

DIECÉZNA ŠKOLA VIERY

4. téma: POKÁNIE

Úvod. Doposiaľ sme v našej škole viery uvažovali o troch sviatostiach, ktoré nazývame sviatosti uvádzania do kresťanského života: sviatosť krstu, sviatosť birmovania a sviatosť Eucharistie. Dostali sme v nich neoceniteľný Boží dar – nový život v Kristovi. Lenže tento život nosíme „v hlinených nádobách“ (2Kor 4,7). V pozemskom živote sme stále vystavení utrpeniu, chorobe, smrti a pokušeniu k hriechu. Nový život Božieho dieťaťa v nás môže zoslabnúť, ba mohli by sme ho aj stratiť hriechom. Pán Ježiš Kristus, lekár našich duší i našich tiel, ktorý ochrnutému odpustil hriechy a vrátil telesné zdravie, chcel, aby jeho Cirkvej mocou Ducha Svätého pokračovala v jeho diele uzdravovania a spásy. **To je cieľ dvoch sviatostí uzdravenia – sviatosti pokánia a pomazania chorých. Dnes chceme hovoriť o prvej z nich, o sviatosti pokánia.**

I. SVIATOSŤ POKÁNIA

Cirkevní Otcovia nazývali sviatosť pokánia „namáhavým krstom“, pretože je tak potrebná na spásu pre tých, čo po krste padli do hriechu, ako je potrebný samotný krst pre tých, čo ešte nie sú krstom znovuzrodení. Ak po prijatí sviatosti krstu upadneme do hriechu, tak vo sviatosti pokánia dostávame z Božieho milosrdenstva odpustenie urážky spôsobenej Bohu a zároveň sa zmierujeme s Cirkvou, ktorú sme hriechom ranili a ktorá sa láskou, príkladom a modlitbami pričiňuje o naše obrátenie.

1. Názvy sviatosti pokánia

Volá sa sviatosť obrátenia – lebo sviatostne uskutočňuje Ježišovu výzvu na obrátenie, proces návratu k Otcovi, od ktorého sa človek vzdialil hriechom.

Volá sa sviatosť pokánia, – lebo posväčuje osobný a cirkevný-ekleziálny proces obrátenia, ľútosti a zadost'učinenia kresťana-hriešnika.

Volá sa sviatosť svätej spovede – lebo spoveď, vyznanie hriechov pred kňazom je podstatnou zložkou tejto sviatosti. V hlbokom zmysle je táto sviatosť aj „vyznaním“, čiže uznaním a chválou Božej svätosti a Božieho milosrdenstva voči hriešnemu človekovi.

Volá sa sviatosť odpustenia – lebo kňazovým sviatostným rozhršením Boh udeľuje kajúcnikovi „odpustenie a pokoj“.

Volá sa sviatosť zmierenia – lebo hriešnikovi dáva lásku Boha, ktorý zmieruje: „Nechajte sa zmieriť s Bohom“ (2Kor 5,20). Kto žije z milosrdnej Božej lásky, je pripravený odpovedať na Pánovu výzvu: „Chod' sa najprv zmieriť so svojím bratom“ (Mt 5,24).

2. Prečo potrebujeme sviatosť pokánia po krste?

Apoštol sv. Pavol píše o sviatosti krstu: „Obmyli ste sa, boli ste posvätení, boli ste ospravedlivení v mene Pána Ježiša Krista a v Duchu nášho Boha“ (1Kor 6,11). Preto najprv máme dobre spoznať veľkosť Božieho daru nového života, ktorý sme dostali vo sviatostiach uvádzania do kresťanského života, aby sme poznali a milovali tento Boží dar a aby sme pochopili, do akej miery je hriech neprípustný pre pokrsteného kresťana. Ale apoštol svätý Ján tiež píše: „Ak hovoríme, že nemáme hriech, klameme sami seba a nie je v nás pravda“ (1Jn 1,8). Nový život, ktorý sme dostali vo sviatostiach uvádzania do kresťanského života, neodstránil krehkosť a slabosť ľudskej prirodzenosti ani náklonnosť na hriech, ktorú tradícia nazýva žadostivosť a ktorá zostáva aj v nás, pokrstených. Pomocou Kristovej milosti sa počas pozemského života máme osvedčiť v zápase s hriechom. Je to stály zápas o obrátenie s cieľom dosiahnuť svätosť a večný život, do ktorého nás Pán neprestajne povoláva.

3. Obrátenie pokrstených

Ježiš vyzýva na obrátenie, ktoré je podstatnou zložkou ohlasovania Božieho kráľovstva: „Naplnil sa čas a priblížilo sa Božie kráľovstvo. Kajajte sa a verte evanjeliu.“ (Mk 1,15). Krst je miestom prvého a základného obrátenia. Vierou v dobrú zvesť a krstom sa človek zrieka zla a získava spásu, čiže odpustenie všetkých hriechov a dar nového života. Avšak Kristova výzva na obrátenie zaznieva v živote kresťanov aj po krste. Je nepretržitou úlohou celej Cirkvi, ktorá zahŕňa vo svojom lone hriešnikov, je svätá a zároveň stále potrebuje očistenie, ustavične kráča cestou pokánia a obnovy.

Úsilie o obrátenie nie je len ľudským dielom. Je to snaha „skrúseného srdca“, ktoré priťahuje a pohýna Božia milosť, aby odpovedalo na milosrdnú lásku Boha, ktorý nás prvý miloval. Pripomeňme si obrátenie svätého Petra po trojnásobnom zapretí svojho Učiteľa. Ježišov milosrdný pohľad vyvolal v Petrovi slzy ľútosti a po Pánovom zmrtvychvstaní trojnásobné vyznanie Petrovej lásky k nemu. Ježiš upiera svoj milosrdný pohľad na každého z nás. Druhé obrátenie má aj spoločenský rozmer. Čo sa týka dvoch obrátení, svätý Ambróz hovorí: „Cirkev však má aj vodu a má aj slzy: vodu krstu a slzy pokánia.“

4. Vnútorne pokánie

Ježišova výzva na obrátenie a pokánie sa vzťahuje predovšetkým na obrátenie srdca, na vnútorné pokánie. Bez neho skutky pokánia, ktoré konáme, zostávajú neplodné a klamné; vnútorné obrátenie nás pobáda, aby sa postoj obrátenia prejavil vo viditeľných znakoch a skutkoch pokánia.

Vnútorne pokánie je radikálne preorientovanie nášho života, návrat, obrátenie sa k Bohu celým srdcom, zanechanie hriechu, odvrátenie sa od zla spojené s odporom k zlým skutkom, ktorých sme sa dopustili. Je to tiež túžba a rozhodnutie zmeniť život s nádejou na Božie milosrdenstvo a s dôverou v pomoc Božej milosti. Toto obrátenie srdca sprevádza spasiteľná bolesť a spasiteľný zármutok, ktoré cirkevní Otcovia nazvali trýzeň duše, či skrúsenosť srdca.

Zo skúsenosti vieme, aké je ľudské srdce ťarbavé a zatvrdnuté. Potrebujeme, aby nám Boh dal nové srdce. Obrátenie je predovšetkým dielom milosti Boha, ktorý spôsobuje, že sa naše srdcia vracajú k nemu: „Obráť nás, Pane, k sebe a vrátíme sa“ (Nár 5,21). Boh nám dáva silu začať znova. Keď naše srdce objaví veľkosť Božej lásky, je otrasené hrôzou a ťarchou hriechu a začína sa báť, aby neurazilo Boha hriechom a nebolo od neho odlúčené. Ľudské srdce sa obracia, mení, keď hľadá na Ježiša na kríži, ktorého naše hriechy prebodli. „Upretým zrakom hľadme na Kristovu krv a spoznajme, aká je vzácna Bohu, jeho Otcovi; vyliať na našu spásu celému svetu priniesla milosť pokánia“ (Svätý Klement Rímsky, *List Korintanom*, 7, 4).

5. Rozličné formy pokánia v kresťanskom živote

Vnútorne pokánie prejavujeme rozmanitým spôsobom. Písmo a Otcovia zdôrazňujú najmä tri formy: **pôst, modlitbu a almužnu**. Vyjadrujú obrátenie vo vzťahu k sebe samému, vo vzťahu k Bohu a vo vzťahu k blíznym. Otcovia okrem úplného očistenia, ktoré spôsobuje krst alebo mučeníctvo, uvádzajú ako prostriedky na odpustenie hriechov úsilie: zmieriť sa so svojim blíznym, slzy pokánia, starostlivosť o spásu blížneho, orodovanie svätých a čínorodú lásku, ktorá „zakrýva množstvo hriechov“ (1Pt 4,8).

Viditeľné prejavy obrátenia. V každodennom živote uskutočňujeme obrátenie prejavmi zmierenia, starostlivosťou o chudobných, vykonávaním a obranou spravodlivosti a práva, vyznaním pokleskov bratom, bratským napomenutím, revíziou života, spytovaním svedomia, duchovným vedením, prijímaním utrpení a trezlivosťou v prenasledovaní pre spravodlivosť. Najistejšia cesta pokánia je vziať každý deň svoj kríž a nasledovať Ježiša (porov. Lk 9,23).

Eucharistia a pokánie. Eucharistia je prameň a pokrm obrátenia a pokánia, lebo v nej sa sprítomňuje Kristova obeta, ktorá nás zmierila s Bohom. Eucharistiou živíme a posilňujeme Kristov život v nás. Eucharistia je mocný protilek, ktorý nás oslobodzuje od každodenných previnení a chráni pred smrteľnými hriechmi. Čítanie Svätého písma, modlitba liturgie hodín a modlitba Otče náš, každý úprimný úkon kultu alebo nábožnosti, ožívujú v nás ducha obrátenia a pokánia a prispievajú k odpusteniu našich hriechov.

Kajúčne obdobia a dni v liturgickom roku. Pôstne obdobie, či každý piatok na pamiatku Pánovej smrti, sú významné chvíle v kajúcej praxi Cirkvi. Sú osobitne vhodné na duchovné cvičenia, kajúčne liturgické pobožnosti, púte na znak pokánia, dobrovoľné odriekania, ako je pôst a almužna a bratské podelenie sa (charitatívne a misijné diela).

Dynamika obrátenia a pokánia. Ježiš ju opísal v podobenstve o „márnoträtom synovi“, ktorého stredobodom je „milosrdný Otec“ (Lk 15,11 -24): očarenie klamlivou slobodou, opustenie otcovského domu; krajná bieda, v ktorej sa syn nájde, keď premárnil svoj majetok; hlboké poníženie, keď sa vidí donútený pást' svine, a ešte horšie, keď túži nasýtiť sa strukmi, čo žrali svine; uvažovanie nad tým, čo stratil; ľútosť a rozhodnutie priznať pred otcom svoju vinu; návrat; veľkodušné otcovo prijatie; otcova radosť – to sú charakteristické momenty procesu obrátenia. Krásne šaty, prsteň a slávnostná hostina sú symbolmi nového, čistého, dôstojného a radosného života človeka, ktorý sa vracia k Bohu a do lona

svojej rodiny, ktorou je Cirkev. Podobenstvom nám Kristovo Srdce, ktoré pozná hĺbku lásky svojho Otca, obdivuhodným spôsobom zjavilo hĺbku nekonečného Božieho milosrdenstva.

Duch Svätý zas usvedčuje svet z veľkého hriechu, že svet neveril v toho, ktorého poslal Otec. Ale ten istý Duch, ktorý odhaľuje hriech, je Tešiteľ, ktorý dáva ľudskému srdcu milosť pokánia a obrátenia.

6. Pokánie a zmierenie

Čo je hriech? Je pohrdnutím Bohom je urážkou Boha, je prerušením spoločenstva s ním. Hriechy nás vnútorne rozbíjajú, duchovne vyprázdňujú. Hriech narúša jednotu, ničí dobré vzťahy s blíznymi. Naše hriechy zraňujú, znesväcujú spoločenstvo Cirkvi alebo nás aj zo spoločenstva Božieho ľudu vylučujú. Preto obrátenie prináša súčasne Božie odpustenie a zmierenie s Cirkvou, čo liturgicky vyjadruje a uskutočňuje sviatosť pokánia.

Smrteľný hriech – je vážnym prestúpením Božieho zákona – ničí v srdci človeka lásku. Odvracia človeka od Boha, ktorý je jeho posledným cieľom a jeho blaženosťou, a to tým, že človek dáva prednosť nejakému nižšiemu dobru pred Bohom. Smrteľný hriech predpokladá súčasne tri podmienky: „Smrteľný je každý hriech, ktorého predmetom je vážna vec a okrem toho je spáchaný s plným vedomím a uváženým súhlasom.“ (KKC 1857)

Všedný hriech ponecháva v človekovi čnosť lásky ale ju oslabuje, uráža a zraňuje. Všedný hriech spácha človek vtedy, keď v nezávažnej veci nezachová mieru predpísanú morálnym zákonom alebo keď neposlúchne morálny zákon vo vážnej veci, ale bez plného poznania a úplného súhlasu. Vedomý a dobrovoľný všedný hriech, ak ho neolutujeme, nás pozvoľna disponuje na spáchanie smrteľného hriechu. Napriek tomu všedný hriech neničí, ale oslabuje Boží život v nás. S pomocou Božej milosti to možno napraviť. „Nepozbavuje posväcujúcej milosti, priateľstva s Bohom ani lásky, a teda ani večnej blaženosti.“ (KKC 1863)

„Ľuďom sa odpustí každý hriech i rúhanie, ale rúhanie proti Duchu sa neodpustí“ (Mt 12,31). Božie milosrdenstvo nemá hraníc; ale kto vedome a dobrovoľne odmieta prijať ľútosťou Božie milosrdenstvo, odmieta odpustenie svojich hriechov a spásu, ktorú mu ponúka Duch Svätý. Takáto zatvrdnutosť môže priviesť ku konečnej nekajúcnosti a do večného zatratenia.

Jedine Boh odpúšťa hriechy

Pretože Ježiš je Boží Syn, tvrdí o sebe: „Syn človeka má na zemi moc odpúšťať hriechy“ (Mk 2,10). A túto božskú moc aj vykonáva: „Odpúšťajú sa ti hriechy!“ (Mk 2,5). Ba viac, na základe svojej božskej autority udeľuje túto moc aj ľuďom, aby ju vykonávali v jeho mene. Kristus chcel, aby celá jeho Cirkev bola svojou modlitbou, životom a činnosťou znakom a nástrojom odpustenia a zmierenia, ktoré nám získal za cenu svojej krvi. Ale vykonávanie moci rozhrešenia zveril apoštolskej službe. Tá je poverená „službou zmierenia“ (2 Kor 5,18). Apoštol je poslaný v Kristovom mene a Boh sám skrze neho napomína a prosí: „Zmierte sa s Bohom“ (2 Kor 5,20).

Zmierenie s Cirkvou

Ježiš počas svojho verejného života odpúšťal ľuďom hriechy a ukázal aj účinky odpustenia. Hriešnikov, ktorým odpustil, znova začlenil do spoločenstva Božieho ľudu, z ktorého ich hriech vzdialil alebo aj vylúčil. Ježiš dovolil hriešnikom pristúpiť k svojmu stolu, ba sám si sadal k ich stolu. Toto gesto veľmi pôsobivo vyjadruje Božie odpustenie a súčasne aj návrat do lona Božieho ľudu.

Pán Ježiš dal apoštolom účasť na svojej vlastnej moci odpúšťať hriechy a zároveň im udelil aj moc zmierovať hriešnikov s Cirkvou. Tento cirkevný rozmer ich poslania vyjadrujú najmä Kristove slávnostné slová, ktoré povedal Šimonovi Petrovi: „Tebe dám kľúče od nebeského kráľovstva: čo zviažeš na zemi, bude zviazané v nebi, a čo rozviažeš na zemi, bude rozviazané v nebi“ (Mt 16,19). Moc zväzovať a rozväzovať, ktorú dostal Peter, bola daná aj kolégiu apoštolov spojenému so svojou hlavou. Slová zväzovať a rozväzovať znamenajú: koho vylúčite zo svojho spoločenstva, bude vylúčený aj zo spoločenstva s Bohom; koho znovu prijmete do svojho spoločenstva, aj Boh ho prijme do spoločenstva so sebou. *Zmierenie s Cirkvou je neoddeliteľné od zmierenia s Bohom.*

Sviatosť odpustenia

Kristus ustanovil sviatosť pokánia pre všetkých hriešnych členov svojej Cirkvi, predovšetkým pre tých, ktorí po krste upadli do ťažkého hriechu, a tak stratili krstnú milosť a ranili cirkevné spoločenstvo. Sviatosť pokánia nám ponúka novú možnosť obrátiť sa a znovu získať milosť ospravedlivienia. Cirkevní otcovia predstavujú túto sviatosť ako „druhú (záchrannú) dosku po strokotaní, ktorým je strata milosti“.

Konkrétna forma, akou Cirkev vykonávala túto moc prijatú od Pána, prešla v priebehu storočí určitými zmenami. V prvých storočiach zmierenie kresťanov, ktorí sa po krste dopustili osobitne ťažkých hriechov (napr. modloslužba, vražda, cudzoložstvo), bolo spojené s veľmi prísnou disciplínou (verejné – často dlhé roky trvajúce pokánie, prv než mohli prijať zmierenie). V 7. storočí írski misionári inšpirovaní východnou mníšskou tradíciou, priniesli do kontinentálnej Európy „súkromný“ spôsob pokánia, ktorý nevyžaduje verejné a dlhotrvajúce vykonávanie kajúcnych skutkov pred prijatím zmierenia s Cirkvou. Odvtedy sa táto sviatosť uskutočňuje tajnejším spôsobom, medzi kajúcnikom a kňazom. Táto prax predvídala možnosť opakovania, a tak otvorila cestu k pravidelnému pristupovaniu k tejto sviatosti. Umožňovala zahrnúť do jediného sviatostného slávenia odpustenie ťažkých i všedných hriechov. Túto formu pokánia Cirkev používa v hlavných črtách až dodnes.

Obidve formy (verejné i súkromné pokánie), majú rovnakú *základnú štruktúru* – dva rovnako podstatné prvky. Na jednej strane úkony človeka, ktorý sa obracia pod vplyvom Ducha Svätého: ľútosť, vyznanie hriechov a zadosťučinenie. Na druhej strane pôsobenie Boha službou Cirkvi, ktorá prostredníctvom biskupa a jeho kňazov udeľuje v mene Ježiša Krista odpustenie hriechov a určuje spôsob zadosťučinenia, modlí sa za hriešnika a koná s ním pokánie. Takto je hriešnik uzdravený a znova plne zapojený do spoločenstva Cirkvi.

Formula rozhršenia, ktorá sa používa v latinskej Cirkvi, vyjadruje podstatné prvky tejto sviatosti: milosrdný Otec je prameň každého odpustenia. On uskutočňuje zmierenie hriešnikov Veľkou nocou (smrťou a zmŕtvychvstaním) svojho Syna a darom svojho Ducha, ako aj modlitbou a službou Cirkvi: „Milosrdný Boh Otec, ktorý smrťou a zmŕtvychvstaním svojho Syna zmieril svet so sebou a zoslal Ducha Svätého na odpustenie hriechov, nech ti službou Cirkvi udelí odpustenie a pokoj. A ja ťa rozhršujem od tvojich hriechov v mene Otca i Syna i Ducha Svätého“ (Obrady pokánia, 46, 54).

7. Úkony kajúcnika vo sviatosti pokánia

Úprimné pokánie nás hriešnikov pobáda, aby sme mali v srdci ľútosť, v ústach vyznanie, v činoch dokonalú poníženosť a plodné zadosťučinenie.

Ľútosť

Na prvom mieste v úprimnom pokání je ľútosť. Je to „bolesť duše nad spáchaným hriechom a jeho zavrhnutie s predsavzatím viac nehrešiť.“

Dokonalá ľútosť – keď ľútosť pochádza z lásky k Bohu milovanému nadovšetko, volá sa „dokonalá“. Takáto ľútosť odpúšťa všedné hriechy; dosiahne aj odpustenie smrteľných hriechov, ak zahŕňa pevné predsavzatie pristúpiť k sviatostnej spovedi, len čo to bude možné.

Nedokonalá ľútosť – je tiež Božím darom, podnetom Ducha Svätého. Rodí sa z uvažovania o zlobe hriechu alebo zo strachu pred večným zatratením a inými trestami, ktoré nám hriešnikom hrozia. Takto pohnutie svedomia môže vyvolať vnútorný proces, ktorý sa pôsobením milosti zavŕši sviatostným rozhršením. Nedokonalá ľútosť sama osebe nedosiahne síce odpustenie ťažkých hriechov, ale pripravuje na jeho dosiahnutie vo sviatosti pokánia.

Spytovanie svedomia

Na prijatie sviatosti pokánia sa máme pripraviť spytovaním svedomia vo svetle Božieho slova. Najvhodnejšie texty na tento cieľ nachádzame v Desatore, v morálnej katechéze evanjelií a listov apoštolov, v Ježišovej reči na vrchu a v ponaučeniach apoštolov.

Vyznanie hriechov

Vyznanie hriechov (spoveď) nás aj z čisto ľudského hľadiska oslobodzuje a uľahčuje nám zmieriť sa s inými. Vyznaním sa človek postaví zoči-voči hriechom, ktorými sa previnil; berie za ne zodpovednosť a tým sa znovu otvára Bohu a spoločenstvu Cirkvi, aby si tak umožnil novú budúcnosť.

Vyznanie smrteľných – ťažkých hriechov.

Vyznanie hriechov kňazovi tvorí podstatnú časť sviatosti pokánia. Ak si chceme vykonať dobrú a platnú sv. spoveď, musíme vyznať všetky smrteľné hriechy, ktorých sme si vedomí po dôkladnom spytovaní svedomia, aj keby boli veľmi skryté. Tiež treba vyznať aj počty smrteľných hriechov. Cirkev nás učí, že keď sa snažíme vyznať všetky hriechy, na ktoré sa pamätáme, nepochybne ich všetky predkladáme Božiemu milosrdenstvu na odpustenie. Tí však, čo robia ináč a vedome niektoré zamlčujú, nepredkladajú Božej добрote nič na odpustenie prostredníctvom kňaza. Podľa prikázania Cirkvi „každý veriaci, keď dosiahol vek usudzovania, je povinný úprimne sa vyspovedať zo svojich ťažkých hriechov aspoň raz do roka“. (KKC 1457) Kto si je vedomý, že sa dopustil smrteľného hriechu, nesmie pristúpiť k svätému prijímaniu, ani keby pociťoval veľkú ľútosť, prv ako by prijal sviatostné rozhrášenie, ibaže by mal vážny dôvod pristúpiť k prijímaniu a nebolo by mu možné vyspovedať sa. Nie je správne, ak odkladáme sv. spoveď po upadnutí do smrteľných hriechov až na Vianoce, či Veľkú noc. Po upadnutí do smrteľného hriechu si máme vzbudiť dokonalú ľútosť a čím skôr sa dobre vyspovedať. Deti majú pristúpiť k sviatosti pokánia skôr, ako pristúpia k prvému svätému prijímaniu.

Vyznanie všedných (ľahkých hriechov)

Hoci spoveď zo všedných hriechov nie je nevyhnutne potrebná, Cirkev ju veľmi odporúča. Veď pravidelná spoveď hoc len zo všedných hriechov nám pomáha formovať si svedomie, bojovať proti nezriadeným náklonnostiam, nechať sa liečiť Kristom a robiť pokroky v živote podľa Ducha. Okusujeme v nej dar Božieho milosrdenstva, čo nás pobáda, aby sme boli milosrdní ako on: „Kto vyznáva svoje hriechy a obviňuje sa zo svojich hriechov, už spolupracuje s Bohom. Keď sa ti začína nepáčiť, čo si urobil, vtedy sa začínajú tvoje dobré skutky, lebo sa obviňuješ zo svojich zlých skutkov. Začiatkom dobrých skutkov je vyznanie zlých skutkov. Konáš pravdu a prichádzaš na Svetlo.“ (Sv. Augustín, *Traktát na Jánovo evanjelium*, 12, 13).

Zadosťučinenie

Mnohé hriechy spôsobujú škodu blížnemu. Úprimné pokánie žiada škodu napraviť (napr. vrátiť ukradnuté veci, napraviť dobré meno toho, koho sme osočovali, odčiniť urážky). Vyžaduje to spravodlivosť. Hriech však zraňuje a oslabuje aj nás samotných, aj náš vzťah k Bohu a narúša naše vzťahy k blížnym. Rozhrášenie odstraňuje hriech, ale neodstraňuje všetky nezriadenosti, ktoré hriech spôsobil. Po rozhrášení sme oslobodení od hriechov a večného trestu, ale ešte musíme nadobudnúť plné duchovné zdravie. Preto musíme primeraným spôsobom „zadosťučiniť“ za svoje hriechy alebo ich „odpykať“. Toto zadosťučinenie sa volá aj „pokánie“. Pokánie, ktoré spovedník uloží, má za cieľ naše duchovné dobro. Preto spovedníkom uložené skutky pokánia máme ochotne, radi a čím skôr vykonať (modlitba, milodar, skutky milosrdenstva, služba blížnemu, dobrovoľné odriekania, obety a predovšetkým trpezlivé prijímanie kríža, ktorý musíme niesť). Takéto skutky pokánia nám pomáhajú pripodobňovať sa Kristovi, ktorý sám raz navždy zadosťučinil za naše hriechy.

8. Vysluhovateľ sviatosti pokánia

Keďže Kristus zveril službu zmierenia apoštolom, ich nástupcovia-biskupi, a kňazi-spolupracovníci biskupov, pokračujú vo vykonávaní tejto služby. Biskupi a kňazi majú na základe sviatosti posvätného stavu moc odpúšťať všetky hriechy „v mene Otca i Syna i Ducha Svätého“.

Odpustenie hriechov nás zmieruje s Bohom, ale aj s Cirkvou. Biskup, viditeľná hlava partikulárnej cirkvi, je teda už od dávnych čias právom považovaný za toho, kto predovšetkým má moc a službu zmierenia: on je správcom disciplíny pokánia. Kňazi, jeho spolupracovníci, vykonávajú túto službu v takej miere, v akej dostali právomoc od svojho biskupa (alebo od rehoľného predstaveného) alebo od pápeža na základe cirkevného práva.

Cirkevné tresty – Niektoré zvlášť ťažké hriechy sa trestajú exkomunikáciou, najprísnejším cirkevným trestom, ktorý nedovoľuje prijímať sviatosti a vykonávať niektoré cirkevné úkony. Preto rozhršenie od neho môže podľa cirkevného práva udeliť len pápež, miestny biskup, alebo kňazi, ktorým biskup alebo pápež dal splnomocnenie (penitenciári, apoštoli milosrdenstva). V prípade nebezpečenstva smrti ktorýkoľvek kňaz, aj keď nemá právomoc spovedať, môže rozhršiť od každého hriechu a od každej exkomunikácie.

Kňaz sviatosťou pokánia vykonáva službu dobrého pastiera, ktorý hľadá stratenú ovcu; službu milosrdného Samaritána, ktorý ošetruje rany; otca, ktorý čaká na márnotrátneho syna a pri jeho návrate ho víta; spravodlivého sudcu, ktorý nehľadá na osobu a ktorého súd je zároveň spravodlivý a milosrdný. Kňaz je znakom a nástrojom milosrdnej Božej lásky voči hriešnikovi. Je služobníkom Božieho odpustenia. Vysluhovateľ tejto sviatosti sa má zjednotiť s Kristovým úmyslom a s jeho láskou. Má mať osvedčenú znalosť kresťanského správania, má mať skúsenosť s ľudskými problémami a úctu i ohľaduplnosť voči tomu, kto klesol. Má milovať pravdu, byť verný Učiteľskému úradu Cirkvi a trpezlivo viesť kajúcnika k uzdraveniu a plnej zrelosti. Má sa za neho modliť, konať zaňho pokánia a zveriť ho Božiemu milosrdenstvu. Vzhľadom na posvätnosť a veľkosť tejto služby, ako aj na úctu, aká patrí ľudskej osobe, Cirkev vyhlasuje, že každý kňaz, ktorý spovedá, je pod veľmi prísnyimi trestami viazaný zachovať absolútne tajomstvo, čo sa týka hriechov, z ktorých sa mu jeho kajúcnici vyznali. Ani nesmie použiť poznatky, ktoré získal pri spovedi o živote kajúcnikov. Toto tajomstvo, ktoré nepripúšťa výnimky, sa volá „sviatostná pečať“, lebo to, čo kajúcnik vyjaviť kňazovi, ostáva „zapečatené“ sviatosťou.

9. Účinky sviatosti pokánia

Účinnosť pokánia spočíva v tom, že nám navracia Božiu milosť a spája nás s Bohom v dokonalom priateľstve. Cieľom a účinkom tejto sviatosti je teda zmierenie s Bohom. U tých, čo prijímajú sviatosť pokánia so skrúšeným srdcom a s nábožnosťou, „zvyčajne zavládne pokoj a spokojnosť svedomia spolu so silnou duchovnou útechou“. Sviatosť zmierenia s Bohom spôsobuje totiž pravé „duchovné vzkriesenie“, prinavracia dôstojnosť a dobrá života Božích detí, z ktorých najväčším je priateľstvo s Bohom.

Táto sviatosť nás zmieruje s Cirkvou. Hriech oslabuje alebo pretŕha bratské spoločenstvo. Sviatosť pokánia ho napráva alebo obnovuje. V tomto zmysle nielen uzdravuje toho, kto je znovu plne zapojený do spoločenstva Cirkvi, ale má aj oživujúci účinok na život Cirkvi, ktorá trpela pre hriech jedného zo svojich členov.

Sviatosť pokánia nás zmieruje so sebou samými v hĺbke nášho bytia, kde znovu nadobúdame svoju vnútornú pravdu; zmieruje nás s blíznymi, ktorých sme nejakým spôsobom urazili, či zranili; zmieruje nás s celým stvorením.

Keď sa my, hriešnici, vo sviatosti pokánia zverujeme milosrdnému Božiemu súdu, určitým spôsobom anticipujeme svoj osobný súd, ktorému budeme podrobení na konci tohto pozemského života. Sv. evanjelista Ján píše, že ak sa hriešnik vierou a pokáním obracia ku Kristovi, prechádza zo smrti do života a „nepôjde na súd“ (Jn 5,24).

10. Odpustky

Učenie o odpustkoch a ich prax v Cirkvi sú tesne spojené s účinkami sviatosti pokánia.

Čo sú odpustky?

„Odpustky sú odpustenie časného trestu pred Bohom za hriechy, ktoré sú už odpustené, čo sa týka viny. Dostane ho náležite pripravený veriaci v Krista za istých a stanovených podmienok pomocou Cirkvi, ktorá ako služobníčka vykúpenia (svojou) mocou rozdáva a aplikuje poklad zadosťučinení Krista a svätých.“ „Odpustky sú čiastočné alebo úplné podľa toho, či oslobodzujú od časného trestu za hriechy čiastočne alebo úplne.“ (Pavol VI, apoštol. konšt. *Indulgentiarum doctrina*, Normae, I.). „Každý veriaci môže odpustky... získať buď pre seba, alebo aplikovať za zosnulých.“ (KKP, kán. 994).

Tresty za hriech

Hriech má dvojaký následok. Ťažký hriech nás pozbavuje spoločenstva s Bohom, robí nás neschopnými večného života a to je „večný trest“ za hriech – zatratenie v pekle. Na druhej strane každý hriech, aj všedný, má za následok nezdravé pripútanie k stvoreniam, ktoré potrebuje očistenie či už tu na zemi, alebo po smrti – očistec. Toto očistenie oslobodzuje od takzvaného „časného trestu“ za hriech. Tieto tresty nie sú pomsta, ktorou Boh postihuje zvonku, ale skôr vyplývajú zo samej povahy hriechu. Obrátenie, ktoré pochádza z vrúcnej lásky, môže dôjsť až k úplnému očisteniu hriešnika, takže už nezostane nijaký trest.

Odpustenie hriechu a obnovenie spoločenstva s Bohom má za následok odpustenie večných trestov za hriech. Ale časné tresty za hriech zostávajú. Kresťan sa ich má snažiť prijímať ako milosť tým, že trpezlivo znáša utrpenia a skúšky každého druhu, a keď nadíde chvíľa, tým, že bude pokojne čeliť smrti; má sa aj usilovať, aby sa skutkami milosrdenstva a lásky, ako aj modlitbou a rozličnými kajúcnymi skutkami úplne zbavil „starého človeka“ a obliekol si „nového človeka“.

Spoločenstvo svätých

Kresťan nie je sám pri očisťovaní od hriechu a posväcovaní sa. Je s nami Ježiš – Emanuel, ktorý nás posväcuje. Hľadáme naňho, kontemplujeme jeho tvár a osvojujeme si črty jeho tváre.

V spoločenstve svätých „je trvalé puto lásky a hojná výmena všetkých dobier medzi veriacimi, ktorí už dosiahli nebeskú vlasť alebo odpykávajú (svoje) viny v očistci, alebo ešte putujú na zemi“. Utiekanie sa k spoločenstvu svätých umožňuje nám, kajúcim hriešnikom, aby sme sa skôr a účinnejšie očistili od trestov za hriech. Duchovné dobrá spoločenstva svätých voláme aj pokladom Cirkvi (je to sám Kristus Vykupiteľ, v ktorom sú a pretrvávajú zadosťučinenia a zásluhy jeho vykúpenia; nesmierna, nezmerateľná a stále nová hodnota, ktorú majú pred Bohom modlitby a dobré skutky preblahoslavenej Panny Márie a všetkých svätých, ktorí kráčali v šľapajach Krista Pána vďaka jeho milosti, a tak sa posvätili a dokončili dielo milé Otcovi; keď pracovali na vlastnej spáse, prispeli aj k spáse svojich bratov v jednote tajomného tela).

Získavanie odpustkov od Boha prostredníctvom Cirkvi

Odpustky získavame z tohto pokladu Cirkvi a prostredníctvom Cirkvi, ktorá na základe moci zväzovať a rozväzovať, ktorú jej udelil Kristus, zakračuje v prospech kresťana a otvára nám poklad zásluh Ježiša Krista a svätých, aby sme dostali od Otca milosrdenstiev odpustenie časných trestov, ktoré si zasluhujeme za svoje hriechy. Keďže aj zosnulí veriaci, ktorí sa očisťujú, sú členmi toho istého spoločenstva svätých, môžeme im okrem iného pomáhať tým, že pre nich získavame odpustky, aby tak boli oslobodení od časných trestov, ktoré si zaslúžili za svoje hriechy.

11. Slávenie sviatosti pokánia

Sviatosť pokánia, ako všetky iné sviatosti, je liturgickým slávením. Riadnymi zložkami slávenia sú: kňazov pozdrav a kňazovo požehnanie; čítanie Božieho slova na osvetlenie svedomia a na vzbudenie ľútosti; povzbudenie k ľútosti; spoveď, ktorou sa uznávajú hriechy a vyznávajú sa kňazovi; uloženie a prijatie pokánia; kňazovo rozhrešenie; modlitba poďakovania a prepustenie s kňazovým požehnaním.

Sviatosť pokánia sa môže uskutočniť aj v rámci spoločného slávenia, pri ktorom sa kajúcnici spoločne pripravujú na spoveď a spoločne vzdávajú vďaky za prijaté odpustenie. V tomto slávení je osobné vyznanie hriechov a individuálne rozhrešenie začlenené do liturgie Božieho slova s čítaniami a homíliou, so spoločným spytovaním svedomia, spoločnou prosbou o odpustenie, spoločnou modlitbou Otče náš a spoločným poďakovaním.

V prípadoch vážnej potreby možno použiť spoločné slávenie sviatosti zmierenia so všeobecnou spoveďou a všeobecným rozhrešením (keď hrozí bezprostredné nebezpečenstvo smrti a kňaz alebo kňazi nemajú dost času, aby vypočuli spoveď každého kajúcnika; keď vzhľadom na počet kajúcnikov niet naporúdzí dost spovedníkov, ktorí by mohli náležite vypočuť individuálne spovede v primeranom čase, takže by kajúcnici bez vlastnej viny zostali dlhý čas bez sviatostnej milosti alebo bez svätého prijímania. V takom prípade, aby bolo rozhrešenie platné, veriaci musia mať predsavzatie individuálne vyznať svoje ťažké hriechy v náležitom čase. Diecézny biskup má posúdiť, či jestvujú podmienky, ktoré sa vyžadujú na všeobecné rozhrešenie. Veľká účasť veriacich pri príležitosti veľkých sviatkov alebo púti nepredstavuje prípad takejto vážnej potreby. „Individuálna a úplná spoveď a rozhrešenie

ostávajú jediným riadnym spôsobom, ktorým sa veriaci zmierujú s Bohom a s Cirkvou, ak od takej spovede neoslobodzuje fyzická alebo morálna nemožnosť.“ (KKC 1484) Má to svoje hlboké dôvody. V každej sviatosti pôsobí Kristus. Osobne sa obracia na každého hriešnika: „Synu, odpúšťajú sa ti hriechy“ (Mk 2,5); je lekárom skláňajúcim sa ku každému chorému, ktorý ho potrebuje, aby ho uzdravil; zdvíha ho a znovu uvádza do bratského spoločenstva. Osobná spoveď je teda najvýraznejší spôsob zmierenia s Bohom a s Cirkvou).

12. Časté otázky ľudí o sviatosti pokánia

Svätý Vincent de Paul povedal „aby sme mohli pristúpiť k Bohu, musíme vyjsť sami zo seba“. Ľudia, ktorí pristupujú k spovedi, si ale častokrát kladú mnohé otázky: Ako sa čo najlepšie pripraviť na spoveď?; Ako prekonať strach a rozpaky vyznať určitý hriech?; Čo by ľudia nemali na spovedi hovoriť? a pod.

Ako by si mali veriaci spytovať svedomie, aby sa čo najlepšie pripravili na spoveď? (Podľa spovedného zrkadla, schváleného autoritou Cirkvi v súčinnosti so svojím svedomím).

Čo by nemali ľudia na spovedi hovoriť? (Nič okrem svojich hriechov).

Ako by mali prekonať hanbu a strach, aby vyznali tie hriechy, kvôli ktorým sú v rozpakoch? (Uvedomiť si, že aj spovedník je len človek, ktorý je slabý a hriešny a tiež potrebuje odpustenie. Byť otvorený a nemať predsudky z kňaza. Ak som sa nehanbil hrešiť, nemám sa hanbiť ten hriech aj vyznať. Kňaz je prostredník, hriechy odpúšťa Boh, teda kňaz nie je prekážkou k odpusteniu hriechov, pokiaľ sme otvorení a úprimní. Ak má človek predsudky pred konkrétnym kňazom, má právo vybrať si iného spovedníka). Nakoniec, spoveď je viazaná spovedným tajomstvom, ktoré zaväzuje spovedníka i toho, kto sa spovedá.

Má sa kajúcnik spoliehať, že na niektoré hriechy sa ho opýta spovedník sám? (Netreba sa na to spoliehať. Kajúcnik má sám povedať všetko, úprimne a pravdivo).

Človek hreší nielen skutkami a slovami, ale aj myšlienkami. Ako sa dá nevhodným myšlienkam vyhnúť? (Absolútne sa im nedá vyhnúť, hriechom totiž nie je samotná vnuknutá myšlienka, ale skutočnosť, či sa s ňou vnútorne zaoberáme a ako s ňou ďalej naložíme. Čím je človek v lepšej duchovnej kondícii, teda žije duchovným životom, tým viac sa vie s pomocou Božou hriešnym myšlienkam vyhýbať. Je vhodné nahrádzať zlé myšlienky dobrými, skúsenosť hovorí, že čím viac sa snažíme na niečo zlé nemyslieť, tým viac na to myslím).

Viera v čiernu mágiu či okultizmus je hriechom. Ako Cirkev nazerá na bielu mágiu a tzv. ľudových liečiteľov? Páchajú kresťania hriech, ak využívajú pomoc týchto ľudí? (Každá mágia je vždy hriechom, nech ju nazveme čierna, či biela – je to druh povery. Každý, kto používa mágiu, teda aj ľudový liečiteľ, hreší; aj ten, kto využíva jeho služby. Tu je ale potrebné rozlišovať, či daný človek používa mágiu, alebo sa skutočne vyzná v liečivých bylinkách a vie poradiť, ktoré čaje piť na tú-ktorú diagnózu. Pokiaľ sme v pochybnosti, či ide o mágiu alebo nie, treba sa takýchto praktík vyvarovať. Tiež je potrebné si uvedomiť, že lekárom duše i tela je Boh sám a že zmysel nášho života nezávisí od telesného zdravia, ale sa napĺňa v Kristovi).

Je dobré opakovať pri spovedi predošlé, už vyznané, hriechy, ktoré však človeka naďalej ťažia? (Nie. Pokiaľ bol hriech úprimne vyznaný, je raz a navždy odpustený a nie je potrebné sa k nemu vracaať. Takéto zmýšľanie človeka je prejavom jeho slabej viery v Božiu všemohúcnosť. Pokiaľ má človek aj naďalej ťažobu, ktorá vychádza z predošlého hriešneho života, môže mu pomôcť duchovné vedenie. Totiž tu už nejde o problém vychádzajúci z hriechu, ktorý už bol v spovedi vyznaný a Bohom odpustený, ale o emocionálne následky z predošlého hriešneho konania alebo škrupulantské svedomie).

Možno si konat' generálnu spoveď? (Generálna sv. spoveď sa odporúča tým, ktorí majú voľajakú vážnu pochybnosť o predchádzajúcich spovediach, či sa dobre vyspovedali; Odporúča sa tiež

pri vážnych životných rozhodnutiach, či stavoch, napr. pred sobášom, pred kňazskou vysviackou, pred zlatou svadbou, pri vážnej chorobe a pod. Nie je dobré vykonať generálnu spoveď, pokiaľ sa človek neporadí so svojím spovedníkom a pokiaľ ho nemá, tak s hociktorým duchovným otcom. Je to kvôli tomu, aby z takejto praktiky nevznikli duchovné škody, napr. škrupulozita).

Je lepšie, ak má človek stáleho spovedníka alebo pri každej spovedi ide k inému kňazovi? (Je lepšie mať stáleho spovedníka, lebo ten sa stáva aj jeho duchovným sprievodcom).