

OTEC ROBERT BERGMAN

# ZASE ZPOVĚĎ

**Zpověď nemá být ničím nepříjemným. Naopak – má to být setkání s Bohem, který mi chce odpustit. Opuštění je přece krásné. Je škoda, že se někdy zpověď stane nepříjemnou. Proto vás teď zvu, abyste se se mnou zamysleli a zkusili znovu objevit její krásu.**

## Proč jít ke zpovědi?

„Zase svátky? Zase zpověď? Ach jo.“ Takhle můžou vypadat reakce mnohých ministrantů. A nejen ministrantů. Ale když si řeknu toto, je to známka, že něco není dobře.

## Fér hra?

Půjčím si za příklad třeba fotbal, který všichni znají. Má svá pravidla, spoluhráče, protihráče, cíle, čáry... Je to super hra – když se ovšem hraje férově. Nejen když to někdo vidí a třeba rozhodčí zapíská a ukáže mi nějakou kartu, ale i když hru nikdo nevidí. V životě je to podobné. Když někdo nehraje férově, říká se tomu hřích. Vůči druhým lidem, vůči sobě i vůči Bohu. A zpověď je chvíle, kdy přiznám, že jsem nehrál férově, řeknu Bohu, že je mi to líto. A Bůh mi odpustí a já se můžu vrátit do hry.

## Proč ke zpovědi?

Ježíš jasně svým učedníkům řekl: „Komu hříchy odpustíte, tomu jsou odpuštěny.“ Nástupci učedníků jsou bisкупové a ti moc odpouštět propůjčují kněžím. Jestliže mi tedy ve zpovědi kněz moje hříchy odpustí, mohu mít jistotu, že mi odpustil i Bůh. A proto je zpověď cenná. A krásná. Když přijdu k Bohu s lítostí, nikdy mi nebude nadávat, nikdy mi to nebude vyčítat, nikdy mě nebude ponižovat. Řekne: „To je můj syn/dcera, já jsem ho/ji vykoupil



z moci hříchu svou krví a já mu/jí odpouštím a nezáleží, co udělal/a.“

## Co s nepříjemnými hříchy?

Některé hříchy příjemné jsou, a některé příjemné nejsou. Příjemné jsou tedy skoro všechny hříchy – na něco nás musí nalákat, jinak bychom přece nehřešili, ne? Méně příjemné je si pak takové hříchy přiznat a úplně nejvíce nepříjemné je takové hříchy vyznat nahlas. A přesto je to potřeba. Jak na to? Jednoduše. Přesně, co nejstručněji je pojmenovat a prostě a jednoduše je vyznat. Žádné kamuflování, žádné omlouvání, žádné „okecávání“. Kněz většinou dobře ví, že je nepříjemné se o těchto věcech bavit, a nebude je „rozmažávat“. Někdo je vyznává hned na začátku, aby to měl co nejdříve za sebou, někdo na konci a celou dobu se jimi stre-

suje. Kněz moc dobře ví, že se ke zpovědi člověk nejde se svými hříchy pochlubit, ale že se jich chce zbavit. A hlavně – nemyslete si, že zrovna vaše hříchy s knězem seknou :-). Neseknou, protože my kněží, vydržíme opravdu hodně. A co nevydržíme, v tom nás Bůh podepře.

## Co si z toho odnesu já?

Kromě odpuštění je toho ještě hodně. Vědomí, že mě Bůh miluje a přijímá takového, jaký jsem, že si před ním nemusím hrát na siláka a poctiváka, ale že před ním vždycky můžu říct pravdu. Ze zpovědi si odnášíme pokoj v srdci, který jinak získat nemůžeme. A v neposlední řadě – můžeme v klidu na naše hříchy zapomenout a nemusíme na ně myslet. Proč? Protože byly odpuštěny a, jak říká Bible, hřích je zničen Kristovým křížem.

## Co si z toho odnese kněz?

Vůbec nic :-). Kněží zpovídání berou jako službu lidem. Dokonce jsem přesvědčen, že dobrý kněz má ze zpovídání radost. Ne z toho, jaké se dozví nové drby z farnosti, ale z toho, že mohl svým bratřím a sestrám v Kristu ukázat Boží milosrdenství. Vidí tu krásnou proměnu hříchem pošpiněného marnotratného syna v syna, který znovu našel svou důstojnost, je očištěn a raduje se z Boha jako z dobrého Otce. A je dobré

nezapomenout, že i kněz chodí ke zpovědi a že dobře zná zpověď i z pohledu hříšníka.

## Jak se na zpověď připravit?

V první řadě modlitbou. V druhé řadě si třeba ty nejzávažnější hříchy napsat (abych mohl být v klidu a na nic důležitého nezapomněl). A ve třetí řadě neodkládat a jít. Někdy před svátky bývají kněží takoví nervóznější. Přece jen jsou to také jen lidé a s přípravou svátků mají hodně práce. Ideální je nejít ke zpovědi úplně na poslední chvíli, ale třeba týden nebo dva před svátky. Bude víc klidu a člověk si pak svátky víc užije.

Napadá mě ještě takový příklad se zubařem. Člověk návštěvu zubaře často odkládá a jak se bojí, tak se bojí čím dál víc. A když se pak konečně odhodlá, často zjistí, že strach byl daleko nepříjemnější než celá návštěva ordinace. Podobně je to i se zpovědí – daleko nepříjemnější je strach a odkládání než samotná zpověď.

## Co je pro zpověď nutné?

Kněz, trocha času, lítost nad hříchy a ochota nechat si odpustit.

## Jsou nějaké extra vychytávky?

Jsou. Dvě vám rád poradím. Ta první je praktická. Nechodit ke zpovědi jen před svátky, ale pravidelně, třeba každý měsíc. Člověk pak nemá tolik hříchů, naučí se chodit ke zpovědi, daleko snáz překoná nechuť a hlavně – daleko víc čerpá Boží posilu pro svůj duchovní život.

Druhá vychytávka je mít stálého zpovědníka. Kněze, který mě zná a který má pro mě pochopení. Pak je zpověď nejen daleko rychlejší, ale taky účinnější, protože mi třeba v lecčems může dobře poradit.

## EXISTUJE NĚJAKÁ POMŮCKA KE ZPOVĚDI?

Samozřejmě. Třeba oblasti přípravy, na kterých člověk jasně vidí, co v jeho chování nebylo úplně fér. Rád doporučuji třeba tuto:

## VZTAH K BOHU, K DRUHÝM LIDEM A K SOBĚ...

- Věřím v Boha? V jeho dobrotu, lásku a konkrétní pomoc v mém životě? Prosím o větší víru? Jsem vděčný za svou víru, za to, že znám Boha? Nestydím se za víru? Nevěnoval jsem se něčemu zlému? (magie, horoskopy, věštění, okultismus...) Jsem Bohu vděčný? Za co? Za co nejsem vděčný? Pracuji na tom?
- Jaká je má modlitba? (čas, disponování se, pravidelnost) Řeším s Bohem to, co naplňuje mé srdce? Počítám s Bohem ve svém životě? Modlím se za svou rodinu a své blízké? Za ty, kterým jsem to slíbil nebo to zvlášť potřebuji? A za ty, kteří nepatří mezi mé přátele nebo mi „lezou na nervy“?

- Mše – Eucharistie. Byl jsem na ní (alespoň v neděli)? Tělem i duchem? Snažím se o to? Chodím k přijímání? Je pro mě přijímání setkáním s živým Bohem?

- Děláním své skutky z lásky k Bohu a k bližním? Nebo spíš pro sebe? Jsou mi bližní skutečně mými blízkými? Jsem takový i já jim? Jsem ochoten jim pomoci, když něco potřebují? Bez zbytečných řečí?

- Dokážu respektovat své bližní? (potřeby, přání, názory, odlišnosti...) I když s nimi nesouhlasím? Neposuzuji lidi okolo sebe? Jak mluvím o druhých lidech? Snažím se najít to dobré, nebo to špatné? Nepomlouval jsem? Nelhal jsem? Nekřivdil jsem někomu? Nepodvedl jsem někoho? Neublížil jsem záměrně někomu?

- Mám v úctě své rodiče? Mám je rád? Věnuji se jim?

- Jsou nějaké mezery v mé ochotě odpouštět (odpustit)? Chci odpustit? Bližním? Sobě? Když udělám nějakou chybu, dokážu se přiznat? Říct „Promiň“?

- Plním poctivě své „stavovské“ povinnosti? (práce, péče o rodinu, studium...)

- Nebyl jsem pro někoho zbytečným pohoršením? Nemluví sprostě? Neříkám zbytečně Boží jméno?

- Vážím si každého lidského života? Starám se o sebe, o své potřeby, o své tělo? Neničím si zdraví? (alkohol, drogy...)

- Jak se chovám k věcem? Mají v mém srdci správné místo? Zacházím svědomitě s věcmi i penězi? Neukradl jsem něco? Nezničil jsem úmyslně něco? Nezavídel jsem něco někomu?

- Jak prožívám svou sexualitu? (nečisté myšlenky, pohledy, zábava, slova, skutky) Usiluji o vnitřní čistotu srdce?

- Jak vypadá využití mého volného času? Nepromarňuji ho zbytečně? (TV, PC...) Umím odpočívat? Nebyl jsem líný?

- Rozlišuji dobře to, na co mám, a to, na co nestačím? Nelpím na něčem, co by mi překáželo ve vztahu k Bohu?

- Dokážu prožívat radost a naději v Bohu? Nejsem pesimista? Nepoddával jsem se zbytečně skleslosti? Věřím, že Boží láska je větší než všechny mé nedokonalosti a hříchy?

- Co dalšího vnímám ve svém životě jako hřích? Kdy jsem nehrál vůči druhým, sobě nebo Bohu férově? ...

- A na závěr jedno ne moje moudro: „Neříkejte si, jak veliké máte hříchy, řekněte hříchům, jak velikého máme Boha.“

Přeji vám krásné prožití vašich zpovědí i Velikonoc. Modlím se za vás a posílám požehnání.

Foto: Antonioguillerm, finwai89, Sunny studio - Adobe Stock