Pozrite na moje ruky a nohy, že som to ja! Dotknite sa ma a presvedčte sa! Ved' duch nemá mäso a kosti – a vidíte, že ja mám.*“ Učeníkov naplnila obrovská radosť. „*A keď tomu stále od veľkej radosti nemohli uverit'*“ a len neveriacky krútili hlavami, Ježiš im chce dať ďalší dôkaz a preto im hovorí: „*Máte tu niečo na jedenie?*» *Oni mu podali kúsok pečenej ryby. I vzal si a jedol pred nimi.*“

Dnešné Božie slovo nám chce poukázať na viaceré dôležité skutočnosti. Prvá skutočnosť je, že Ježiš chce prekonávať naše obavy a strachy spolu s nami a že je vždy prítomný v našom živote. Hoci ho nevidíme fyzickými očami, môžeme ho vidieť očami našej viery. Môžeme sa ho dotknúť našou vierou a rovnako sa on môže dotknúť nás. Ako to robí? Dotýka sa nás svojim slovom, dotýka sa nás rukami našich blížnych a vstupuje do nášho života cez sviatosť, predovšetkým cez sviatosť Eucharistie, ktorá je jeho telom.

Druhá skutočnosť, na ktorú poukazuje dnešné Božie slovo sa týka nášho tela. Ježiš je vzkriesený nielen s dušou, ale aj so svojim telom, hoci učeníci tomu spočiatku nemôžu uveriť. Ježiš nám tak poukazuje, že pravá veľkonočná radosť nie je len radosťou duchovnou, ale aj radosťou, ktorú prežívame v našom tele. Vzkriesené Ježišovo telo nám poukazuje na skutočnosť, že jeho telo je plné Ducha, teda plné Boha, plné Lásky. Boh Otec ho mocou Ducha Svätého vzkriesil k životu a preto bolo jeho telo plné Božieho Ducha. Tu sa nám ukazuje pravý význam nášho tela. Bolo stvorené spolu s dušou, aby mohlo byť miestom zjavenia lásky a radosti. Nie egoistickej lásky a roztopašnej radosti, ale Božej lásky a Božej radosti. Boh nám daroval telo, aby sme vďaka nemu mohli vytvárať vzájomné vzťahy a tešiť sa z nich. Keď sa počas pandémie nemôžeme stretávať s našimi blížnymi a musíme s nimi komunikovať len virtuálne, cítime, že to nie je ono. Keď si napr. nemôžeme podať ruky, objasť sa, vnímame, že naše vzťahy sú o čosi ochudobnené. Sú ochudobnené o lásku prežívanú a prejavujúcu sa skrze naše telo. Telo, s ktorým nás Pán Boh stvoril je preto veľkým darom a máme ho mať v úcte a starať oň. A rovnako máme mať v úcte aj telá druhých ľudí.

Treťou skutočnosťou, na ktorú nám poukazuje dnešné Božie slovo je, že sám Ježiš chce s nami vytvárať a prežívať vzťah lásky skrze vlastné telo. Dáva nám svoje telo

v Eucharistii ako znamenie jeho lásky k nám a tak nás pozýva prežívať pravé priateľstvo s ním už tu na tejto zemi. Vďaka Eucharistii a aj iným sviatostiam, ktoré prijímame sa naše telo naplňa Božím Duchom, stáva sa ozajstným chrámom Ducha Svätého, čiže miestom, kde sa môžeme stretnúť s Bohom a jeho láskou. Naše telo sa tak stáva viditeľným znamením Boha.

Napokon, pozerajúc na Ježišovo vzkriesené telo, nachádzame odpoveď aj na veľkú a dôležitú otázku, čo sa stane s našim telom po našej smrti. Bude ako zrno zasiaté do zeme, aby na konci sveta mohlo byť vzkriesené zmŕtvych pre večný život. Vo Vyznaní viery to vyjadrujeme slovami: „Verím vo vzkriesenie tela a v život večný.“ Vtedy bude naše telo takým telom, akým je aj Ježišovo vzkriesené telo, bude plné Ducha, a my budeme môcť prežívať večnú radosť v spoločenstve s Bohom a so všetkými svätými.

(Ak niekto chce, môže sa podeliť o krátku myšlienku, ktorá ho oslovila z Božieho slova.)

**V:** Teraz môžeme využiť naše hudobné talenty a spolu si zaspievať pieseň a osláviť ňou zmŕtvychvstalého Krista.

(Je možné spolu zaspievať pieseň napr. [„Svoj pokoj vám ja zanechávam“](#), alebo inú vhodnú pieseň. Ak niektorí členovia rodiny hrajú na nejaký hudobný nástroj, môžu ho využiť. Slová a akordy – [tu](#). Ako bónus a odmenu pre deti ☺ na dnešné popoludnie prikladám 30 min. animovaný príbeh o Ježišovom zmŕtvychvstaní. Pre menšie deti [animovaný príbeh o tom, čo nás čaká, keď Ježiš príde druhý krát.](#))

## **5. Vďaky a prosby (do modlitby sa môžu zapojiť viacerí).**

**V:** V tejto chvíli sa poďakujeme nášmu Spasiteľovi za dar jeho zmŕtvychvstania a s pokorným srdcom mu prednesme naše prosby. Spoločne volajme:

**S: Ďakujeme ti, Pane.**

- Pane Ježišu, ďakujeme ti, že si nám svojou smrťou a zmŕtvychvstaním otvoril bránu do večného života. **S:**

- Pane Ježišu, ďakujeme ti, že si stále prítomný uprostred nás a že vstupuješ do života našej rodiny vo svojom slove a v ostatných sviatostiach, osobitne vo sviatosti Eucharistie. **S:**

- Pane Ježišu, ďakujeme ti, za to, že sa pandemická situácia zlepšuje a že opäť sa budeme môcť vrátiť do nášho chrámu, aby sme ťa tam, spolu s našimi bratmi a sestrami chválili, ďakovali ti a prosili ťa o pomoc a požehnanie. **S:**

- Pane Ježišu, ďakujeme ti za našich rodičov, starých rodičov a ostatných príbuzných. Z celého srdca ti ďakujeme za ich lásku a starostlivosť. **S:**

- Pane Ježišu, ďakujeme ti, že sme sa mohli vrátiť do škôl, stretnúť sa so svojimi spolužiakmi i učiteľmi a že sa opäť môžeme plnohodnotne vzdelávať. **S:**

- Pane Ježišu, prosíme ťa, naplň naše srdcia tvojim pokojom a daj nech v našej rodine i v našej krajine vládne pokoj a bratská láska. **S:**

**S: Prosíme ťa, Pane.**

- Pane Ježišu, prosíme ťa, aby sme stále ochotne čítali a počúvali tvoje slovo a prijímali ťa s veľkou túžbou v najsvätejšej Sviatosti oltárnej. **S:**

- Pane Ježišu, odpusť nám, ak sme okolo seba namiesto pokoja šírili nepokoj a nelásku. **S:**
- Pane Ježišu, prosíme ťa za duchovného otca (duchovných otcov) v našej farnosti: daj, nech je (sú) stále obrazom teba, Dobrého pastiera. **S:**
- Pane Ježišu, prosíme ťa o nového otca biskupa pre našu diecézu: daj, nech bude pre nás dobrým, starostlivým a múdрым otcom a pastierom. **S:**
- Pane Ježišu, prosíme ťa o pomoc a silu pre všetkých chorých a trpiacich i pre tých, ktorí sa o nich starajú a opatrujú ich. **S:**
- Pane Ježišu, daj, nech si vážime naše telo i telá našich blížnych ako veľký dar a máme k nemu veľkú úctu. **S:**
- Pane Ježišu, prosíme ťa za duše všetkých zosnulých, osobitne za tých, na ktorých si nikto nespomína: odpusť im viny a prijmi ich do svojho nebeského kráľovstva. **S:**

## **6. Modlitba duchovného svätého prijímania**

*(Modlia sa ju tí, ktorí nemohli v dnešný deň prijať Eucharistiu.)*

**V:** Už od zajtra budeme môcť byť účastní na sv. omši a prijímať najsvätejšiu Eucharistiu. V nasledujúcej modlitbe si vzbudme túžbu po Ježišovi. Na chvíľu sa stíšme vo svojom srdci.

**Chvíľa ticha**

**V:** Teraz pomaly a sústredene prednesme spoločne nasledujúcu modlitbu:

**Všetci sa spoločne modlia:**

Môj Ježišu, verím, že si v Najsvätejšej oltárnej sviatosti skutočne prítomný.

Klaniam sa ti a milujem ťa nadovšetko.

Z lásky k tebe ľutujem všetky svoje hriechy.

Sľubujem, že sa budem vyhýbať každej hriešnej príležitosti.

Moja duša túži po tebe, ale keďže ťa teraz sviatostne nemôžem prijať, príd' aspoň duchovne so svojou milosťou do môjho srdca.

Daj, aby som vždy žil v tvojej milosti, a tak plnil tvoju vôľu.

Ty žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen. *(sv. Alfonz z Ligouri)*

## **7. Modlitba Pána** (Členovia rodiny sa môžu chytiť za ruky.)

**V:** Teraz sa s dôverou a láskou obráťme na nášho nebeského Otca a modlime sa tak, ako nás to naučil sám Pán Ježiš.

**S: Otče náš...**

**8. Záverečné 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.**

**V:** Zakončíme našu domácu liturgiu tým, že Márii, Kráľovnej rodiny i sv. Jozefovi, zveríme našu rodinu, našu farnosť, celú Cirkev, našu vlasť i celé ľudstvo, najmä tých, ktorí sa nachádzajú v ťažkostiach a utrpeniach.

**S: Zdravas Mária... alebo Pod tvoju ochranu...**

**V:** Matka milosrdenstva,

**S: Oroduje za nás!**

**V:** Sv. Jozef,

**S: Oroduj za nás!**

**V:** Dobrorečme Pánovi.

**S: Bohu vďaka.**