

Poniższa modlitwa o. Roberta DeGrandis SSJ obejmuje najważniejsze obszary naszego życia, wymagające przebaczenia. Przypomni Ci ona również inne, bolesne wydarzenia, które dotyczą wyłącznie Twojego własnego "Ja", Pozwól Duchowi Świętemu działać w wolności, a wtedy będzie przywołał Ci na myśl te osoby lub grupy ludzi, którym potrzebujesz przebaczyć. Poświęć, na tę modlitwę dostatecznie dużo czasu, by móc przedstawić Bogu wszystkie osoby, z którymi związały Cię bolesne doświadczenia, Tę modlitwę czytaj wielokrotnie.

PAMIĘTAJ...

- Przebaczenie jest aktem wolnej woli nie uczuciem. Jeśli modlimy się .za kogoś, możemy być pewni, że przebaczyliśmy tej osobie.
- Aby pomóc sobie kogoś zaakceptować i otworzyć się na tę osobę bardziej, wyobraź ją sobie z Jezusem i powiedz do Pana: "Kocham ją, ponieważ Ty ją kochasz".
- **PRZEBACZENIE JEST ZOBOWIĄZANIEM TRWAJĄCYM CAŁE ŻYCIE.**
- Każdego dnia jesteśmy zaproszeni do przebaczenia tym, którzy nas krzywdzą lub ranią.

"To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem" - przypomina nam Jezus (J 15,12).

MODLITWA PRZEBACZENIA

- ❖ **Panie Jezu Chryste, proszę Cię dzisiaj**, abym przebaczył wszystkim ludziom, jakich spotkałem w moim życiu. Wiem, że udzielisz mi siły, abym mógł tego dokonać i dziękuję Ci, że kochasz mnie bardziej niż ja sam siebie i bardziej pragniesz mojego szczęścia, niż ja go pragnę.
- ❖ **MÓJ OJCZE NIEBIESKI, przebaczam Ci** te wszystkie momenty, kiedy śmierć weszła w moją rodzinę; chwile kryzysu, trudności finansowe i te wydarzenia, które uznałem za karę zesłaną przez Ciebie - gdy inni mówili: widocznie Bóg tak chciał", a ja stałem się zgorzkniały i obraziłem się na Ciebie. Przebaczam Ci moją niepełnosprawność fizyczną lub intelektualną. Proszę dzisiaj, oczyść moje serce i uzdrow historię mojego życia.
- ❖ **Panie mój, przebaczam SOBIE** moje grzechy, winy i słabości, oraz wszystko to, co złego jest we mnie lub co ja uważam za złe. Wyrzekam się wszelkich przesądów i wiary w nie, posługiwania się tablicami do seansów spirytystycznych, uczestniczenia w seansach wywoływania duchów, czytania horoskopów, odczytywania przyszłości, używania talizmanów i amuletów, wymawiania zaklęć na szczęście. Wybieram Ciebie jako mojego jedyne Pana i Zbawiciela. Napelnij mnie swoim Duchem Świętym. Następnie przebaczam **SOBIE** branie Twojego imienia nadaremno, nie oddawanie Ci czci przez chodzenie do kościoła, ranienie moich rodziców, upijanie się, cudzołóstwo, homoseksualizm. Ty już mi to przebaczyłeś w Sakramencie pokuty i pojednania. Dziś ja przebaczam sobie samemu, także aborcję, kradzieże, kłamstwa, oszustwa, zniesławianie innych.
- ❖ Z całego serca **przebaczam mojej MATCE**. Przebaczam te wszystkie momenty, w których mnie zraniła, gniewała się na mnie, złościła się i niesprawiedliwie mnie karała, gdy faworyzowała moje rodzeństwo. Przebaczam jej to, że mówiła, iż jestem tępy, brzydki, głupi, najgorszy z jej dzieci i że dużo kosztuję naszą rodzinę; to, że byłem niechcianym dzieckiem, przypadkiem, błędem, i wyjawiała mi, że nie urodziłem się tym, kim ona by chciała. Przebaczam jej to, że mnie opuściła. **Mamo, przebaczam Ci z całego serca mocą Chrystusowego przebaczenia. Niech Bóg Cię błogosławi. Podaję Ci rękę pokoju i pojednania.**

- ◆ **Przebaczam mojemu OJCU.** Przebaczam mu te dni i lata, w których zabrakło mi jego wsparcia, miłości, czułości lub choćby uwagi. Przebaczam mu brak czasu dla mnie i to, że mi nie towarzyszył w ważnych momentach mojego życia; jego pijaństwo, wulgaryzmy, kłótnie i walki z mamą lub moim rodzeństwem, jego okrutne kary, różne oszustwa, opuszczenie nas, odejście z domu, rozwód z mamą oraz jego zdrady. **Tato, przebaczam Ci z całego serca mocą Chrystusowego przebaczenia. Niech Bóg Cię błogosławi. Podaję Ci rękę pokoju i pojednania.**
- ◆ Panie, tym przebaczeniem pragnę ogarnąć również moich **BRACI I SIOSTRY.** Przebaczam tym, którzy mnie odrzucali i nie brali pod uwagę w swoich zabawach i rozrywkach, bardziej ufali swoim przyjaciółom, obmawiali, kłamali o mnie, nienawidzili mnie, obrażali się na mnie bez powodu, walczyli ze mną o miłość naszych rodziców, ranili mnie lub krzywdzili fizycznie. Przebaczam tym, którzy byli dla mnie okrutni, zazdrościli mi, wzywali do sądu, karali mnie lub w jakikolwiek inny sposób uprzykrzali mi życie upokarzając mnie.
- ◆ **Przebaczam mojemu NARZECZONEMU (NARZECZONEJ)** to, że rozbił mi serce, zostawiając mnie zranioną i nieuczciwie wykorzystaną dla zabawy i własnego egoizmu. Przebaczam to, że naśmiewał się ze mnie i nie potrafił poważnie i odpowiedzialnie odpowiedzieć na moją miłość. Panie, przebaczam mojemu **MEŻOWI I ŻONIE** brak miłości, czułości, rozsądku, wsparcia, uwagi, zrozumienia i komunikacji, wszelką winę, wady, słabości i te czyny i słowa, które mnie raniły i niepokoiły; brak należytego szacunku w pożyciu seksualnym, namowy do grzechu i każdy grzech, który nas oddzielał, a zwłaszcza zdrady małżeńskie - te ujawnione i nie ujawnione; zgorzenie dawane dzieciom tak w wymiarze religijnym, jak i wychowawczym.
- ◆ Jezu, przebaczam **moim DZIECIOM** ich brak szacunku do mnie, nieposłuszeństwo, brak miłości, uwagi, wsparcia, ciepła, zrozumienia i należytej wdzięczności. Przebaczam im ich złe nawyki, odejście od Kościoła, wszelkie złe uczynki, które wzbudziły mój niepokój, żal i smutek.
- ◆ Mój Boże, przebaczam **RODZINIE MOJEGO WSPÓŁMAŁŻONKA I RODZINIE MOICH DZIECI:** teściowej i teściowi, synowej i zięciowi i pozostałym osobom, które przez małżeństwo weszły do mojej rodziny, a które odnosiły się do niej z brakiem miłości, przebaczam ich słowa, myśli, uczynki i zaniedbania, które raniły mnie i nieraz zadawały dotkliwy ból.
- ◆ Panie, proszę Cię, pomóż mi przebaczyć **moim KREWNYM:** babci i dziadkowi, ciotkom, kuzynom, którzy ingerowali w sprawy naszej rodziny, a zaborczo traktując moich rodziców spowodowali w niej zamieszanie, nastawiali jedno rodziców przeciwko drugiemu. Przebaczam im ich obmowy, oszczerstwa i intrygi.
- ◆ Jezu, pomóż mi przebaczyć moim **WSPÓŁPRACOWNIKOM,** którzy byli, lub są jeszcze nieprzyjemni lub utrudniają mi życie; tym, którzy zrzucają na mnie swoje obowiązki i zadania, którzy nie chcą szczerze współpracować, usiłują zagarnąć moje stanowisko. - **przebaczam im. Wyciągam również rękę pojednania do moich ZWIERZCHNIKÓW,** którzy nie chcieli się przekonać co do moich uzdolnień, nie ufali mi nie angażowali w zadania o większym stopniu odpowiedzialności; wszystkie te sytuacje, w których niesprawiedliwie faworyzowali innych, nieuczciwie dorabiali się majątku; sytuacje, w których stawałem się ofiarą ich głupich i złośliwych żartów, szantażu, zdzierstwa, zwolnienia z pracy i wszelkiego innego ucisku. Jezu, **przebaczam mojemu PRACODAWCY** także to, że nie płacił mi wystarczająco, nie docenił mojej pracy, nie chwalił za osiągnięcia.
- ◆ Przebaczam także **SĄSIADOM** - ich hałasy, śmiecenie, uprzedzenia, obmawianie mnie i oczernianie, donoszenie na innych sąsiadów. **Przebaczam** również ich nieuczciwość, brak życzliwości, nieuprzejmość, zazdrość i zamknięcie się w sobie w postawie obojętności na

cudzy los.

- ◆ Teraz przebaczam wszystkim **KSIĘŻOM**, pastorom zakonnicom, zakonnikom, parafianom, organizacjom parafialnym. i grupom modlitewnym, mojemu proboszczowi, duszpasterzowi, biskupowi, Papieżowi, całemu Kościołowi: brak należnego wsparcia, potwierdzenia mojej wartości; nieprzygotowane kazania, małostkowość, brak wrażliwości i zainteresowania moimi problemami; brak zachęty, której moja rodzina bardzo potrzebowała w chwilach kryzysu; także wszelkie zranienia, jakie zadano mnie lub mojej rodzinie, nawet w odległej przeszłości **przebaczam wam dzisiaj z całego serca przebaczeniem Chrystusowym**.
- ◆ Panie, **przebaczam OSOBOM ODMIENNYCH PRZEKONAŃ** światopoglądowych i społeczno-politycznych, tym, którzy atakowali mnie, ośmieszali, dyskryminowali, przez których poniosłem szkodę materialną lub duchową.
- ◆ **Przebaczam PRZEDSTAWICIELOM INNYCH WYZNAŃ**, którzy próbowali nawrócić mnie na siłę, napastowali mnie, atakowali, kłócili się ze mną narzucali mi swój punkt widzenia.
- ◆ Przebaczam dzisiaj tym, którzy zranili mnie i dyskryminowali pod względem **ETNICZNYM**, wyszydzała, mówili dowcipy o mojej narodowości lub rasie, wyrządzili mojej rodzinie krzywdę fizyczną, emocjonalną lub materialną.
- ◆ Panie, **przebaczam też wszystkim SPECJALISTOM**, którzy w jakikolwiek sposób mnie skrzywdzili: **LEKARZOM, PIEŁĘGNIARKOM, PRAWNIKOM, SĘDZIOM, POLITYKOM I PRACOWNIKOM ADMINISTRACYJNYM**. Wybaczam wszystkim pracującym w służbach społecznych: **policjantom, strażakom, kierowcom autobusów, sanitariuszom, a szczególnie fachowcom**, którzy zażądali zbyt wiele za swoją pracę.
- ◆ Panie Jezu, **przebaczam z serca moim NAUCZYCIELOM I WYKŁADOWCOM**, zarówno dawnym jak i obecnym, tym, którzy mnie karali, upokarzali, obrażali, traktowali niesprawiedliwie, wyśmiewali, nazywali "tępym" lub "głupim", zmuszali, żebym zostawał po szkole, wyżywali, uwzięli się na mnie, stawiali niesprawiedliwe oceny; to, że swoim zachowaniem rodzili we mnie różne lęki i kompleksy, że dawali mi odczuć, iż nie jestem przez nich kochany.
- ◆ Jezu, przebaczam moim **PRZYJACIOŁOM**, którzy mnie zawiedli, zerwali. ze mną kontakt, nie wspierali mnie i byli nieosiągalni, gdy ich potrzebowałem, pożyczyci pieniądze i nigdy nie oddali. plotkowali o mnie.
- ◆ Panie Jezu, w szczególny sposób proszę o łaskę przebaczenia **TEJ JEDNEJ OSOBIE, która w całym moim życiu zraniła mnie najbardziej**. Proszę, pomóż mi przebaczyć temu, kogo uważam za mojego największego wroga; komu najtrudniej jest mi przebaczyć; o kim powiedziałem. że nigdy mu nie przebaczę. Wyciągam do tej osoby rękę pojednania.
- ◆ **Panie, SAM RÓWNIEŻ PROSZĘ O PRZEBACZENIE** tych wszystkich ludzi - za ból, jaki im zadałem szczególnie moją matkę i ojca oraz mojego współmałżonka. Przepraszam z całego serca zwłaszcza za te największe krzywdy, jakie im wyrządziłem.

W imię Jezusa Chrystusa wyrzekam się wszelkiej nienawiści, obrazy i negatywnych uczuć do kogokolwiek. Jak Chrystus przebaczył mi, tak I ja przebaczam. Dziękuję Ci, Panie Jezu, że jestem teraz uwolniony od zła, jakim jest brak przebaczenia. Niech Twój Święty Duch zablśni rany, napełni mnie miłością i światłem oraz rozjaśni każdy mroczny obszar mojej duszy.

Amen.
