

Začnime tým, že budeme  
žehnať sami seba

Životný štýl žehnaní

Martin Van Horn 2024



**Človek sa skladá z rôznych častí. Som ľudský duch s ľudskou dušou a žijem v ľudskom tele s nadprirodzene napojeným srdcom. Každá časť má svoju pamäť, pocity a motivátory. Naše telo si uchováva spomienky na udalosti, reakcie, pocity a naše rozhodnutia. Spomienky sa nestrácajú, kým si ich neuvedomíme a nevčleníme ich do našej prítomnosti.**



## 1. DETSKÉ ČASTI

Náš ľudský duch je s nami od počatia.

Nebeský Otec nám dáva Dych Života (1Kor. 2:12, Žid 12:9)

Náš duch vie o všetkom, čo sme zažili a dokáže nám to odhaliť, ak ho poprosíme.

Rozhovor s naším duchom je zvyčajne tichá záležitosť, ale dokáže tiež vyvolať silné emócie a reakcie.

Možno ste počuli výraz „Vnútorne dieťa“. Takto spoločne označujeme spomienky v našom tele a duchu, ktoré máme uchované od detstva.

Niekedy dávne spomienky a emócie dokážu premôcť náš „dospelý“ spôsob myslenia a komunikácie.

V takýchto prípadoch hovoríme o „spúšťačoch“. Niektoré z týchto silných emócií nám zabraňujú premýšľať o sebe dospelým, racionálnym spôsobom, kde dokážeme v prípade potreby komunikovať iným spôsobom.



Ak ste zažili svoje vlastné spúšťače, asi ste zistili, že vedú k škodlivým a bolestným interakciám s inými ľuďmi.

Možno ste sa snažili zmeniť svoje reakcie a správanie. Ja osobne som zistil, že negatívny postoj k „Martinkovi“ (tak volám svoje „vnútorné dieťa“) mi nepomáha vyrásť a zmeniť sa. Namiesto toho som sa naučil ďakovať a žehnať „Martinka“

***Ako vám to znie? Chceli by ste dnes začať ďakovať svojmu vnútornému dieťaťu a žehnať ho?***

**SVOJU ČASŤ ZVANÚ  
„VNÚTORNÉ DIEŤA“  
MÔŽEŠ ŽEHNAŤ  
TAKTO:**

“Lebo kráľovstvo Božie nie je jedenie a pitie, ale spravodlivosť, pokoj a radosť v Duchu Svätom.” (Rim 14:17)



## VZOR AKO ŽEHNAŤ NAŠE DETSKÉ ČASTI

Použijem Rimanom 14:17 ako vzor pre ovocie, ktoré túžime vidieť ako výsledok žehnania, ktoré hovoríme. “Lebo kráľovstvo Božie nie je jedenie a pitie, ale spravodlivosť, pokoj a radosť v Duchu Svätom.” Rád to hovorím svojimi slovami takto: “Božia prítomnosť v našom živote nie je vyhradená len pre potreby nášho tela, ale sa buduje tým, že sa zosúladieme s Bohom tak, že dokážeme kráčať s Ním v Jeho radostnej prítomnosti.”



HOVOR POŽEHNANIE: V Ježišovom mene Ťa žehnám, [tvoje detské meno \_\_\_\_] Jeho prítomnosťou, aby si chodil s Ním v harmónii s Jeho prítomnosťou a v radosti Jeho Ducha. Nie si sám (*sama*). On nechce, aby si sa bál (*bála*). Žehnám ťa Ježišovým pokojom.

AJ NAŠI RODIČIA  
SÚ NAŠOU  
SÚČASŤOU



AJ ICH BUDEME  
ŽEHNAŤ

## 2.: NAŠI RODIČIA A PRÍBUZNÍ V NÁS

Jedno z Božích prikázaní nám káže „Ctiť si svojho otca a svoju matku, aby sme mohli dlho žiť na zemi, ktorú nám dal.“ Tak, ako si naše telo i duch pamätá a reaguje na terajšie okolnosti, zahrnutí sú v tom aj naši rodičia. Ak si ich prítomnosť nectíme, budeme v konflikte a začneme sa správať rovnako, ako sa správali naši rodičia, keď sme ich súdili. Vyrástli sme súdiac ich ako dostatočných, alebo nedostatočných. Milujeme ich i nenávidíme a dúfame, že dostaneme to, čo potrebujeme. Tieto súdy nám zabraňujú mať zdravé vzťahy.

## Čo si môžeme učiť?

Máme fyzický život, dar od Nebeského Otca, ktorý je zdrojom každého otcovstva a túži nám doplniť všetko, čo nám chýba od našich pozemských rodičov.

(Efežanom 3)

Od nich sme sa učili o detstve, rodičovstve, aj dospelosti

Narodili sme sa do rodiny, do ľudu, do národa, čo je súčasť našej identity.

V tomto padlom svete ani my, ani naši rodičia nežijú podľa toho, ako to zamýšľal Boh. Toto nám pomáha mať realistický postoj pod Božou milosťou.

## VZORY AKO ŽEHNAŤ NAŠICH RODIČOV, ČI SÚRODENCOV V NÁS

Niektorí členovia rodiny sú možno monštrá a niektorí svätci.

Niektorí neboli nikdy prítomní a niektorí nikdy neodišli.

Ak sme sa zasekli v súdoch minulosti, budeme smutní a zahorknutí.

If we are stuck in our judgments from the past we will be sad and we will be bitter. *“Dbajte, aby nikto nevypadol z milosti Božej; aby nevyrástol ako nejaký horký koreň a nepôsobil trápenie a aby sa ním mnohí nepoškvrnili;.”* (Heb 12:15)

Tak, ako my potrebujeme Božiu milosť, aby sme sa posunuli do prítomnosti a rástli vo svätosti, potrebujú ju aj naši rodičia. Použijem Heb 12:10 ako vzor: *“Naši rodičia nás vychovávali len krátky čas, ako uznávali za dobré, On však pre naše pravé dobro, aby sme sa stali účastnými Jeho svätosti”*

**HOVOR POŽEHNANIE:** “V Ježišovom mene vás žehnám, mama/otec/strýko/starý rodič. Oslobodzujem vás spod môjho súdenia akí ste. Ste slobodní prijať Božiu milosť a odpustenie. Aj ja vám odpúšťam. Žehnám vás za všetko dobré, čo ste vykonali. Žehnám vás, aby ste spoznali živého Boha, aby ste dokázali zažiť Jeho svätú lásku. Rozhodol som sa vás tiež milovať.”



**ŽIVOT JE CESTA  
A MY VIEME,  
KAM IDEME!**

### 3: ČO SME SA V TOMTO VŠETKOM NAUČILI

Začínáme si cenit' Jahveho, nášho Boha stvoriteľa, ktorý zdieľa všetko, čo stvoril. V tomto zmysle nás pozýva, aby sme boli spolustvoritelia s Ním v zrelosti a pravej identite. Ak si volíme zhodnúť sa s plánom Nebeského Otca pre náš život, výsledkom je dobrý charakter a dobré voľby. "Lebo zjavila sa milosť Božia, spásonosná všetkým ľuďom, vychovávajúca nás, aby sme sa odriekli bezbožnosti a svetských žiadostí a mierne, spravodlivo a pobožne žili na tomto svete, očakávajúc blahoslavenú nádej a zjavenie slávy nášho veľkého Boha a Spasiteľa Krista Ježiša" (Titus 2:11-13)

## ŽEHNANIE PRIJÍMANIA

Ján nám káže: Tí, ktorí sú Bohom milovaní, nechávajú neustále plynúť lásku od jedného k druhému, pretože Boh je láska. Každý, kto miluje, je z Boha Otca a dokáže Ho dôverne poznávať. (podľa 1 Ján 4:7)

Otvoriť si srdce pre Otcovu lásku je podstatné pre to, aby sme Ho dokázali poznať a milovať ľudí.

HOVOR POŽEHNANIE: “Srdce, žehnám ťa, aby si sa otvorilo a prijímalo od Otca lásku, ktorú mi chce dať. Chce mi dať samého Seba. Žehnám ťa, aby si sa otvorilo skôr, ako dokážem pochopiť čo sa stane, alebo ako ma Božia láska premení. Žehnám ťa, aby si sa otvorilo, pretože mám vieru, že Nebeský Otec ma nesklame.”

## TERAZ ĎAKUJEM BOHU :

“Moja nádej nezlyhá, pretože skrze Ducha Svätého, ktorý mi je daný, mi srdce zaplavila láska. Vďaka Ti, Duchu Svätý. Vďaka Ti, Pane.”



## OKAY, ALE ČO S BOLEŠŤOU? ČO S PRÁZDNOTOU?

Hovoriť požehnanie namiesto preklínania je naše rozhodnutie, ktoré robíme; je to krok viery.

Nebeský Otec je naša útecha v utrpení. (2 Kor.1:3-11). Otec neodhaľuje, čo urobí s našou bolesťou, ale keď sa rozhodneme dať Mu svoj zármutok a bolesť, nahrádza ich samým Sebou. On je naša útecha, obnovenie i pokoj.

HOVOR POŽEHNANIE: "V Ježišovom mene žehnám svoje srdce. Ježiš s tebou prežíva utrpenie a je ochotný vziať tvoju bolesť a beznádej. Dávam mu svoju bolesť a pochybnosti. Žehnám svoje srdce, aby sa otvorilo Nebeskému Otcovi. Ocko, príď do môjho srdca a buď moja Útecha. Vďaka Ti, Pane."

## ŽEHNANIE ODCHÁDZANIA

Odchádzanie súvisí s dverami. Boží Dom má základy a nápis zvonku, ako vchádzame a nápis pre tých, ktorí sa rozhodli prijať pozvanie vstúpiť dnu. "Ale pevný základ Boží stojí a má túto pečať: **Pán zná tých, ktorí sú jeho**, a: **Nech odstúpi od nepravosti každý, kto menuje meno Kristovo!**" (2. Tim. 2:19)

HOVOR POŽEHNANIE: "V Ježišovom mene žehnám svoje skutočné ja, aby dokázalo prijať svoju identitu v Kristovi. Patrím Bohu a nie samému sebe.

Žehnám svoje skutočné ja slobodou od lží tohto sveta a nepriateľa. Môj duch vie, že môj Boh je pravda. Zbohom prevrátenému mysleniu tohto sveta. Žehnám ťa, skutočné ja, spokojnosťou a uspokojením; dívaj sa na nové dobrodružstvá v pravde Božej. Žehnám, lebo viem, že získavaš všetko a nič ti neuniká."

### ŽEHNANIE DÁVANIA

Boží Svätý Duch v nás nám dáva nebeskú radosť a silu starať sa o iných veriacich a aj neveriacich. Rimanom 12 nám hovorí: *Svietťte žiarou Ducha Svätého a nechajte Ho, nech vás naplní nadšením, keď Mu slúžite. Nech vo vás vybuchne táto nádej, uvoľňujúc neustávajúcu radosť. Nevzdávajte sa v ťažkých časoch, ale chodte s Bohom v harmónii. Hovorte požehnanie, nie preklínanie nad tými, ktorí vás odmietajú a prenasledujú. Slávte s tými, ktorí slávia a plačte s tými, ktorí plačú. Žite spolu v šťastí v duchu harmónie a buďte si vedomí hodnoty druhých ako svojej vlastnej.*

HOVOR POŽEHNANIE: “Duch, žehnám ťa v Ježišovom mene. Žehnám ťa nebeským teplom v tomto chladnom svete. Žehnám ťa, aby si prišiel rýchlo na pomoc mojím ústam, aby som hovoril dobré, povzbudzujúce slová žehnania aj vtedy, keď moje pocity nie sú veľmi pozitívne. Žehnám ťa harmóniou v Jahveho silnej láske. Stará sa o ľudí a ja ťa žehnám, aby sa táto Jeho starostlivosť prejavila v tvojom jednaní. Žehná ťa svojou radosťou, bez ohľadu na to, čo hovoria ľudia. Si slobodný!”

### ŽEHNANIE NEBESKEJ IDENTITY

Prichádza deň, kedy budeme rozpoznaní a odmenení.

“Lebo nik nemôže položiť iný základ okrem toho, čo je položený, a tým je Ježiš Kristus. Či na tomto základe stavia niekto zlato, striebro, drahokamy, drevo, seno, slamu, každého dielo vyjde najavo; ukáže to totiž (súdny) deň, ktorý to zjaví v ohni, a sám oheň sprobuje dielo každého, aké je. Ak niekomu zostane dielo, čo postavil, dostane odmenu; ak niekomu dielo zhorí, utrpí škodu; sám sa síce zachráni, ale len ako cez oheň.” (1Kor 3:11-15)

HOVOR POŽEHNANIE: “Žehnám ťa, \_\_\_\_\_, aby si staval dom s Ježišom, ktorý obstojí v skúške času a Božieho ohňa. V Ježišovom Mene ťa žehnám, aby si vedel, že v poslušnaní Ježiša je bezpečie a aby si vedel, že niet iného bezpečia. Ježiš sám sa pripravuje, aby ťa odmenil a ta už cítiš Jeho radosť. Žehnám všetko, čo si ty a On urobil. Žehnám všetko, čo spoločne dosiahnete. Si staviteľ a víťaz.”



### ZAPEČATENIE POŽEHNANIA ĎAKOVANÍM

Boží Svätý Duch je pečatou nášho spasenia. Keď ďakujeme Pánovi, že odpovedá na našu vieru, dosahujeme novú úroveň uspokojenia a radosti. Teraz môžeme vysloviť poďakovanie nášmu duchu, duši, telu i srdcu za všetko, čo sme v požehnaní dostali.

“Ďakujem ti, môj duch, moja duša, telo i srdce, že ste sa rozhodli žehnať namiesto preklínania. Vierou v Jahveho som Mu vďačný za to, že počúva a odpovedá nám. V nádeji ďakujem za zdravie a uzdravenie ako rastiem v posvätení. Radujem sa v úžasnom spasení, ktoré mi Ježiš priniesol.”

**POKRAČUJTE VO VIERE A  
ŽEHNANÍ V RASTÚCEJ  
RADOSTI**

**ŽIVOTNÝ ŠTÝL ŽEHNANIA**

Martin Van Horn 2024

ŽEHNÁME VÁS V JEŽIŠOVOM MENE

