“PANE, NAUČ NÁS MODLIT SE!“



Škola modlitby: První stupeň

OBSAH

PRVNÍ STUPEŇ ŠKOLY MODLITBY „PANE, NAUČ NÁS MODLIT SE!“

Předmluva k přepracovanému vydání 3

Podněty pro „studenty“ školy 4

Podněty pro „ředitele“ školy 5

Podněty pro „lektory“ školy 6

Přípravný týden: „Kdybys znala Boží dar“ (Jan 4,10) 7
aneb Žízeň modlitby (KKC 2558 - 2565)
1. týden: „Kde jsi?“ (Gn 3,9) 12
aneb Modlitba v době První smlouvy (KKC 2566 - 2589)
2. týden: „Když se Ježíš modlil, otevřelo se nebe…“ (Lk 3,12) 22
aneb Ježíšova modlitba k Otci (KKC 2598 - 2606)
3. týden: „Jen jedno je třeba…“ (Lk 10,42) 28
aneb Ježíšovo učení o modlitbě (KKC 2607 - 2615)
4. týden: „Setrvávali v lámání chleba a v modlitbách“ (Sk 2,42) 34
aneb Způsoby modlitby v církvi (KKC 2616 - 2643)
Závěrečný týden: „Modlili se spolu s Marií“ (Sk 1,14) 42
aneb Praktické opory pro modlitbu (KKC 2650 - 2691)
Podněty k „lectio divina“ 46

Magnificat podle liturgického překladu 47

Grafické znázornění „lectio divina“ 48

Petr Hruška: Škola modlitby[1] „Pane, nauč nás modlit se!“

Předkládaný seminář, oproti původní předloze rozdělený na dva stupně, je autorsky upraveným a doplněným vydáním semináře o modlitbě, který pod názvem *Osmitýdenní škola modlitby Scala paradisi* vyšel v roce 1998 v Pastoračním středisku při Arcibiskupství pražském. Tento sešitek je první částí školy, na kterou navazuje část druhá nazvaná *Škola modlitby[2] Scala paradisi aneb Stupně k ráji.*

Jako inspirace a prameny pro původní seminář sloužily kromě Bible a Katechismu katolické církve také následující publikace: Otto Knoch, *„Pane, nauč nás modlit se!“ Duchovní seminář č. 2*, který později vyšel jako druhá část knihy Otto Knoch, *Život ze síly Božího slova a Božího Ducha*, Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2000; Hans Buob, *Růst v modlitbě – Cesta obrácení*, Praha: Portál, 1993; Fra Guigo, *Scala paradisi – Stupně k ráji*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1995. Později pak vyšel velmi kvalitní průvodce čtvrtou částí Katechismu katolické církve z pera jednoho ze spoluautorů této části: Christoph Schönborn, Cesty modlitby: Modlitba v Katechismu katolické církve, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, jehož impulzy však do této „školy“ zatím integrovány nebyly; lze jej však doporučit jako doplňkovou četbu.

Pro svoji vnitřní potřebu na podzim roku 2008 vydala Římskokatolická farnost Cheb, ve formátu .pdf je sešitek ke stažení na http://www.farnostcheb.cz, v sekci Dokumenty – Pastorační pomůcky.

PŘEDMLUVA K PŘEPRACOVANÉMU VYDÁNÍ

Nedávno hledal nějaké podklady pro seminář o modlitbě, na jehož pořádání jsme se právě s kolegou farářem domluvili. Přirozeně jsem sáhl po sešitku *Osmitýdenní škola modlitby: Scala paradisi*, který právě před deseti lety vyšel v pražském Pastoračním středisku a těšil se, že mám vystaráno. Avšak nakonec jsem se rozhodl, že pro naše současné účely bude třeba v textu udělat několik zásadních úprav a jejich výsledek nyní držíte v ruce.

Účel a zaměření předkládané příručky jsou stále tytéž: *Cílem této „školy modlitby" je prostřednictvím Božího slova a svědectví tradice církve ukázat význam modlitby pro křesťana a uprostřed modlitebního společenství jej vést k hlubší modlitbě v Ježíšově jménu a v síle Božího Ducha. Tato „škola modlitby" má každému pomoci, aby si uvědomoval a prožíval celou šíři a celé bohatství daru modlitby, onoho 'živého a osobního vztahu k živému a pravému Bohu' (srov. KKC 2558)"*.

Stejné jsou i prameny (uvedené v tiráži), ze kterých tato „škola modlitby" čerpá. To, co se (kromě drobných textových úprav) změnilo je celkový koncept příručky. Především byla „škola" rozdělena na dva „stupně", kterým odpovídají i dvě části příručky.

„První stupeň" je zaměřen na účastníky, kteří s pravidelnou osobní modlitbou s Písmem nemají příliš velké zkušenosti nebo chtějí svoji třeba i dlouholetou praxi modlitby obnovit „z gruntu", tj. ve světle biblického poselství o modlitbě, a otevřít se tak, třeba prvně v životě, daru modlitby v Ježíšově jménu a v síle Božího Ducha. I když jistě velmi pomůže, jestliže podněty „školy modlitby" mohou u účastníků rozvíjet již objevený živý vztah k Ježíši Kristu žitý ve společenství a prohlubovaný pravidelnou četbou Písma, ale nutnou podmínkou to není.

„Druhý stupeň" je pak zaměřen na ty, kteří již po nějaký čas v osobní modlitbě z bohatství Božího slova pravidelně čerpají (tj. po delší dobu praktikují např. „*lectio divina*" či „denní tichou chvíli") a touží nechat se dalšími svědky křesťanské tradice modlitby doprovázet do hloubky svého vztahu s živým Bohem. Jestliže na prvním stupni nás doprovázely především biblické texty, na stupni druhém bude naším průvodcem zvláště Fra Guigo skrze svůj spisek *Scala paradisi – Stupně k ráji* a Hans Buob skrze své přednášky obsažené v knize *Růst v modlitbě – Cesta obrácení*.

Toto rozčlenění pak umožnilo udělat tu nejviditelnější změnu oproti původnímu konceptu: V podkladech pro „první stupeň" jsou nyní všechny biblické texty určené k rozjímání a texty *Katechismu katolické církve* (zkratka KKC) uvedeny v plném (někdy v mírně zkráceném) znění. Takto jsou všechny důležité podklady v jedné jediné příručce k dispozici i těm účastníkům, kteří (ještě) nejsou tak zběhlí v práci s Písmem nebo kteří dokonce nevlastní vlastní Bibli a Katechismus. Pro biblické texty je s malými úpravami vyžádanými vzhledem ke konkrétnímu komentáři většinou použit překlad *Nové bible kralické* (http://www.nbk.cz), v některých případech pak *Český ekumenický překlad* (http://www.bibleserver.com). Pro zkratky biblických knih je kvůli jeho větší srozumitelnosti použit systém používaný v katolickém liturgickém překladu (http://www.biblickedilo.cz). Texty *Katechismu* jsou z http://www.katechismus.cz.

Všem, kteří se „školy modlitby" budou jakýmkoli způsobem účastnit, přeji, aby se i u nich naplnila naděje, kterou do podobných podniků vkládá Katechismus, když říká:

„Modlitební skupiny, stejně jako ‚školy modlitby', jsou dnes jedním ze znamení a jedním z podnětů obnovy modlitby v církvi za předpokladu, že se čerpá z ryzích pramenů křesťanské modlitby" (KKC 2689).

Petr Hruška, Cheb, podzim 2008

PODNĚTY PRO „STUDENTY“ ŠKOLY

Zdálo by se, že modlitba je tou nejsamozřejmější věcí na světě. Avšak jako dítě musí po řadu let chodit do školy, aby se naučilo své vlastní řeči a aby si ji osvojilo v celém jejím bohatství, tak se musí i křesťan teprve učit, co znamená modlit se. Cílem této „školy modlitby“ je tedy prostřednictvím Božího slova a svědectví tradice církve ukázat význam modlitby pro křesťana a uprostřed modlitebního společenství jej vést k hlubší modlitbě v Ježíšově jménu a v síle Božího Ducha.

Studijní předpoklady: Předpokládáme, že všichni účastníci „školy modlitby“ či ti, kdo používají tento sešitek pro svoji osobní potřebu, mají jistou zkušenost s osobní modlitbou, případně i s modlitbou v malém společenství. Není to však podmínkou k „zápisu“ do této „školy“. Důležitější je, že ve křtu všichni dostali darem Ducha svatého a skrze něj i schopnost modlit se vděčně a s radostí v plném společenství s Bohem. Škola modlitby pak má každému pomoci, aby si uvědomoval a prožíval celou šíři a celé bohatství tohoto daru modlitby, tohoto *„živého a osobního vztahu k živému a pravému Bohu“* (KKC 2558).

Překážky na cestě: Našemu předsevzetí nechat se uvést do hlubšího života modlitby se tak mohou do cesty postavit tři velké překážky: domněnka, že my takové uvedení nepotřebujeme, protože „už všechno dobře známe“; duchovní lenost, která se bojí každé duchovní námahy a vymýšlí si tisíce důvodů, aby nemusela být vyrušena a aby nemusela připustit žádnou změnu; propadnutí přílišné starostlivosti o „povrch“ každodenního lidského života a ztráta zodpovědnosti za jeho „hloubku“.

Podpůrné nástroje: Velkou pomocí pro prožití této „školy“ je možnost přihlásit se do nějaké společně organizované „školy modlitby“ ve své farnosti či společenství (viz níže Podněty pro „ředitele“ školy). Tam můžeš získat důležité praktické opory ať už v živém zvěstování poselství jednotlivých týdnů školy, ve společném sdílení a povzbuzení v malých skupinách nebo v osobním doprovázení někým zkušenějším. Další možností je prožít tuto „školu modlitby“ v její „domácí“ formě, sice bez všech těchto komunitních opor, ale zcela ve svém vlastním rytmu. V každém případě základem této „školy modlitby“, jak byla zamýšlena, je každodenní 30 minutové (nebo dvě 15 minutová) ztišení se k modlitbě sycené Božím slovem (viz podněty k *lectio divina* na str. 46) a každotýdenní delší zastavení se ke studiu tématu týdne.

Studijní pomůcky: Pro absolvování „základního stupně“ školy budeš potřebovat jen tento sešitek, ve kterém kromě úvodních komentářů najdeš i veškeré potřebné texty z Bible a Katechismu a do kterého si můžeš dělat různé značky, podtrhávat důležitá slova či na okraj zapisovat postřehy k jednotlivým textům či osobní zkušenosti s modlitbou. Pokud si ovšem ke každodenní modlitební chvíli chceš přidat i trochu studijního času nebo se chceš tématu jednou týdně věnovat podrobněji, je samozřejmě vhodné mít po ruce jak vlastní *Bibli* (někdy se hodí číst texty v širší souvislosti či v různých překladech), tak *Katechismus katolické církve* (člověk v něm může modlitbu „studovat“ v souvislostech), případně i prázdný sešit sloužící jako „studijní zápisník“ či „modlitební deník“ (hodí se třeba taková „kniha jízd“ ☺). Tyto poznámky ti pak mohou pomoci pro sdílení ve skupině.

Přípravný týden: Při přípravném týdnu je vhodné zaběhnout si stálý čas a místo pro denní tichou chvíli a to pak po celou školu až na výjimky dodržovat. Avšak tím nejdůležitějším krokem na začátku „školy modlitby“ je objevení osobní hluboké touhy po neustálém společenství s Bohem, která je skrytá v hloubce tvého vlastního srdce. A to je druhý účel, ke kterému by ti měl přípravný týden pomoci.

PODNĚTY PRO „ŘEDITELE“ ŠKOLY

Školu modlitby je možné použít či zorganizovat různými způsoby, jako například:

Studium o modlitbě: Aniž by tak byla „škola modlitby“ původně zamýšlena, je samozřejmě možné tento sešitek používat jako prostý studijní průvodce a s jeho pomocí prostudovat základní témata modlitby v Bibli a celou čtvrtou část Katechismu katolické církve věnovanou modlitbě. To je např. vhodné pro někoho, kdo se již pravidelně modlí a takto si chce svoji cestu modlitby doplnit studiem o modlitbě. Příliš ovoce však takovýto přístup pravděpodobně nezanechá u toho, kdo by takto jen „hltal“ nové poznatky bez jakéhokoli (alespoň následného) spojení s vlastní praxí modlitby.

Domácí škola modlitby: Pokud je v někom touha prohloubit svůj modlitební život, ale nemá možnost účastnit se některé z komunitnějších forem „školy modlitby“, může s podněty obsaženými v tomto sešitku pracovat i individuálně. Na začátku týdne si tak sám vždy prostuduje úvod k danému týdnu, během kterého se pak nabízeným textům věnuje v pravidelných každodenních chvílích modlitby s Písmem v duchu *lectio divina* (podněty k tomu jsou na str. 46), případně i prostuduje další doporučené úryvky z Písma či z Katechismu. Je však velmi vhodné, aby si zároveň o probíraných tématech a v jejich světle o svém vlastním růstu v modlitbě čas od času popovídal s někým zkušenějším.

Skupinová škola modlitby: Nejklasičtější (a asi i nejplodnější) způsob organizace „školy modlitby“ je zorganizovat ji uprostřed nějakého stálého společenství věřících. Osvědčilo se zasadit ji do rámce společné modlitby, např. takto: Po zahajovací prosbě: *„Pane, nauč nás modlit se!“* (Lk 11,1) jsou nejprve rozvinuty společné chvály (např. na základě „žalmu týdne“ nebo chvalozpěvu „Magnificat“ – viz str. 48). Poté má někdo úvodní katechezi (která může ostatní do tématu týdne uvést živějším a jejich situaci přizpůsobenou formou než je pouhá osobní četba úvodního textu), po které může následovat krátké objasňující diskuse k tématu. (Dle zvážení lze katechezi zařadit až za sdílení zkušeností z předchozího týdne). Pak přijde velmi důležitý čas pro sdílení zkušeností jednotlivých účastníků z předchozího týdne. Vše je možné zakončit společnými přímluvami a Modlitbou Páně. Pokud se nenajde nikdo, kdo by téma týdne živě prezentoval ostatním, je možné si jej také společně přečíst ze sešitku. Přes týden se účastníci „školy“ samozřejmě zabývají v osobní modlitbě texty doporučenými na jednotlivé dny (viz podněty na str. 46). I zde je pak vhodné osobní doprovázení.

Farní škola modlitby: Skupinovou formu je možné navíc zasadit do ještě širšího celku a „školu modlitby“ uspořádat např. jako nabídku pro celou farnost. Pak je možné pro úvodní katecheze využít např. cyklus tematických kázání při nedělních mších, všem farníkům nabídnout k domácímu prohloubení tématu tento sešitek a zároveň je povzbudit k účasti na sdílení o vlastních zkušenostech s modlitbou a Písmem v rodině, v kruhu přátel, ve vlastním malém společenství, domácí skupině či pro tento účel zorganizované skupině na faře. Zkušenější farníci, sami doprovázení farářem či jiným vedoucím celé školy, pak mohou sloužit jako průvodci těchto skupin, případně sloužit i jako průvodci pro jednotlivce. Tato forma má výhodu, že každý si ve farnosti může nalézt způsob účasti, který je právě jemu osobně přístupný.

Klášterní škola modlitby: Nakonec je samozřejmě možné „školu modlitby“ uspořádat i v pobytové formě např. jako týdenní intenzivní exercicie, při kterých se každý den účastníci pod vedením exercitátora zabývají tématem jednoho týdne. Úvodní text lze pak použít pro hlavní přednášku dne, některé podněty k jednotlivým dním pak mohou posloužit jako podklad k rozjímáním během dne.

PODNĚTY PRO „LEKTORY“ ŠKOLY

Je vhodné, jestliže ve společenství, ve kterém se „škola modlitby“ pořádá (nebo alespoň v užším kontaktu s ním), je k dispozici někdo zkušenější, kdo by byl schopen nejen do jednotlivých témat živě uvádět v katechezích, ale také osobně doprovázet účastníky po jejich vlastní cestě. Tyto průvodce zde budeme nazývat „lektory“.

Respekt k jedinečnosti každého: Při účasti na „škole modlitby“ nejde o to, aby všichni její účastníci právě v těchto týdnech udělali nějaké přesně naplánované zkušenosti na cestě jejich modlitby. Hodně řečeného bude účastníkům jistě známé a blízké (pak si to alespoň mohou lépe zařadit do širšího celku), něco naopak může být vzdálenější a zatím pouze teoretické (slyšené a pochopené se však může stát velkým bohatstvím tehdy, až se podobná zkušenost objeví). Díky textům, katechezím a rozhovorům ve skupině se však v mnohých jistě vytvoří prostor pro to, aby právě teď a tady udělali na své osobní a jedinečné cestě modlitby nějaký konkrétní krok. Jedním z úkolů „lektorů“ školy modlitby pak je účastníky při těchto krocích citlivě doprovázet, někdy i formou osobních rozhovorů domluvených mimo rámec „školy“.

Prezentace tématu týdne: Je vhodné, když je téma týdne prezentováno formou živé katecheze, která téma přizpůsobí dané skupině, obohatí je osobními zkušenostmi či živými ilustracemi, dá možnost následných otázek či reakcí ze strany posluchačů, případně (je-li víc času) posluchače dokonce do celého procesu naslouchání vtáhne už na začátku krátkým sdílením jejich vlastních zkušeností s daným tématem.

Moderování sdílení ve skupině: Aby sdílení zkušeností z předchozího týdne bylo plodné, je většinou třeba, aby byl určen jeden z „lektorů“, který tuto část setkání moderuje. Pro povzbuzení ostatních se může i on podělit o vlastní zkušenosti, avšak jeho rolí je především zajistit, aby každý, kdo chce, se dostal ke slovu, aby bylo sdílení udrženo v rámci probíraného tématu a aby zůstalo na rovině dělení se o osobní zkušenosti a nezabíhalo příliš do nějakých teoretických diskusí či argumentací. Účastníci jsou na začátku této části setkání vyzváni k tomu, aby se s ostatními podělili, jak se jim v modlitbě dařilo v minulém týdnu. Většinou se pak sdílení rozvíjí ve třech rovinách: (1) jak se komu daří či nedaří různé doporučené modlitební postupy (dodržování stálého času, různé kroky v modlitbě, práce s Písmem, práce s Katechismem apod.); (2) co nového, zajímavého či pro něho důležitého kdo během týdne objevil v nabízených textech; (3) jaké osobní zkušenosti s rozvojem modlitby jako živého vztahu s Bohem kdo během týdne udělal nebo jak tento týden zapadl do jeho dlouhodobých zkušeností na cestě modlitby. Jestliže zpočátku bude přirozeně převažovat rovina první, postupně bude víc a víc prostoru pro rovinu druhou a třetí. Moderátor musí vycítit, co skupina právě potřebuje, a citlivými otázkami či povzbuzeními, případně i komentáři ve světle vlastního poznání či zkušenosti, jí v tom pomoci.

Společné bohoslužby: Je-li „škola modlitby“ slavena ve společenství, je na jejím začátku (nebo po „přípravném týdnu“) vhodné slavit úvodní bohoslužbu, při které pro všechny účastníky školy vyprošujeme otevřenost srdce („Pane, nauč nás modlit se!“). Na tuto bohoslužbu (kterou je možné spojit s jakýmsi „zápisem“ do školy) pak navazuje „přípravný týden“, který má posloužit k „záběhu“ to pravidelné denní tiché chvíle a k připomenutí základních témat radostné zvěsti. „Základní stupeň“ školy je pak vhodné zakončit další bohoslužbou (zařazenou nejlépe na závěr čtvrtého týdne či v průběhu týdne závěrečného), při které si účastníci vyprošuje probuzení či oživení daru vnitřní modlitby v Ježíšově jménu a v síle Božího Ducha.

Přípravný týden: „Kdybys znala Boží dar“ (Jan 4,10) aneb Žízeň modlitby

Žalm týdne: Žl 42 **Doprovodná četba:** KKC 2558 - 2565

V Katechismu katolické církve, v úvodním článku ke čtvrté jeho části věnované modlitbě, čteme: *„Tajemství víry je veliké. Církev je vyznává v apoštolském vyznání víry a slaví je ve svátostné liturgii, aby život věřících byl ve shodě s Kristem v Duchu svatém, ke slávě Boha Otce. Toto tajemství vyžaduje, aby v něj věřící věřili, aby je slavili, aby z něj žili v živém a osobním vztahu k živému a pravému Bohu. Takovým vztahem je modlitba.“* (KKC 2558).

Každý vztah volá po prohlubování, každý vztah žízní po neustálém obnovování, zrání a růst skrze nové a nové životní situace. Oním „tajemstvím víry“, onou živou vodou, po které neustále žízníš, je Boží otcovská láska vylitá do tvého srdce skrze Ducha svatého, jenž ti byl dán díky smrti a vzkříšení Ježíše Krista.

V tomto týdnu přípravy bys měl mít možnost „oprášit“ své možná trochu pozapomenuté praktické návyky, které ti pomáhají denně si nalézat plodný čas ztišení nad Božím slovem. Biblické texty by ti navíc chtěly den za dnem připomenout a umožnit znovu prožít základní radostnou zvěst spásy, se kterou ses již pravděpodobně setkal při jiných příležitostech. Tvá modlitba, tvoje rozmluvy s Bohem, tvé chvály, díky i prosby, to vše je totiž samozřejmým výrazem Bohem tobě již darovaného společenství lásky. Tvé denní tiché chvíle a celá škola modlitby má totiž být pouze příležitostí, abys mohl hlouběji zakoušet, že jsi bezpodmínečně milované Boží dítě vykoupené v Kristu Ježíši a naplněné Duchem Božím, který se v tobě modlí a chce skrze tebe sloužit tomuto zraněnému světu.

Doprovodná četba z *Katechismu* (KKC 2558 – 2565), doporučená na každý den v týdnu, ti může pomoci objevit modlitbu jako odpověď na nezasloužený Boží dar nového života, jako tvoji žízeň po Bohu setkávající se s Boží žízní po tvé lásce, jako pohyb srdce (a tím celého člověka) k Bohu a jako živý vztah Božích dětí k jejich nekonečně dobrému Otci ve společenství smlouvy žitém v těle Kristově a oživovaném Duchem svatým.

1. den: Boží láska **Jan 3,14-17**

Čti: *A jako Mojžíš vyzdvihl hada na poušti, tak musí být vyzdvižen Syn člověka, aby žádný, kdo věří v něho, nezahynul, ale měl věčný život. Neboť* ***Bůh tak miloval svět, že dal svého jednorozeného Syna****, aby žádný, kdo věří v něho, nezahynul, ale měl věčný život. Bůh totiž neposlal svého Syna na svět, aby svět odsoudil, ale aby svět byl skrze něho spasen.*

Rozjímej: Bůh lásky, Bůh První smlouvy (tzv. Starého zákona), je tentýž, kterého nám Ježíš ukázal jako *„Abba“* (aramejské slovo pro „tatínka“; srov. Mk 14,36; Řím 8,15 – text 6. dne). K tomuto Bohu se modlíš *„Otče náš…“* Již na začátku této školy modlitby může tvé srdce přetékat radostí, *„neboť Bůh tak miloval svět“* – to znamená i tebe – *„že dal svého jednorozeného Syna…“*.

Modli se: Tato bezpodmínečná Boží láska je prvním darem, na který stojí za to odpovědět modlitbou. Zkus zformulovat vlastní díkůvzdání, chválu, vyznání lásky tomuto Bohu…

Spočívej: …

Studuj: Iz 41,8-20; 43,1-5; 49,15n; 66,10-13; Oz 2,16-25; 11,1-11; Sof 3,14-20

KKC 2558: „Tajemství víry je veliké.“ Církev je vyznává v apoštolském vyznání víry (první část Katechismu) a slaví je ve svátostné liturgii (druhá část Katechismu), aby život

věřících byl ve shodě s Kristem v Duchu svatém, ke slávě Boha Otce (třetí část Katechismu). Toto tajemství vyžaduje, aby v ně věřící věřili, aby je slavili, aby z něj žili v živém a osobním vztahu k živému a pravému Bohu. Takovým vztahem je modlitba. „Pro mne je modlitba vzlet srdce, je to prostý pohled k nebi, je to zvolání vděčnosti a lásky ve zkoušce i v radosti“ (sv. Terezie od Dítěte Ježíše).

2. den: Vykoupení v Kristu **Lk 15,1-32** (zkráceno)

Čti: *Ježíš jim pověděl toto podobenství. Řekl:* ***„Kdo z vás, má-li sto ovcí a ztratil by jednu z nich, nezanechá těch devadesát devět na poušti a nejde za tou ztracenou, dokud ji nenajde?*** *A když ji najde, s radostí ji vezme na ramena, a až přijde domů, svolá přátele a sousedy a řekne jim: ‘Radujte se se mnou, neboť jsem našel svou ovci, která byla ztracená.’ Říkám vám, že tak bude v nebi větší radost nad jedním hříšníkem, který činí pokání, než nad devadesáti devíti spravedlivými, kteří pokání nepotřebují.* ***A která žena, když má deset mincí a jednu minci ztratí, nerozsvítí lampu, nevymetá dům a pečlivě nehledá, dokud ji nenajde?*** *A když ji najde, svolá přítelkyně a sousedky se slovy: ‘Radujte se se mnou, neboť jsem našla minci, kterou jsem ztratila.’ Říkám vám, že tak je radost před Božími anděly nad jedním hříšníkem, který činí pokání.“ Řekl také: „****Jeden člověk měl dva syny****, z nichž mladší řekl otci: ‚Otče, dej mi díl majetku, který mi patří.’ A tak jim rozdělil své jmění. Když pak ten mladší syn po nemnoha dnech všechno shromáždil, odešel do daleké země a tam svůj majetek promrhal prostopášným životem. (…) A tak vstal a šel ke svému otci.* ***A když byl ještě velmi daleko, jeho otec ho spatřil a pohnut soucitem přiběhl, padl mu kolem krku a políbil ho.*** *(…) Jezme a veselme se, neboť tento můj syn byl mrtev, a ožil; byl ztracen, a je nalezen.’ A začali se veselit. (…)“*

Rozjímej: Dnes se vžij do jednoho z nabízených nádherných biblických obrazů o Bohu (do toho, který ti je nejbližší): Bůh jako pastýř nesoucí ztracenou ovečku; Bůh jako žena vytrvale hledající ztracený peníz; Bůh jako otec vybíhající naproti ztracenému synu či jako otec vycházející vstříc jeho závistivému bratrovi. A prožij, že dar vykoupení a odpuštění byl darován i tobě.

Modli se: Jak na tento dar lásky odpovíš? Co Bohu řekneš na to, že je takový, jaký je?

Spočívej: …

Studuj: Iz 53,4-12; Lk 5,12-26; 8,26-56; Ef 2,1-10

KKC 2559: „Modlitba je povznesení duše k Bohu nebo prosba k Bohu o vhodná dobra“ (sv. Terezie od Dítěte Ježíše). Odkud mluvíme ve své modlitbě? Z výšin své pýchy a své vůle, nebo *„z hlubin“* (Ž 130,1) pokorného a zkroušeného srdce? Vždyť jen ten, kdo se ponižuje, bude povýšen (srov. Lk 18,9-14). Pokora je základem modlitby. *„Vždyť ani nevíme, oč se máme vlastnit modlit“* (Řím 8,26). Pokora je nezbytná dispozice k obdržení nezaslouženého daru modlitby: „Člověk je Boží žebrák“ (sv. Augustin).

3. den: Dar nového života **Jan 4,5-42** (zkráceno)

Čti: *Ježíš tedy přišel k samařskému městu zvanému Sichar, blízko pozemku, který dal Jákob svému synu Josefovi. Tam byla Jákobova studna. Ježíš se tedy, unaven cestou, posadil, tak, jak byl, u té studny. Bylo okolo šesté hodiny. Tehdy přišla*

žena ze Samaří, aby načerpala vodu. Ježíš jí řekl: ***„Dej mi napít.“*** *Jeho učedníci totiž odešli do města, aby nakoupili jídlo. Ta samařská žena mu tedy řekla: „Jak to, že ty, který jsi Žid, žádáš nápoj ode mne, když jsem Samařanka?“ (Židé se totiž se Samařany nestýkají.) Ježíš jí odpověděl:* ***„Kdybys znala ten Boží dar, a kdo je ten, který ti říká: ‘Dej mi napít,’ prosila bys ty jeho a dal by ti živou vodu.“*** *Žena mu řekla: „Pane, nemáš ani, čím bys čerpal, a studna je hluboká. Odkud tedy máš tu živou vodu? Jsi snad větší než náš otec Jákob, který nám tu studnu dal a sám z ní pil, i jeho synové a jeho dobytek?“ Ježíš jí odpověděl: „Každý, kdo pije tuto vodu, bude znovu žíznit. Kdo by se však napil té vody, kterou mu dám já, nebude žíznit navěky, ale ta* ***voda, kterou mu dám, se v něm stane pramenem vody tryskající k věčnému životu.“*** *(…) „Ale přichází hodina a již je zde, kdy praví uctívači budou uctívat Otce v duchu a pravdě. Takové totiž Otec hledá, aby ho uctívali.* ***Bůh je Duch a ti, kdo ho uctívají, ho musí uctívat v duchu a v pravdě.“***

Rozjímej: Považuješ se za neschopnou dát napít z lásky svého nitra někomu druhému? Nebo máš ty sama žízeň a nevíš, jak ji utišit? Pozoruj krásné setkání samařské ženy s Ježíšem a vstup osobně do jejich rozhovoru. *„Kdybys znala Boží dar…“* (Jan č,10a). Je skryt ve tvém nitru a přesto darován: věčný život (srov. Jan 4,14), schopnost uctívání *„v Duchu a pravdě“* (Jan 4,24), živé Kristovo slovo (srov. Jan 4,41). Tomu všemu ses již ve svém životě s Kristem také otevřela. Bůh nejen odpouští, ale i zahrnuje plností života. Pozn.: Text dále rozvíjející příběh setkání Ježíše se Samařankou je zde citovaném uveden ve zkrácené podobě; chceš-li, najdi si jej ve své Bibli (Jan 4,15-42).

Modli se: Není dnešní poselství dalším důvodem prohloubit svůj rejstřík chval a díkůvzdání? Neboj se opakování. Bůh touží „trůnit ve chválách svého lidu“.

Spočívej: …

Studuj: Ef 1,1-23; Řím 8,31-39; Kol 2,6-15)

KKC 2560: *„Kdybys znala Boží dar“* (Jan 4,10). Úchvatnost modlitby se odhalí právě tam, u pramenů, kam chodíme hledat pro sebe vodu: tam se Kristus přichází setkat s každou lidskou bytostí; sám nás nejprve hledá a prosí, abychom mu dali napít. Ježíš žízní, jeho prosba vyvěrá z hlubin Boha, který po nás touží. Ať to víme nebo ne, modlitba je setkání Boží žízně s naší žízní. Bůh žízní, abychom my žíznili po něm.

KKC 2561: *„Spíše bys ty poprosila jeho, aby ti dal živou vodu“* (Jan 4,10). Naše prosebná modlitba je, paradoxně, odpovědí; odpovědí na nářek živého Boha: *„Mne, pramen vody živé, opustili a kopali si cisterny, cisterny rozpukané“* (Jer 2,13). Je odpovědí víry na nezasloužený příslib spásy, odpovědí lásky na žízeň jednorozeného Syna.

4. den: Naše odpověď víry — Jan 21,15-22

Čti: *A když posnídali, zeptal se Ježíš Šimona Petra****: „Šimone Jonášův, miluješ mě více než tito?“*** *On mu řekl: „Ano, Pane, ty víš, že tě mám rád.“ Řekl mu: „Krm mé beránky.“ Zeptal se ho znovu, podruhé: „Šimone Jonášův, miluješ mě?“ Řekl mu: „Ano, Pane, ty víš, že tě mám rád.“ Řekl mu: „Pas mé ovce.“ Zeptal se ho potřetí: „Šimone Jonášův, máš mě rád?“ Tehdy se Petr zarmoutil, protože se ho potřetí zeptal: „Máš mě rád?“ a odpověděl mu:* ***„Pane, ty víš všechno, ty víš, že tě mám rád.“*** *Ježíš mu řekl: „Krm mé ovce. Amen, amen, říkám ti: Když jsi byl*

mladší, opásával ses a chodíval jsi, kam jsi chtěl; ale až zestárneš, vztáhneš své ruce a opáše tě jiný a povede tě, kam nechceš.“ To řekl, aby mu naznačil, jakou smrtí oslaví Boha. A když to pověděl, řekl mu: ***„Následuj mě.“*** *Petr se obrátil, uviděl toho učedníka, kterého Ježíš miloval, jak jde za ním (a to byl ten, který při večeři spočinul na jeho prsou a řekl: „Pane, kdo je ten, který tě zrazuje?“). Když ho Petr uviděl, řekl Ježíši: „Pane, a co tento?“ Ježíš mu řekl: „Kdybych chtěl, aby tu zůstal, dokud nepřijdu, co s tím máš ty? Ty mě následuj.“*

Rozjímej: Ježíš se tě dnes (stejně jako Petra) neptá po tvé mravnosti či náboženských výkonech posledních měsíců. Láska je věcí poznání milovaného, důvěry a svobodného rozhodnutí. Ježíš *„ví všechno“* (Jan 21,17), zná tvé zrady a zapření, ale právě do nich znovu posílá svoji otázku po tvé lásce. Asi ví, co dělá, když s tebou stále počítá (*„Následuj mne!“*).

Modli se: Objev dnes v sobě znovu hloubku své lásky k Trojjedinému Bohu, vyznej jí nahlas, odpověz na Ježíšovy otázky z textu a obnov tak svůj křest („Chceš žít ve svobodě dítěte Božího a zříkáš se proto hříchu?“). Pak poděkuj, že tě Bůh v Kristu zachránil.

Spočívej: …

Studuj: Ex 19,4-8; Dt 30,11-20; Joz 24,14-18; Lk 1,26-38; Řím 10,8-11

KKC 2562: Odkud vychází modlitba člověka? Ať je způsob modlitby jakýkoliv (gesta a slova), modlí se celý člověk. Avšak když chtějí Písma označit místo, odkud vyvěrá modlitba, hovoří někdy o duši nebo o duchu a nejčastěji o srdci (více než tisíckrát). Je to srdce, které se modlí. Je-li daleko od Boha, pak je vyslovování modlitby marné.

5. den: Naplnění Duchem svatým — Jan 7,37-39

Čti: *Ve veliký poslední den toho svátku pak Ježíš stál a volal:* ***„Žízní-li kdo, pojď ke mně a pij! Kdo věří ve mne, z jeho nitra potečou řeky živé vody, jak praví Písmo.“*** *A to řekl o Duchu, kterého měli přijmout věřící v něho; neboť Duch Svatý ještě nebyl dán, protože Ježíš ještě nebyl oslaven.*

Rozjímej: Dnes se znovu vrať k symbolice „živé vody“ z textu třetího dne. Už mnohem více „znáš Boží dar“, už mnohem jasněji znáš „Boží dar“. Duch svatý již (na rozdíl od situace v dnešním textu) byl dán, protože Ježíš již byl oslaven. Tímto Duchem jsi obdarován, neustále ti je nabízen. I dnes se jím můžeš nechat naplnit.

Modli se: Vyslov dnes před Bohem něco ze své žízně po životě, po lásce, po Něm samotném, a požádej dnes vlastními slovy o toto nové naplnění Duchem: „Přijď, Duchu svatý, a naplň mé srdce svojí mocnou i něžnou přítomností…“

Spočívej: …

Studuj: Sk 2,1-13.38; 4,23-31; 10,38-48; 19,1-7

KKC 2563: Srdce je příbytek, kde jsem, kde bydlím (podle semitského nebo biblického způsobu vyjádření: kam „sestupuji“). Je to náš skrytý střed, nepostižitelný naším rozumem nebo naším bližním; jen Boží Duch jej může probádat a poznat. Je to místo rozhodování, které je v největších hlubinách našich psychických sklonů. Je to místo pravdy, kde volíme život, nebo smrt. Je to místo setkání, protože podle Božího obrazu žijeme ve vztahu: je to místo smlouvy.

6. den: Otevření se darům Ducha — Řím 8,15-17.22-27

Čti: *Nepřijali jste přece ducha otroctví, abyste se znovu báli, ale **přijali jste Ducha synovství, v němž voláme „Abba, Otče!“ Sám Duch dosvědčuje našemu duchu, že jsme Boží děti.** A jestliže děti, pak i dědicové, totiž dědicové Boží a spoludědicové Kristovi, abychom jestliže s ním trpíme, byli s ním také oslaveni… Víme přece, že všechno stvoření až dosud společně sténá a pracuje k porodu. A nejen ono, ale i my, kteří máme prvotiny Ducha, **i my sami v sobě sténáme, zatímco očekáváme přijetí za syny**, to jest vykoupení svého těla. Byli jsme totiž spaseni nadějí. Avšak naděje, která je zjevná, není naděje. (…) Doufáme-li však v to, co nevidíme, pak to vytrvale očekáváme. **A tak nám také Duch pomáhá v našich slabostech. Vždyť ani nevíme, za co bychom se měli modlit, jak je potřeba, ale sám Duch oroduje za nás nevýslovným sténáním.** A Ten, který zkoumá srdce, ví, jaké je smýšlení Ducha, že podle Boží vůle prosí za svaté.*

Rozjímej: Snad se dnes cítíš ubohou či slabým: „Nemohu se modlit - nejsem hoden - jsem zmatená.“ Můžeš znovu začít důvěřovat - skrze Ježíše v Duchu svatém Otci. Stačí se jen připojit k touze celého tvorstva a v hloubce svého nitra objevit modlitbu a volání Ducha Božího a všechny jeho dary.

Modli se: Můžeš dnes pokračovat ve své včerejší prosbě o naplnění Duchem tím, že jej budeš prosit o některé konkrétní dary, které vnímáš, že jsou pro tvůj život a službu důležité – v souvislosti s naší školou pak především o dary živé modlitby…

Spočívej: …

Studuj: Řím 12,6-8; 1 Kor 12,4-11; Gal 5,16-26

KKC 2564: Křesťanská modlitba je vztahem smlouvy mezi Bohem a člověkem v Kristu. Je to činnost Boha a člověka; vyvěrá z Ducha svatého a z nás, je zcela zaměřená k Otci ve spojení s lidskou vůlí Božího Syna, který se stal člověkem.

7. den: Život a růst v těle Kristově — Sk 2,42-47

Čti: *Zůstávali v **apoštolském učení** a ve **společenství**, v **lámání chleba** a v **modlitbách**. Na každou duši tedy přišla bázeň a skrze apoštoly se dělo mnoho zázraků a znamení. Všichni věřící pak byli pospolu a měli všechno společné. Prodávali pozemky a majetky a rozdělovali je všem, jak kdo potřeboval. Každý den také zůstávali jednomyslně v chrámu a po domech lámali chléb a přijímali pokrm s radostí a prostotou srdce; chválili Boha a **měli milost u všeho lidu**. A Pán denně přidával církvi ty, kteří byli spaseni.*

Rozjímej: V modlitbě, naplněn Duchem svatým, můžeš dnes naslouchat, jak hluboce byli první křesťané navzájem spojeni. Ptej se, jaké místo ve tvém životě mělo v posledních měsících *„apoštolské učení“* (Písmo a učení církve), *„společenství“* (konkrétní projevy společenství a lidské pomoci), *„lámání chleba“* (slavení eucharistie), *„modlitby“* (pravidelný čas k modlitbě v „tichých chvílích“ i v malém společenství) a z toho všeho vyrůstající svědectví (*„měli milost u všeho lidu“*).

Modli se: Obnov své rozhodnutí takto žít a v modlitbě vyjádři ochotu hledat cestu k takto plodnému životu v těle Kristově. Pros za světlo, jak žít tyto rozměry křesťanského života.

Spočívej: …

Studuj: Sk 4,23-35; 1 Kor 10,12-17; Ef 4,1-16; Kol 3,1-17
KKC 2565: V nové smlouvě je modlitba živým vztahem Božích dětí k jejich nekonečně dobrému Otci, k jeho Synu Ježíši Kristu a k Duchu svatému. Milost království je „spojení celé Nejsvětější Trojice s celým duchem člověka“ (sv. Řehoř Naziánský). Život modlitby tedy znamená být stále v přítomnosti třikrát svatého Boha a ve společenství s ním. Takové společenství života je možné vždycky, protože křtem jsme byli spojeni v jednotu s Kristem. Modlitba je křesťanská, nakolik je společenstvím s Kristem a nakolik se šíří v církvi, jež je jeho tělem. A má dimenze Kristovy lásky.

1. týden: „Kde jsi?“ (Gn 3,9)
aneb Modlitba v době První smlouvy

Žalm týdne: Žl 139 **Doprovodná četba:** KKC 2566 - 2589

Člověk má v sobě neustále uchovanou „vzpomínku na Boha“, je v něm stále živá touha po tom, který jej povolal k existenci. Již tato skrytá touha je počátkem naší modlitby.

KKC 2566: Člověk hledá Boha. Skrze stvoření Bůh vyvolává každé bytí z ničeho k existenci. Člověk, *„ověnčen slávou a důstojností“* (Žl 8,6), je po andělích schopen poznat, že jméno Pána *„je podivuhodné ... po celé zemi“* (Žl 8,2). Člověk zůstává stvořen k obrazu svého Stvořitele, přestože hříchem ztratil podobnost s Bohem. Uchovává si touhu po tom, jenž jej volá k existenci. O tomto bytostném lidském hledání svědčí všechna náboženství.

Živý Bůh jí však vychází vstříc a jako první hledá ztraceného člověka. Celé dějiny spásy jsou dějinami Božího hledání, dějinami neustále se opakující Boží otázky z první biblické knihy: *„Kde jsi?“* (Gn 3,9) Toto Boží hledání člověka je zároveň neustále novým zjevováním Božího srdce člověku. Živý a pravý Bůh volá neúnavně každého člověka k tajemnému setkání v modlitbě. Tento krok lásky věrného Boha je vždy první - krok člověka je vždy již odpovědí. Proto se nám modlitba v dějinách spásy jeví jako vzájemné volání, jako drama smlouvy. Prostřednictvím slov a skutků zachvacuje toto drama srdce.

KKC 2567: Bůh volá člověka jako první. Ať už člověk zapomene na svého Stvořitele, nebo se skrývá daleko od jeho tváře, ať už se honí za svými modlami, anebo obviňuje božství, že ho opustilo, živý a pravý Bůh volá neúnavně každého člověka k tajemnému setkání v modlitbě. Tento krok lásky věrného Boha je v modlitbě vždy první; krok člověka je vždy odpovědí. Postupně, jak se Bůh zjevuje a jak zjevuje člověka jemu samému, jeví se modlitba jako vzájemné volání, drama smlouvy. Prostřednictvím slov a skutků zachvacuje toto drama srdce. Odhaluje se v průběhu celých dějin spásy.

Další průběh tohoto dramatu můžeš během týdne sledovat četbou dalších odstavců z *Katechismu*. Může ti tak vyvstat před očima ohromná pestrost a mnohotvárnost, zároveň však i upřímnost, pravdivost a hloubka modlitby postav První smlouvy. V každodenním ztišení ti pak budou nabídnuty pohledy na modlitbu některých praotců naší víry. Každý z nich poodkrývá část tajemství modlitby, a to spíše celkem svého života než nějakým konkrétním textem. Proto se tentokrát pokus (třeba při vzdálenější přípravě na svoji denní tichou chvíli) trochu náročněji pomocí odkazů v textu vysledovat celkové souvislosti jejich vztahu k Bohu (= jejich modlitby), a tak spolu s nimi, inspirován jejich modlitbou, ten den „choď s Hospodinem“.

Vždy se soustřeď na tři otázky o textu: 1. V jaké situaci se nachází modlící se člověk („kde je“)? 2. Jak zde vypadá první Boží krok k člověku (v jaké formě zde zaznívá ono

„Kde jsi?“)? 3. Jak tento člověk Bohu odpovídá? Z těchto otázek pak nutně vyplynou další tři otázky o tobě samém: 1. V jaké situaci jsem já („Kde jsem?“)? 2. Jak hledá a volá Bůh mne (jakou podobu má jeho „Kde jsi?“ ke mně)? 3. Jak mohu dnes Bohu odpovědět já?

1. den: Adam a tajemství počátku **Gn 2,4-9.18-25; 3,1-9** (zkráceno)

Čti: *(…)Hospodin Bůh pak* ***z prachu země zformoval člověka*** *a* ***do jeho chřípí vdechl dech života****. Tak se člověk stal živou bytostí. Hospodin Bůh vysázel v Edenu na východě zahradu a do ní postavil člověka, jehož zformoval. Hospodin Bůh nechal ze země vyrůst všemožné stromy lákavé na pohled a dobré k jídlu, včetně stromu života uprostřed zahrady a stromu poznání dobra i zla. (…) Hospodin Bůh také řekl: „Není dobré, aby člověk byl sám; opatřím pro něj vhodný protějšek.“ (…) Hospodin Bůh tedy na Adama přivedl hluboký spánek. Když usnul, vzal jedno z jeho žeber a zaplnil to místo tělem. Z onoho žebra, které vzal z Adama, pak Hospodin Bůh vytvořil ženu a přivedl ji k Adamovi. Adam tenkrát řekl: „To je konečně ona: je z mých kostí, je z mého těla! Bude se nazývat manželkou, neboť je vzata z manžela!“ (To proto muž opouští otce i matku - aby přilnul ke své manželce a stali se jedním tělem.)* ***Oba dva, muž i jeho žena, byli nazí a nestyděli se.*** *(…) Když tedy žena viděla, že onen strom je dobrý k jídlu a lákavý na pohled, strom žádoucí k nabytí rozumu, vzala z jeho ovoce a jedla. Dala i svému muži, který byl s ní, a také on jedl. Tehdy se jim oběma otevřely oči a poznali, že jsou nazí. Svázali tedy fíkové listí a udělali si zástěrky. Vtom ale uslyšeli hlas Hospodina Boha procházejícího se zahradou za denního vánku. Tehdy se Adam a jeho žena skryli před Hospodinem Bohem uprostřed stromů zahrady. Hospodin Bůh na Adama volal:* ***„Kde jsi?“***

Rozjímej: V krásném obrazném vyprávění o stvoření člověka (hebrejsky „adam“ = člověk, lidstvo; „adamá“ = země) je zachycena hluboká pravda: Bůh v polibku lásky obdarovává člověka *„dechem života“* (Gn 2,7; hebrejský výraz znamená „stálé, pravidelné dýchání“). Neustálé nadechování se Boží lásky - to je první biblická, „adamovská“ modlitba, jejímž základním postojem je „nechávat se obdarovat“. Tento postoj má pak směřovat k bezbrannému otevření se Bohu i druhému člověku (v Gn 2,25 je nahota symbolem otevřenosti bez jakéhokoli zajišťování se). A co když je tato pradůvěra v našem srdci poraněna či pošlapána naším či cizím hříchem (Gn 3,1-8)? I tehdy nás Bůh hledá jako první (Gn 3,9): „Kde jsi, člověče? Kam ses to dostal? Proč se schováváš? Proč přede mnou utíkáš? Před Bohem, jehož dech máš ukryt ve svém srdci, jehož obraz máš zapsán ve své tváři?“

Modli se: Nech se dnes jen pronikat tímto „dechem života“: zkus se vžít do neživého hliněného paňáci, ke kterému se sklání Bůh, a celou tvoji bytost proniká život a láska. Pak se poctivě snaž odpovědět na Boží otázku, kde jsi, právě v těchto dnech?

Spočívej: …

Studuj: Žl 8; 104,27-35; Iz 41,8-16; 42,1-9.14-17; 43,1-7; 65,1-2

KKC 2568: Zjevení modlitby ve Starém zákoně je vepsáno mezi pád a pozvednutí člověka, mezi bolestnou otázku Boha k jeho prvním dětem — *„Kde jsi? … Cos to učinil?“* (Gn 3,9.13) — a odpověď jednorozeného Syna při jeho příchodu na svět: *„Tady*

jsem, abych plnil, Bože, tvou vůli“ (Žid 10,7). Tím je modlitba spojena s lidskými dějinami, je to vztah k Bohu v dějinných událostech.

KKC 2569: Modlitba se uvádí v život především tím, že vychází ze skutečností stvoření. Prvních devět kapitol Geneze líčí tento vztah k Bohu jako Abelovu oběť prvotin ze stáda, jako Enochovo vzývání jména Hospodinova, jako „chození s Bohem“. Noemova oběť se líbí Bohu, který mu žehná a skrze něho žehná celému stvoření, protože Noemovo srdce je spravedlivé a bezúhonné: on také chodí s Bohem. Tuto vlastnost modlitby prožívá množství spravedlivých ve všech náboženstvích. Bůh ve své nepomíjející smlouvě s živými bytostmi stále volá lidi, aby se k němu modlili. Modlitba je zjevována ve Starém zákoně zejména od dob našeho otce Abraháma.

2. den: Abrahám a modlitba víry **Gn 22,1-19** (zde zkráceno)

Čti: *(Bůh na Abraháma) zavolal: „Abrahame!“ Ten odpověděl:* ***„Tady jsem.“*** *A on řekl: „****Vezmi svého syna, svého jediného, svého milovaného*** *Izáka, a jdi do země Moria. Tam ho přines jako zápalnou oběť na hoře, kterou ti určím.“ Abraham vstal časně zrána. Osedlal svého osla, vzal s sebou dva služebníky a svého syna Izáka. Nasekal dříví pro zápalnou oběť a vypravil se k místu, jež mu Bůh určil. Když Abraham třetího dne pozvedl oči, spatřil to místo v dálce. Tehdy řekl svým služebníkům: „Vy tu zůstaňte s oslem. Já a chlapec* ***půjdeme*** *až tam,* ***pokloníme se*** *Bohu a* ***vrátíme se*** *k vám.“ Abraham vzal dříví pro zápalnou oběť a naložil je na svého syna Izáka. Sám nesl v ruce oheň a nůž. A* ***tak šli oba spolu.*** *Izák svého otce Abrahama oslovil:* ***„Otče!“*** *Ten odpověděl:* ***„Tady jsem, můj synu.“*** *„Vidím oheň a dřevo,“ řekl Izák. „Kde je ale beránek k zápalné oběti?“ „Bůh si opatří beránka k zápalné oběti, můj synu,“ odpověděl Abraham. A* ***tak šli oba spolu.*** *Když přišli na místo, jež mu Bůh určil, Abraham tam postavil oltář a narovnal dřevo. Pak svázal svého syna Izáka a položil ho na dřevo na oltáři. Abraham vztáhl ruku a vzal nůž, aby svého syna zařízl. Vtom na něj zavolal Hospodinův anděl z nebe: „Abrahame! Abrahame!“ Odpověděl:* ***„Tady jsem.“*** *A on mu řekl: „Nevztahuj na chlapce ruku a nic mu nedělej! Už jsem poznal, že jsi bohabojný, neboť jsi kvůli mně neušetřil svého syna, svého jediného.“ A když Abraham pozvedl oči, hle, spatřil za sebou berana uvízlého za rohy v křoví. Abraham tedy šel, vzal toho berana a přinesl ho jako zápalnou oběť místo svého syna. To místo pak Abraham nazval „Hospodin opatří,“ takže se dodnes říká: „Na Hospodinově hoře se opatří.“*

Rozjímej: Abrahámova modlitba je modlitba naslouchajícího a poslušného člověka odpovídajícího radikálně celým svým životem na Boží výzvu a zaslíbení (Gn 12,1-9). Jeho modlitba je spíše činem, cestou, „chozením s Hospodinem“ (Gn 17,1-3; srov. 6,9) či aktivním slavením Boží přítomnosti (Gn 18,1-15). Svými pochybnostmi se prokousal k víře, ke spolehnutí se na Hospodina a jeho zaslíbení (kořen hebrejského slova pro „víru je „m-n“ = být pevný, jistý, spolehlivý; Gn 15,1-7). Jen proto si dovolí s Hospodinem přímo smlouvat (Gn 18,16-33). Jen proto obstojí v nejtěžší chvíli svého života – ve chvíli, kdy Bohu a jeho slovu absolutně nerozumí (Gn 22,2). Jeho modlitba je cestou ve společenství toho, koho má rád (Gn 22,6.8). Základním postojem jeho modlitby je pak ono „tady jsem“ (hebrejsky „hinne-ný“, doslova = „hle, já“) směřující k Bohu (Gn 22,1.11), ale i k Izákovi

(Gn 22,7). Na jakých zaslíbeních stojí tvá modlitba, tvůj život? Kdo je tvým průvodcem na cestě modlitby?
Modli se: Zkus právě dnes říci Bohu i svým bližním naplno své „tady jsem“.
Spočívej: …

Studuj: Žl 40,1-12; Hab 3,17-19; Iz 52,3-10; 58,6-11
KKC 2570: Jakmile ho Bůh zavolá, Abrahám se vydává na cestu, *„jak mu Hospodin přikázal“* (Gn 12,4): jeho srdce je zcela „poddáno slovu“, poslouchá. Pro modlitbu je podstatné naslouchání srdce, které se rozhoduje podle Boha: slova k tomu slouží. Avšak Abrahámova modlitba je vyjádřena především činy: je to člověk mlčení, na každé zastávce staví oltář Pánu. Teprve později nacházíme jeho první modlitby vyjádřené slovy: zastřený nářek, připomínající Bohu jeho přísliby, které se, jak se zdá, neuskutečňují. Tak se od počátku objevuje jeden z rysů dramatu modlitby: zkouška víry v Boží věrnost.
KKC 2571: Protože praotec Abrahám uvěřil Bohu, chodil v jeho přítomnosti ve smlouvě s ním, je ochoten přijmout ve svém stanu tajemného Hosta: je to úchvatné pohostinství v Mamre, je to jakoby předehra k zvěstování pravého zaslíbeného Syna. Od té doby, co Bůh zasvětil Abraháma do svého úradku, se jeho srdce přidává k Pánovu soucitu s lidmi a odvažuje se za ně se smělou důvěrou přimlouvat.
KKC 2572: Jako poslední očištění jeho víry bylo na něm požadováno, aby, *„třebaže dostal zaslíbení“* (Žid 11,17), obětoval syna, kterého mu Bůh dal. Jeho víra neochabuje: *„Bůh sám si vyhlédne beránka k zápalné oběti“* (Gn 22,8); přitom uvažuje, že: *„Bůh má dost moci, aby vzkřísil třebas i mrtvé“* (Žid 11,19). Tak je otec věřících připodobněn Otci, který neušetří svého Syna, ale vydá ho za nás všechny. Modlitba obnovuje v člověku podobnost s Bohem a činí ho účastným na moci Boží lásky, která dává spásu mnohým.

3. den: Jákob a souboj s nocí — Gn 32,23-33 (zkráceno)

Čti: *Jákob však v noci vstal a vzal své dvě ženy, své dvě otrokyně a svých jedenáct synů a přebrodil potok Jabok. Vzal je a převedl je přes potok; převedl všechno, co měl.* ***Jákob pak zůstal sám. Tu s ním kdosi zápasil, až dokud nezačalo svítat.*** *A když viděl, že ho nepřemůže, udeřil ho do kyčelního kloubu, a tak se Jákobovi při tom zápasu vymkl kyčel. Potom řekl:* ***„Pusť mě, začíná svítat!“*** *Jákob odpověděl:* ***„Nepustím tě, dokud mi nepožehnáš!“*** *Zeptal se ho tedy: „Jak se jmenuješ?“ Odpověděl: „Jákob.“ Tehdy řekl: „Tvé jméno již nebude znít Jákob, ale* ***Izrael, Boží bojovník****, neboť ses potýkal s Bohem i s lidmi a zvítězil jsi!“ Jákob ho žádal: „Pověz mi prosím své jméno.“ On však odpověděl: „Proč se mě ptáš na jméno?“* ***A požehnal mu tam.*** *Jákob pak to místo nazval Peniel, Boží tvář, neboť řekl: „Viděl jsem Boha tváří v tvář a byl jsem zachráněn!“ A když minul Peniel,* ***zazářilo mu slunce****; a* ***kulhal*** *kvůli té kyčli. (…)*

Rozjímej: Jákob při svém putování víry prožil u Bét-elu úžasné zaslíbení Boží věrnosti (Gn 28,10-22; srov. Gn 35,1-7). Po otevření se tomuto Božímu požehnání v daru potomstva (Gn 29 - 31) se nyní vrací do zaslíbené země a přepadá jej strach z jeho bratra Ezaua, kterého kdysi přelstil (Gn 27; hebrejsky „Jákob“ = úskočný; Gn 32,8). Jakoby jej přepadl strach z jeho starého hříchu, z jeho slabosti, z jeho mindráků. Tajuplný modlitební zápas u Penielu (hebrejsky = Tvář Boží) je pro něj bodem proměny: ve zdánlivé nesmyslnosti a nepřítomnosti Boha, nalézá – také díky vytrvalosti a věrnosti – svoji vlastní

hlubší cestu (nové jméno Isra-el = Zápasí Bůh) a plnost požehnání. Jde odvážně vstříc slunci (Gn 32,32), natrvalo poznamenán znamením pokory (kyčel).
Modli se: I tvoje modlitba se někdy stane nočním bojem, zápasem o věrnost ve tmě. Zde je třeba jediné: vytrvat. Zkus to i ty, právě teď.
Spočívej: …

Studuj: Žl 31,10-23; Jer 15,10-21; 17,14-18; 20,7-18; Job 42,1-10
KKC 2573: Bůh obnovuje své zaslíbení Jakubovi, předkovi dvanácti izraelských kmenů. Jakub ještě před setkáním s bratrem Ezauem bojuje celou noc s tajemnou osobou, která mu odmítá prozradit své jméno, ale požehná mu před východem slunce, než ho opustí. Duchovní tradice církve viděla v tomto vyprávění symbol modlitby jako boje víry a vítězství vytrvalosti.

4. den: Mojžíš a modlitba pastýře **Ex 3,1-14** (zkráceno)

Čti: ***Mojžíš zatím pásl ovce svého tchána**, midiánského kněze Jetra. Jednou, když vedl stádo hluboko do pouště, **přišel až k Boží hoře Choréb**. Vtom se mu v **ohnivém plameni z prostředku keře** ukázal Hospodinův anděl. Mojžíš se podíval, a hl**e, keř planul ohněm, ale nebyl stravován**. Řekl si tedy: „Musím tam přece jít, abych viděl tu velikou podívanou - jak to, že ten keř neshoří!“ Když Hospodin viděl, že se Mojžíš přichází podívat, zavolal na něj Bůh z prostředku keře: **„Mojžíši! Mojžíši!“** a on odpověděl: **„Tady jsem.“** Tehdy řekl: „Nepřibližuj se! Zuj si obuv z nohou, neboť místo, na němž stojíš, je svatá půda.“ Potom řekl: **„Já jsem Bůh tvého otce, Bůh Abrahamův, Bůh Izákův a Bůh Jákobův.“** Mojžíš si ihned zakryl tvář, neboť se bál pohlédnout na Boha, a Hospodin pokračoval: „Zřetelně jsem **viděl** trápení svého lidu v Egyptě, **slyšel** jsem i jejich naříkání na jejich biřice. Ano, **znám** jejich bolesti. Proto jsem **sestoupil**, abych je vytrhl z ruky Egypťanů a abych je z té země vyvedl do země dobré a prostranné, do země oplývající mlékem a medem (…). Nyní tedy **pojď, pošlu tě** k faraonovi a ty vyvedeš můj lid, syny Izraele, z Egypta!“ Mojžíš Bohu namítl: „**Kdo jsem já**, abych šel k faraonovi a vyvedl syny Izraele z Egypta?“ **„Já jsem přece s tebou!“** odpověděl Bůh. „A toto ti bude znamením, že jsem tě poslal já: až vyvedeš lid z Egypta, budete sloužit Bohu na této hoře.“ Mojžíš ale pokračoval: „Hle, přijdu k synům Izraele a řeknu jim: `Poslal mě k vám Bůh vašich otců.´ Co jim odpovím, když se mě zeptají: `Jaké má jméno?´“ Tehdy Bůh Mojžíšovi řekl: **„Jsem, který jsem.“** A dodal: „Takto promluvíš k synům Izraele: `Poslal mě k vám Jsem.´“*

Rozjímej: Mojžíš se s Hospodinem setkává a rozmlouvá s ním v poušti u Chorebu, kde prožívá první Boží krok k němu a odkrytí Božího srdce (Ex 3,4-14), na cestě z Egypta (Ex 12 - 15), na poušti (Ex 16 - 17), na hoře Choreb (Ex 19), ale také jako zápasící přímluvce za svůj lid (Ex 32,7-14.30-34) a pravidelně ve *„stánku setkávání“*, kde s ním Bůh mluvil *„tváří v tvář jako s přítelem“* (Ex 33,7-11). Tato cesta k hloubce věrné a sloužící modlitby však začala uprostřed prostého všedního dne při pastvě ovcí (Ex 3,1). I tobě chce Hospodin odkrývat své otcovské srdce a ukázat ti svoji stravující přítomnost uprostřed tvých starostí, slabostí a hříchů („trnitý keř“!; Ex 3,12: opět *„Já budu s tebou!“*). Zná tě jménem a volá tě (Ex 3,4).

Modli se: Co udělal Mojžíš? Můžeš poděkovat za jeho příklad. A jak na toto povolání jménem odpovíš ty osobně?
Spočívej: …

Studuj: Iz 6,8n; Ž 23; 27,7-14; Dt 32,1-13; Ex 34,4-10.29; Nu 12,3.7-8
KKC 2574: Když se začne uskutečňovat zaslíbení (pascha, exodus — vyjití z Egypta, dar Zákona a uzavření smlouvy), je Mojžíšova modlitba úchvatným obrazem přímluvné modlitby, který dosáhne naplnění v jediném *„prostředníku mezi Bohem a lidmi: člověku Kristu Ježíši“* (1 Tim 2,5).
KKC 2575: I zde má iniciativu Bůh. Volá na Mojžíše z hořícího keře. Tato událost zůstane jedním z prvopočátečních předobrazů modlitby v židovské i křesťanské duchovní tradici. Vždyť jestliže *„Bůh Abrahámův, Bůh Izákův, Bůh Jakubův“* volá svého služebníka Mojžíše, pak proto, že je Bohem živým, který chce, aby lidé žili. Zjevuje se, aby je spasil, ale nikoliv sám bez nich ani proti jejich vůli: povolává proto Mojžíše, aby ho poslal a dal mu účast na svém soucitu a na svém díle spásy. Vypadá to, jako by byla v tomto poslání snažná božská prosba; a Mojžíš po dlouhé rozmluvě přizpůsobí svou vůli tomu, co chce Bůh spasitel. Avšak v tom rozhovoru, ve kterém se mu Pán svěřuje, se Mojžíš učí i modlit: vyhýbá se, namítá, především ale klade otázky. A právě jako odpověď na jeho dotazování mu Pán svěří své nevýslovné jméno, které se zjeví v jeho velkých činech.
KKC 2576: Takže *„Hospodin mluvil s Mojžíšem tváří v tvář, jako když někdo mluví se svým přítelem“* (Ex 33,11). Mojžíšova modlitba je typickou rozjímavou modlitbou, díky níž je Boží služebník věrný svému poslání. Mojžíš se často a dlouho „zdržuje“ v rozmluvě s Pánem, vystupuje na horu, aby mu naslouchal a aby ho naléhavě prosil, a pak sestupuje k lidu, aby mu sděloval slova jeho Boha a aby ho vedl. *„Má trvalé místo v mém domě. S ním mluvím tváří v tvář, ve viděních“* (Nm 12,7-8); vždyť *„Mojžíš byl nejpokornější ze všech lidí, kteří byli na zemi“* (Nm 12,3).
KKC 2577: V tomto důvěrném vztahu k věrnému Bohu, plnému slitování a nejvýš milosrdnému, čerpal Mojžíš sílu a houževnatost své přímluvy. Neprosí za sebe, ale za lid, který si Bůh získal. Mojžíš se přimlouvá již během boje s Amalečany, nebo aby dosáhl uzdravení Mirjam. Ale především po odpadlictví lidu, když ho svou přímluvou brání před Bohem (srov. Žl 106,23), se modlí, aby zachránil lid. Pohnutky jeho modlitby (přímluva je také tajemný boj) budou podněcovat odvahu velkých mužů modlitby židovského národa, jakož i církve: Bůh je láska, tedy je spravedlivý a věrný; nemůže si protiřečit, musí si vzpomenout na své obdivuhodné činy; je v sázce jeho sláva, nemůže opustit tento lid, který nese jeho jméno.

5. den: David a jásot celého člověka — 2 Sam 6,11-23 (zkráceno)

Čti: *(…)David šel s **radostí** přenést Boží schránu z domu Obéd-edómova do Města Davidova. Když ti, kdo nesli Hospodinovu schránu, ušli šest kroků, **obětoval** býka a vykrmené dobytče. A **David poskakoval před Hospodinem ze vší síly**; byl přitom přepásán lněným efódem. David a všechen izraelský dům vystupovali s Hospodinovou schránou **za ryčného troubení polnic**. Když Hospodinova schrána vstupovala do Města Davidova, **Míkal**, dcera Saulova, se právě dívala z okna. **Viděla krále Davida, jak se točí a vyskakuje před Hospodinem, a v srdci jím pohrdla.** Hospodinovu schránu přinesli a umístili ji na příslušném místě uprostřed stanu, který pro ni David postavil. David **obětoval** před Hospodinem zápalné a*

pokojné oběti. Když David dokončil obětování zápalných a pokojných obětí, ***požehnal lidu ve jménu Hospodina*** *zástupů. Pak* ***podělil všechen lid****, všechno množství Izraele, muže i ženy, každého jedním bochánkem chleba, jedním datlovým koláčem a jedním koláčem hrozinkovým. Poté se všechen lid rozešel, každý do svého domu. David se vrátil, aby požehnal svému domu. Tu Míkal, dcera Saulova, vyšla Davidovi vstříc se slovy: „Jak se dnes proslavil izraelský král! Pro oči otrokyň svých služebníků se dnes odhaloval jako nějaký blázen.“ David Míkal odvětil: „Před Hospodinem, který mě vyvolil místo tvého otce a místo celého jeho domu a ustanovil mě vévodou Hospodinova lidu, Izraele,* ***před Hospodinem jsem tak dováděl.*** *I když budu ještě víc zlehčován než teď a budu docela maličký i ve vlastních očích, budu vážen právě u těch otrokyň, o nichž jsi mluvila.“ A* ***Míkal, dcera Saulova, neměla děti až do dne své smrti****.*

Rozjímej: V Davidovi máš před sebou člověka prožívajícího svůj vztah k Bohu celou svou bytostí. Jeho odpovědí na žehnající Boží přítomnost uprostřed Izraele (symbolizovanou „schránou úmluvy“ – viz Mojžíš) je radost (2 Sam 6,12), oběť (2 Sam 6,13.17), radostný tanec a hudba (2 Sam 6,14n) a štědrost upevňující společenství (2 Sam 6,18.19). Takovéto celostné prožívání vztahu k Bohu pak pomáhá Davidovi prožít před Hospodinem i hluboké pokání (viz 2 Sam 12,13.16.20), osobní žal (2 Sam 19,1-5) i radost z vysvobození (2 Sam 22) a stát se tak díky svým žalmům „pěvcem Izraele“. Pohrdnutí takovýmto dětským projevem radosti z Hospodina naopak vede k neplodnosti života i modlitby (viz Míkal).

Modli se: Zkus i ty dnes při hlasité modlitbě či zpěvu žalmů „pozvednout ruce“ (Žl 88,10; 141,2; 143,6), „zatleskat dlaněmi“ (Žl 47,2), „zatančit Hospodinu“ (Žl 30,12), „zahrát na buben“ (Žl 149,3).

Spočívej: …

Studuj: Žl 30; 47; 98; 150; Ex 15,20n; Jer 31,4.12n

KKC 2578: Modlitba Božího lidu se bude rozvíjet ve stínu Božího stánku, to je archy úmluvy a později chrámu. Především vůdcové lidu, pastýři a proroci jej budou učit modlit se. Samuel jako dítě se musel naučit od své matky Channy, jak *„stát před Pánem“* (1 Sam 1,9-18), a od kněze Eliho, jak naslouchat Božímu slovu? *„Mluv, Pane, tvůj služebník naslouchá“* (1 Sam 3,9-10). Později i on sám pozná cenu i tíži přímluvy: *„Jsem daleko od toho, abych proti Hospodinu hřešil a přestal se za vás modlit. I nadále vás budu vyučovat dobré a přímé cestě“* (1 Sam 12,23).

KKC 2579: David je v pravém slova smyslu král „podle Božího srdce“, pastýř, který se modlí za svůj lid a jeho jménem, ten, jehož podrobení se Boží vůli, chvála a lítost budou vzorem modlitby pro lid. On je pomazaný Boží, jehož modlitba je věrným přilnutím k Božímu zaslíbení (srov. 2 Sam 7,18-29), důvěrou, plnou lásky a radosti, v toho, který jediný je Král a Pán. David, inspirovaný Duchem svatým, je v žalmech prvním prorokem židovské i křesťanské modlitby. Modlitba Krista, pravého Mesiáše a Davidova syna, zjeví a naplní smysl této modlitby.

KKC 2580: Jeruzalémský chrám, dům modlitby, který chtěl David zbudovat, bude dílem jeho syna Šalomouna. Modlitba posvěcení chrámu (srov. 1 Král 8,10-61) se opírá o Boží zaslíbení, o jeho smlouvu, o účinnou přítomnost jeho jména uprostřed jejich lidu a o připomínku velkolepých činů exodu. Král přitom zvedá své ruce k nebi a prosí Hospodina

za sebe, za všechen lid, za budoucí generace, za odpuštění jejich hříchů a za jejich každodenní potřeby, aby všechny národy věděly, že Hospodin je jediný Bůh a že mu zcela patří srdce jeho lidu.

6. den: Eliáš a jemný hlas ticha **1 Král 19,1-18** (zkráceno)

Čti: *(…) Když to Elijáš zjistil, vstal a odešel, aby si zachránil život. Přišel do Beer-šeby v Judsku a tam zanechal svého mládence.* ***Sám šel den cesty pouští, až přišel k jednomu trnitému keři a usedl pod ním; přál si umřít.*** *Řekl: „Už dost, Hospodine, vezmi si můj život, vždyť nejsem lepší než moji otcové.“ Pak pod tím keřem ulehl a usnul.* ***Tu se ho dotkl anděl a řekl mu: „Vstaň a jez!“*** *Vzhlédl, a hle, v hlavách podpopelný chléb, pečený na žhavých kamenech, a láhev vody. Pojedl, napil se a opět ulehl. Hospodinův anděl se ho však dotkl podruhé a řekl:* ***„Vstaň a jez, máš před sebou dlouhou cestu!“*** *Vstal, pojedl, napil se a šel v síle onoho pokrmu čtyřicet dní a čtyřicet nocí až* ***k Boží hoře Chorébu***. *Tam* ***vešel do jeskyně*** *a v ní přenocoval. Tu k němu zaznělo* ***slovo Hospodinovo***. *Bůh mu řekl: „Co tu chceš, Elijáši?“ Odpověděl: „Velice* ***jsem horlil pro Hospodina***, *Boha zástupů, protože Izraelci opustili tvou smlouvu, tvé oltáře zbořili a tvé proroky povraždili mečem. Zbývám už jen sám, avšak i mně ukládají o život, jak by mě o něj připravili.“ Hospodin řekl:* ***„Vyjdi a postav se na hoře před Hospodinem.“*** *A hle, Hospodin se tudy ubírá. Před Hospodinem veliký a silný vítr rozervávající hory a tříštící skály, ale Hospodin v tom větru nebyl. Po větru zemětřesení, ale Hospodin v tom zemětřesení nebyl. Po zemětřesení oheň, ale Hospodin ani v tom ohni nebyl.* ***Po ohni hlas tichý, jemný.*** *Jakmile jej Elijáš uslyšel, zavinul si tvář pláštěm, vyšel a postavil se u vchodu do jeskyně. Tu mu hlas pravil: „Co tu chceš, Elijáši?“ Odpověděl: „****Velice jsem horlil pro Hospodina****, Boha zástupů, protože Izraelci opustili tvou smlouvu, tvé oltáře zbořili a tvé proroky povraždili mečem. Zbývám už jen sám, avšak i mně ukládají o život, jak by mě o něj připravili.“ Hospodin mu řekl:* ***„Jdi, vrať se svou cestou k damašské poušti.*** *(…)*

Rozjímej: Posledním vzorem modlitby je pro nás životem znavený, ale Božím poslem občerstvený prorok Eliáš. Po dlouhé, náročné cestě k *„Boží hoře Chorébu“* (1 Král 19,8) se nejprve vypovídává ze svých pocitů zklamání a beznaděje, „vylévá své srdce“ (jako Channa v 1 Sam 1,15 či jako Jeremiáš ve svých „nářcích“ - viz doplňkové texty třetího dne). Tak postupně víc a víc chápe, kým vlastně Hospodin je a učí se vnímat *„jemný hlas ticha“* (doslovný překlad 1 Král 19,12). A zde, v hloubce a tichu, se tatáž slova stávají rozhovorem, jdoucím k jádru Eliášova poslání (1 Král 19,15).

Modli se: Tvůj jásot a horlivost potřebuje projít pouští únavy a zklamání v sobě i v druhých. Ale právě v takových chvílích tě Boží posel občerstvuje, aby ses vydal k „Boží hoře“, k místu setkávání, a nechal k sobě mluvit „jemný hlas ticha“. I teď.

Spočívej: …

Studuj: Žl 37,1-11; 131; 65,2-5; Iz 30,15; Pláč 3,22-26

KKC 2581: Chrám měl být pro Boží lid místem výchovy k modlitbě: pouti, svátky, oběti, večerní oběť, kadidlo, „předkladné chleby“, všechna tato znamení svatosti a slávy Boha, nejvyššího a zcela blízkého, byly výzvy a cesty modlitby. Obřadnost však často strhávala

lid k příliš vnějškové bohoslužbě. Byla proto nutná výchova k víře a k obrácení srdce. Toto bylo poslání proroků před vyhnanstvím i po něm.

KKC 2582: Eliáš je otcem proroků, *„pokolení těch, kteří hledají Boha, kteří hledají jeho tvář“* (Žl 24,6). Jeho jméno, „Hospodin je můj Bůh“, ohlašuje volání lidu jako odpověď na Eliášovu modlitbu na hoře Karmel (1 Král 18,39). Apoštol Jakub odkazuje na Eliáše, když nás vybízí k modlitbě: *„Mnoho zmůže a velmi je účinná modlitba spravedlivého“* (Jak 5,16b).

KKC 2583: Když se Eliáš ve svém útočišti u potoka Kerítu naučil milosrdenství, učí vdovu ze Sarepty víře v Boží slovo a tu víru pak potvrdí svou naléhavou modlitbou: Bůh vrátí k životu vdovina syna (srov. 1 Král 17,7-24). Při oběti na hoře Karmel, při rozhodující zkoušce víry Božího lidu, na Eliášovu prosbu Hospodinův oheň stráví celopal ve chvíli, *„kdy se přináší večerní oběť“*. (…) Nakonec, když pokračoval v cestě a vydal se do pouště k místu, kde se živý a pravý Bůh zjevil svému lidu, vstupuje Eliáš, stejně jako Mojžíš, *„do jeskyně“*, až *„přejde“* tajemná přítomnost Boha (srov. 1 Král 19,1-14; Ex 33,19-23). Avšak bude to teprve na hoře Proměnění, kdy se zjeví ten, jehož tvář hledají. Na tváři ukřižovaného a zmrtvýchvstalého Krista se zrcadlí poznání Boží slávy (srov. 2 Kor 4,6).

KKC 2584: Proroci čerpají světlo a sílu pro své poslání v „Samotě s Bohem“. Jejich modlitba není útěk před nevěrným světem, nýbrž naslouchání Božímu slovu, někdy zápas nebo nářek, vždy však přímluva, která očekává a připravuje zásah Boha zachránce, Pána dějin (srov. Am 7,2.5; Iz 6,5.8.11; Jer 1,6; 15,15-18; 20,7-18).

7. den: Žalmy a modlitba shromáždění — Kniha Žalmů (Žl 42)

Čti: *Jako laň dychtí po bystré vodě, tak dychtí duše má po tobě, Bože! Po Bohu žízním, po živém Bohu. Kdy se smím ukázat před Boží tváří? Slzy jsou chléb můj ve dne i v noci, když se mne každý den ptají: „Kde je tvůj Bůh?“ Vzpomínám na to a duši vylévám v sobě, jak jsem se v čele zástupu brával k Božímu domu, jak zvučně plesal a vzdával chválu hlučící dav, když slavil svátek. Proč se tak trpce rmoutíš, má duše, proč ve mně úzkostně sténáš? Na Boha čekej, opět mu budu vzdávat chválu, jen jemu, své spáse. Můj Bože, duše se ve mně tak trpce rmoutí, proto mé vzpomínky za tebou spějí z krajiny jordánské, z chermónských končin, od hory Miseáru. Propastná tůně na tůni volá v hukotu peřejí tvých, všechny tvé příboje, tvá vlnobití se přese mne valí. Kéž ve dne přikáže Hospodin milosrdenství svému a v noci své písni být se mnou! Modlím se k Bohu života mého, promlouvám k Bohu, své skále: „Proč na mě zapomínáš, proč musím chodit zármutkem sklíčen v sevření nepřítele?“ Smrtelnou ranou mým kostem jsou protivníci, kteří mě tupí, když se mě každý den ptají: „Kde je tvůj Bůh?“ Proč se tak trpce rmoutíš, má duše, proč ve mně úzkostně sténáš? Na Boha čekej, opět mu budu vzdávat chválu, jemu, své spáse. On je můj Bůh.*

Rozjímej: V žalmech (z řečtiny „psalmoi“ = písně; hebrejsky „tehilím“ = chvály) se modlitba člověka stává Božím slovem a Boží slovo modlitbou člověka. Je v nich ukryta modlitba velmi prostá a spontánní, deroucí se z hlubin nitra jásajícího nebo naříkajícího jednotlivce, která však plynule přechází v chvalozpěv celého společenství, celého Izraele. Tak se samotný žaltář může stát krásnou školou modlitby. Neměla by ses však jen modlit napsané texty. Dnes zkus při přípravě tiché chvíle listovat knihou žalmů a objevit v ní

určité základní „klenoty“ (jako např.: Žl 8; 19; 22; 23; 25; 27; 40; 42 - 43; 45; 63; 91; 95 - 100; 103; 104; 107; 113 - 118 „hallel“; 120 - 134 „poutní písně“; 135 - 136 „velký hallel“; 139; 145; 146 - 150 „malý hallel“ nebo také 7 „kajících žalmů“ církve: Žl 6; 32; 38; 51; 102; 130; 143). Jeden z nich si pak vyber (např. výše uvedený Žalm 42) a zkus v něm nejprve objevit situaci a rozpoložení, kde se žalmista nachází, a ve svém srdci či v srdci církve objev zkušenost, která tomu odpovídá.
Modli se: Žalm se pak modli či zpívej nahlas (k tomu byl určen! - třeba ti pomohou různé zhudebněné žalmy, např. od Oborohu nebo některé kánony či odpovědi z liturgie). Nakonec zkus stejnou zkušenost s Bohem zformulovat a dále rozvinout vlastními slovy (tak žalm vznikal). Piš si tak postupně své osobní žalmy!
Spočívej: …

Studuj: Žl 30,11-13; 33,1-7; Ef 5,18-20; Kol 3,16; KKC 2585 - 2589

KKC 2585: Od Davida až do příchodu Mesiáše obsahují svaté knihy modlitební texty, které dosvědčují, jak se stále více prohlubovala modlitba za sebe sama i za druhé (srov. Ezd 9,6-15; Neh 1,4-11; Jon 2,3-10; Tob 3,11-16; Jud 9,2-14). Žalmy byly postupně sebrány do sbírky pěti knih: Žalmy („chvály“), mistrovské dílo modlitby Starého zákona.
KKC 2586: Žalmy živí a vyjadřují modlitbu Božího lidu jako shromáždění o velkých svátcích v Jeruzalémě a každou sobotu v synagogách. Tato modlitba je zároveň osobní i společná; týká se těch, kteří se modlí, i všech ostatních lidí; modlitba stoupá ze Svaté země a z obcí v diaspoře, ale objímá celé stvoření; připomíná spásné události minulosti a sahá až k naplnění dějin; slaví památku Božích zaslíbení, která se už uskutečnila, a očekává Mesiáše, který je definitivně splní. Žalmy, pronášené v modlitbě a naplněné v Kristu, zůstávají podstatné pro modlitbu jeho církve.
KKC 2587: Žaltář je kniha, v níž se Boží slovo stává modlitbou člověka. V jiných knihách Starého zákona „slova hlásají díla“ (Boha pro lidi) a „objasňují tajemství v nich obsažené“ (Dei verbum čl. 2). V žaltáři, když žalmista zpívá pro Boha, vyjadřují slova Boží spásná díla. Tentýž Duch inspiruje Boží dílo a odpověď člověka a Kristus oboje navzájem spojí. V něm nás žalmy nepřestávají učit se modlit.
KKC 2588: Rozmanité výrazové formy modlitby žalmů se rodí při chrámové bohoslužbě i v srdci člověka. Ať jde o hymnus, modlitbu nářků nebo díkůvzdání, prosbu jednotlivce nebo celého společenství, o královský nebo poutní zpěv, o rozjímání plné moudrosti, jsou žalmy zrcadlem velkých Božích činů v dějinách jeho lidu i zrcadlem lidských situací, které prožíval žalmista. Některý žalm může zrcadlit minulou událost, ale jak tak střízlivý, že se jej vskutku mohou modlit lidé všech stavů a všech dob.
KKC 2589: V žalmech lze rozeznat stálé rysy, jako je: prostota a spontánnost modlitby; touha po samém Bohu skrze všechno a se vším, co je v jeho stvoření dobré; svízelná situace věřícího, který ve své přednostní lásce k Pánu je vystaven davu nepřátel a pokušením; a v očekávání toho, co udělá věrný Bůh, jistota o jeho lásce a odevzdanost do jeho vůle. Modlitba žalmů je vždy proniknuta chválou, a proto titul této sbírky plně odpovídá tomu, co nám napovídá: „Chvály“. Vzhledem k tomu, že je sestavená pro bohoslužbu shromáždění, dává nám zaslechnout výzvu k modlitbě, na kterou zpěvem odpovídá: *„Aleluja!“, „Chvalte Pána!“* „Co je půvabnější než žalm? Krásně o tom mluví sám David, který říká: ‘Chvalte Hospodina, protože žalm je dobrý. Ať zní našemu Bohu příjemné a krásné chválení.’ A skutečně, v žalmech je všechno: dobrořečení lidu, Boží chvála vzdávaná shromážděním i hold veškerenstva; v žalmech promlouvá vesmír, zaznívá hlas církve, zní v nich zpěvem vyznání víry …“ (sv. Ambrož).

2. týden: „Když se Ježíš modlil, otevřelo se nebe…“ (Lk 3,12)
aneb Ježíšova modlitba k Otci

Žalm týdne: Žl 22 **Doprovodná četba:** KKC 2598 - 2606

Minulý týden jsi pozorovala velké postavy z První smlouvy, pokoušela ses spolu s nimi „putovat s Hospodinem“ a byla jsi inspirována jejich vztahem k Bohu, do kterého se často v biblických textech shrnula celá dějinná zkušenost Izraele.

Toto „drama smlouvy“ se však v plnosti zjevuje teprve ve Slově, které se stalo tělem a přebývá mezi námi, v Kristu Ježíši:

KKC 2598: Drama modlitby se nám plně zjevuje ve Slově, které se stalo tělem a přebývá mezi námi. Snažit se pochopit jeho modlitbu prostřednictvím toho, co nám o ní v evangeliu říkají jeho svědkové, znamená přiblížit se k svatému Pánu Ježíši jako k hořícímu keři: nejprve nazírat, jak se modlí, pak naslouchat, jak nás učí modlit se, abychom nakonec poznali, jak vyslýchá naši modlitbu.

On je ta Jákobova *„brána nebeská“* (Gn 28,17), v Něm je ono místo, kde Bůh nalézá člověka a kde se nechává člověkem nalézt. On je onen Jákobův žebřík (srov. Jan 1,35-51), po němž sestupují a vystupují andělé. On je cestou k Otci (srov. Jan 14,4-11). On je tím vrcholným a posledním výkřikem Boha hledajícího člověka (srov. Lk 15), on je vrcholným Otcovým *„Kde jsi?“* vtěleným do Ježíšových posledních slov na kříži včetně onoho „mocného hlasu“, s nímž umírá (srov. KKC 2005 a 2606):

KKC 6606: Do tohoto výkřiku vtěleného Slova se slévají úzkosti lidstva všech dob podrobeného hříchu a smrti, všechny prosby a přímluvy dějin spásy. A hle, Otec je přijímá a proti veškeré naději je vyslyší tím, že vzkřísí svého Syna. Tak se naplňuje a dokonává drama modlitby v uskutečňování plánu stvoření a spásy. Žaltář nám nabízí klíč tohoto dramatu v Kristu. Otec říká v „Dnešku“ zmrtvýchvstání: *„Ty jsi můj syn, já jsem tě dnes zplodil. Požádej mě a dám ti v majetek národy, do vlastnictví končiny země“* (Ž 2,7-8). List Židům dramatickým způsobem vyjadřuje, jak Ježíšova modlitba dosahuje vítězství spásy: *„V době, kdy jako člověk žil na zemi, přednesl s naléhavým voláním a se slzami vroucí modlitby k tomu, který měl moc ho od smrti vysvobodit, a byl vyslyšen pro svou úctu k Bohu. Ačkoliv to byl Syn Boží, naučil se svým utrpením poslušnosti. Když tak dokonal své dílo, stal se příčinou věčné spásy pro všechny, kteří ho poslouchají“* (Žid 5,7-9).

Avšak, jak o tom znovu krásně svědčí Katechismus, Ježíš Kristus je nejen obrazem a nebeského Otce, ale také člověkem, který se sám ve svém lidství učí modlit:

KKC 2599: Boží Syn, který se stal synem Panny, se naučil též modlit podle svého lidského srdce. Modlitbám se učí od své matky, která uchovávala a rozjímala ve svém srdci o „všech velkých věcech“, které vykonal Všemohoucí. Modlí se ve slovech a rytmech modlitby svého lidu, v nazaretské synagoze a ve chrámu. Avšak jeho modlitba vyvěrá z jiného, skrytějšího pramene, jak to dává vytušit již ve věku dvanácti let: „Musím být v tom, co je mého Otce“ (Lk 2,49). Zde se začíná zjevovat novost modlitby v plnosti času: dětinná modlitba, kterou Otec očekával od svých dětí, začíná být konečně prožívána samým jednorozeným Synem v jeho lidství, s lidmi a pro lidi.

Ano, Ježíš je člověkem objevujícím v sobě pramen živé vody, vztah k Otci v Duchu svatém, učí se dětské důvěře k Otci od své matky Marie (srov. Lk 1,49; 2,19.51), je zcela proniknut modlitbou svého lidu Izraele a plně se účastní jejích rytmů v nazaretské synagoze i v jeruzalémském chrámě (srov. Lk 2,49). Proto tento týden naslouchej svědkům Ježíšovy modlitby, aby ses tak přiblížila ke Kristu jako k hořícímu keři (srov.

výše v KKC 2598) a přijala tak, spolu s ostatními učedníky a učednicemi, ducha jeho osobní modlitby:

KKC 2601: *„Jednoho dne se Ježíš na nějakém místě modlil. Když skončil, řekl mu jeden z jeho učedníků: 'Pane, nauč nás modlit se'"* (Lk 11,1). Není to především z pohledu na modlícího se Mistra, že se v Kristově učedníkovi rodí touha po modlitbě? Může se jí tedy naučit od Učitele modlitby. A právě tím, že budou nazírat Syna a naslouchat mu, se děti naučí modlit se k Otci.

Tento týden tedy za prvé pozoruj *jak, kdy, kde* a *v jaké situaci* se Ježíš modlí, naslouchej jeho osobním modlitbám a přivlastni si je (modli se spolu s Ježíšem k Otci). Zároveň se za druhé pokus rozhodněji vydat na cestu následování, protože jen na ní můžeš Ježíšovu modlitbu (= Ježíšův vztah k Otci) nejen pozorovat a obdivovat, ale také do ní vstoupit.

1. den: Jordán, poušť, Nazaret — Lk 3,21-22; 4,1.13-21 (zkráceno)

Čti: *A když se křtil všechen lid, stalo se, že byl pokřtěn i Ježíš; a když se modlil, otevřelo se nebe a Duch Svatý na něj sestoupil v tělesné podobě jako holubice a z nebe zazněl hlas, který řekl:* ***„Ty jsi můj milovaný Syn, v tobě jsem nalezl zalíbení."*** *(...) Ježíš se pak vrátil od Jordánu* ***plný Ducha svatého*** *a byl* ***Duchem puzen na poušť****. (...) Odtud* ***se pak vrátil v moci Ducha*** *do Galileje a zpráva o něm se roznesla po celém okolí. (...) Tehdy k nim začal mluvit: „****Dnes*** *se toto Písmo naplnilo ve vašich uších."*

Rozjímej: Touhou každého, kdo se modlí, je proniknout k Bohu, smět zakoušet jeho blízkost a přebývat u něj. V Ježíši Kristu jsi i ty milovaným Božím synem či milovanou Boží dcerou. Sestup dnes při této modlitbě do vody svého vlastního křtu, do Kristovy smrti a jeho vzkříšení, a zakus, že se i teď nad tebou *„otevírá nebe"* (tj. že máš otevřený přístup k Otci), sestupuje na tebe Duch svatý, proniká Boží láskou celou tvoji bytost (i *„tělesně"* - viz holubice) a i nyní zaznívá Otcův hlas.

Modli se: Naslouchej mu dnes velmi pozorně. Chce i tebe vyzbrojit hlubokou zkušeností s Duchem a provést tě pouští až k plnému *„dnes"* služby (Lk 4,1.13-21). Co ty na to?

Spočívej: …

Studuj: Mt 3,13 - 4,17; Mk 1,9-15

KKC 2600: Evangelium podle svatého Lukáše zdůrazňuje působení Ducha svatého a smysl pro modlitbu v Kristově poslání. Ježíš se před rozhodujícími chvílemi svého poslání modlí: než o něm Otec při jeho křtu (srov. Lk 3,21) a při jeho proměnění (srov. Lk 9,28) vydá svědectví. (…)

2. den: Časně ráno, opuštěná místa, hory — Mk 1,32-39; 6,46

Čti: *Když potom nastal večer a zapadlo slunce, přinesli k němu všechny nemocné i ty, kteří byli posedlí démony. Celé město se seběhlo ke dveřím a on uzdravil množství lidí trápených různými neduhy a vyhnal množství démonů. A nedovoloval démonům mluvit, protože ho znali.* ***Ráno pak vstal dlouho před rozedněním a vyšel ven. Odešel na opuštěné místo a tam se modlil.*** *Ale Šimon a ti, kdo byli s ním, se za ním pustili. A když ho našli, řekli mu: „Všichni tě hledají." A on jim řekl: „Pojďme dál, do okolních městeček, abych kázal i tam. Vždyť proto jsem*

přišel.“ Kázal tedy v jejich synagogách po celé Galileji a vymítal démony. (…) ***A když se s nimi rozloučil, odešel na horu, aby se modlil.***

Rozjímej: Potom, co jej Duch provedl pouští, Ježíš začal své veřejné působení čtením Písma a modlitbou na sobotní bohoslužbě v synagoze v Kafarnaum (viz Mk 1,21.29; srov. Lk 4,14nn). Celé jeho působení vychází z modlitby nesené onou zkušeností s Otcem a s Duchem svatým u Jordánu. Na více místech čteme v evangeliích (viz např. dnešní doplňkové texty z Lukáše), že Ježíš *večer, v noci nebo časně ráno* odešel, aby se v *tichu* a *o samotě* modlil, promýšlel svoji cestu, čerpal ze setkání s Otcem sílu pro sebe i své dílo. Zkus i ty objevit bohatství noci či časného rána, hory či opuštěného místa pro svoji modlitbu.

Modli se: Zkus si dnešní tichou chvíli udělat uprostřed spánku, třeba i někde na procházce nočním městem či měsícem ozářenou přírodou.

Spočívej: …

Studuj: Lk 4,14-21; 5,15n; 6,12-16; 22,31n

KKC 2602: Ježíš se často uchyluje do ústraní, do samoty, na horu, nejraději v noci, aby se modlil (srov. Mk 1,35; 6,46; Lk 5,16). Uvádí lidi do své modlitby, protože ve svém vtělení na sebe plně vzal také lidstvo, a je obětuje Otci tím, že obětuje sama sebe. On, Slovo, *„které se stalo tělem“* (Jan 1,14), se podílí ve své lidské modlitbě na všem, co prožívají *„jeho bratři“* (Žid 2,12); má soucit s jejich slabostmi a chce je od nich osvobodit (srov. Žid 2,15; 4,15). Právě proto ho Otec poslal. Jeho slova a jeho skutky se tedy jeví jako viditelný projev jeho modlitby „ve skrytosti“.

3. den: Hora proměnění — Lk 9,18-36

Čti: ***Když se pak o samotě modlil a učedníci byli s ním****, stalo se, že se jich zeptal: „Za koho mne mají zástupy?“ Oni odpověděli: „Někteří za Jana Křtitele, jiní za Eliáše a jiní říkají, že vstal jeden z dávných proroků.“ Ale on jim řekl: „A za koho mne máte vy?“ A Petr mu odpověděl: „Za Božího Krista!“ On je tedy přísně napomenul, aby to nikomu neříkali, a řekl:* ***„Syn člověka musí mnoho vytrpět a být zavržen staršími, vrchními kněžími i zákoníky, být zabit a třetího dne vstát z mrtvých.“*** *Potom jim všem říkal:* ***„Chce-li někdo přijít za mnou, ať se zřekne sám sebe a bere svůj kříž každý den a následuje mne.“*** *(…) Asi osm dní po těchto slovech se stalo, že* ***k sobě vzal Petra, Jakuba a Jana a vystoupil na horu, aby se modlil.*** *A když se modlil,* ***změnil se vzhled jeho tváře a jeho oděv zbělel a rozzářil se.*** *A hle, mluvili s ním dva muži. Byli to* ***Mojžíš a Eliáš****, kteří se ukázali ve slávě a* ***mluvili o jeho odchodu, který se měl naplnit v Jeruzalémě****. Ale Petr a ti, kteří byli s ním, byli obtěžkáni spánkem. Když se však probudili, uviděli jeho slávu a ty dva muže, jak stojí s ním. A když se od něho vzdalovali, stalo se, že Petr řekl Ježíši:* ***„Mistře, to je dobře, že jsme zde. Udělejme tedy tři stánky - jeden tobě, jeden Mojžíšovi a jeden Eliášovi!“*** *Ale nevěděl, co říká. A zatímco to říkal, objevil se oblak a zastínil je. A když vcházeli do toho oblaku, dostali strach. Z toho oblaku pak vyšel hlas, který řekl:* ***„Toto je můj milovaný Syn. Toho poslouchejte.“*** *A když ten hlas zazněl, zůstal tam jenom Ježíš. A oni mlčeli a v těch dnech nikomu neoznámili nic z toho, co viděli.*

Rozjímej: Ježíš se rád chodil modlit do samoty a na výšiny, ale jeho modlitba byla přítomná ve všech důležitých okamžicích jeho života a služby (viz dnešní četba z *Katechismu*). Do své modlitby přirozeně vtahoval i své učedníky. Podle dnešního textu, ze síly jedné z těchto modlitebních zkušeností se mezi nimi rozpřede rozhovor o tajemství Kristovy smrti a vzkříšení a o následování. Ježíši však nestačí pouhý rozhovor, touží dát svým učedníkům účast na zkušenosti přicházejícího Božího království, na zkušenosti „proměnění", která jim umožní projít temnotou bolesti a smrti. Vydej se tedy i ty dnes znovu na cestu následování Krista, takového jaký je. Na cestu, o které víš, že je to cesta kříže (tj. cesta lásky vydávající se do krajnosti). Nech se i ty dnes vyvést Ježíšem na horu proměnění (opět by to bylo hezké prožít někde venku) a v dnešním slově prožij jeho spřízněnost s modlitbou otců (viz Lk 9,30 a první dva doplňkové texty) i jistotu cíle v Kristově zářivém vzkříšení.
Modli se: V čem máš ty osobně dnes Ježíše *„poslechnout"*? Odpověz mu: „Tady jsem!"
Spočívej: …

Studuj: Ex 34,4-10.29; 2 Král 1,7-11; Mt 17,1-13; Mk 9,1-13

KKC 2600: Ježíš se modlí (…) před tím, než o něm Otec při jeho křtu (srov. Lk 3,21) a při jeho proměnění (srov. Lk 9,28) vydá svědectví (…). Modlí se také před rozhodujícími chvílemi, kterými začíná poslání jeho apoštolů: před volbou a povoláním Dvanácti (srov. Lk 6,12), před Petrovým vyznáním, že „Ježíš je Boží Mesiáš" (srov. Lk 9,18-20), a konečně se modlí, aby víra hlavy apoštolů neselhala v pokušení (srov. Lk 22,32). (…)

4. den: Jásot a odevzdanost v Duchu — Lk 10,18.20-24

Čti: *Ježíš řekl svým učedníkům: „(…) Neradujte se však z toho, že se vám poddávají duchové, ale* ***spíše se radujte, že vaše jména jsou zapsána v nebesích****." V tu chvíli* ***se Ježíš rozjásal v Duchu*** *a řekl:* ***„Velebím tě, Otče, Pane nebe i země, že jsi tyto věci skryl před moudrými a rozumnými a zjevil jsi je maličkým. Ano, Otče, neboť tak se ti zalíbilo.*** *Všechno je mi dáno od mého Otce a nikdo neví, kdo je Syn, jedině Otec, a kdo je Otec, jedině Syn a ten, komu by ho Syn chtěl zjevit." A když se obrátil k učedníkům, řekl jim samotným: „Blaze očím, které vidí, co vy vidíte. Říkám vám totiž, že mnozí proroci a králové chtěli spatřit, co vy vidíte, ale neviděli, a slyšet, co slyšíte, ale neslyšeli."*

Rozjímej: Ježíšova jásavá modlitba chvály je nesena Duchem svatým (srov. Lk 10,21), ale i hlubokým poznáním Otce (srov. Lk 10,22). I tvá modlitba bude tím hlubší, čím víc se otevřeš Duchu svatému, a čím hlouběji budeš znát a zakoušet Boží slovo z rozjímavého čtení Písma a z následování Krista. Prosté srdce *„maličkých"* je nezatížené náročnými spekulacemi, a tak zcela otevřené pro Boží Otcovskou lásku. Přivlastni si i ty dnes tuto prostou Ježíšovu jásavou chválu, která vrcholí v postoji odevzdanosti (*„Ano, Otče!"*) vyjadřujícím hluboké Ježíšovo přilnutí k tomu, co se Otci *„zalíbilo"*. Toto „ano" je jádrem veškeré Ježíšovy modlitby.
Modli se: Ve své dnešní tiché chvíli bojuj o pravdivost svého vlastního „Ano, Otče!"
Spočívej: …

Studuj: Lk 1,26-38; 2,41-52; Lk 22,41-44; Mt 11,25-27)
KKC 2603: Evangelisté nám uchovali v plném znění dvě Ježíšovy modlitby z doby jeho veřejné činnosti. Každá začíná díkůvzdáním. V první (srov. Mt 11,25-27 a Lk 10,21-22)

Ježíš vyznává Otce, uznává a velebí ho, že skryl tajemství Božího království před těmi, kteří se považují za učené, a že je zjevil *„maličkým“* (chudí z blahoslavenství; srov. Mt 5,3; Lk 6,20). Jeho jásavé *„Ano, Otče!“* vyjadřuje hloubku jeho srdce a jeho přilnutí k tomu, co se Otci *„zalíbilo“*, jako ozvěna ke *„staň se“* jeho matky ve chvíli početí a jako předehra k tomu druhému, které řekne Otci během svého smrtelného zápasu. Celá Ježíšova modlitba spočívá v tomto láskyplném přilnutí jeho lidského srdce k *„tajemství … vůle“* Otce (Ef 1,9).

5. den: Ježíšova důvěra a přímluva **Jan 11,1-5.17-44** (zkráceno)

Čti: *Nějaký Lazar z Betanie, městečka Marie a její sestry Marty, pak byl nemocný. (…) A Ježíš miloval Martu i její sestru i Lazara. (…) Když Ježíš spatřil (Marii), jak pláče a jak pláčou Židé, kteří přišli s ní,* ***v duchu zasténal a zarmoutil se.*** *Potom řekl: „Kam jste ho položili?“ Řekli mu: „Pane, pojď a podívej se.“* ***Ježíš se rozplakal.*** *Židé tedy řekli: „Hleďte, jak ho měl rád!“ Někteří z nich však řekli: „Nemohl snad ten, kdo otevřel oči slepého, způsobit také, aby tento člověk nezemřel?“* ***Ježíš tedy znovu sám v sobě zasténal a přišel ke hrobu.*** *Byla to jeskyně a na ní ležel kámen. Ježíš řekl:* ***„Odvalte ten kámen.“*** *Marta, sestra toho mrtvého, mu řekla: „Pane, už zapáchá, vždyť je v hrobě čtvrtý den!“ Ježíš jí řekl:* ***„Neřekl jsem ti, že budeš-li věřit, uvidíš Boží slávu?“*** *Zvedli tedy kámen z místa, kde byl ten mrtvý pochován.* ***Ježíš pozvedl oči vzhůru a řekl: „Otče, děkuji ti, že jsi mě vyslyšel. Já vím, že mě vždycky slyšíš, ale řekl jsem to kvůli zástupu, který stojí kolem, aby uvěřili, že jsi mě poslal.“*** *A když to řekl, zavolal mocným hlasem:* ***„Lazare, pojď ven!“*** *A ten, který zemřel, vyšel ven. Měl ruce i nohy svázané plátny a jeho tvář byla ovinuta rouškou. Ježíš jim řekl: „Rozvažte ho a nechte ho odejít.“*

Rozjímej: Dnes sleduj Ježíše, jak velmi lidsky reaguje na bolest svých přátel (Jan 11,3.33.35.38) a je zcela spojen s Otcem. Tato jeho vnitřní modlitba pak opět vytryskne v díkůvzdání s ujištěním, že Otec vyslyší každou Ježíšovu prosbu (Jan 11,41-42). Ježíš prosí vytrvale a ještě dříve, než je dar udělen, se sjednocuje s tím, který dává a který dává sám sebe ve svých darech. I prosebná modlitba nemá za cíl dar, ale Dárce samotného (*„Boží království“*; Mt 6,21.33). A ten se daruje vždy.

Modli se: Zkus i ty dnes v podobném postoji důvěry a otevřenosti prosit za nějakého svého konkrétního „Lazara“.

Spočívej: …

Studuj: Mt 6,21.33; Flp 4,6

KKC 2604: Druhou modlitbu zaznamenává svatý Jan (srov. Jan 11,41-42) před Lazarovým vzkříšením. Předchází mu díkůvzdání: *„Otče, děkuji ti, žes mě vyslyšel“*, to znamená, že Otec vždy vyslyší Ježíšovu prosbu. A Ježíš hned dodává: *„Věděl jsem sice, že mě vždycky vyslyšíš“*, což znamená, že Ježíš prosí vytrvale. Tak nám Ježíšova modlitba uvedená díkůvzdáním zjevuje, jak prosit: dříve než je dar udělen, se Ježíš sjednocuje s tím, který dává a který dává sám sebe ve svých darech. Dárce je mnohem cennější než udělený dar; je „Pokladem“ a právě v něm je srdce jeho Syna; dar je udělován jako „přídavek“ (srov. Mt 6,21.33).

6. den: „Abba, Otče!“ v Getsemanech Mk 14,32-42

Čti: *Když pak přišli na místo zvané Getsemane, řekl svým učedníkům:* ***„Posaďte se tu, než se pomodlím.“*** *Vzal s sebou Petra, Jakuba a Jana a tu se začal děsit a mít velikou úzkost. Řekl jim:* ***„Má duše je smutná až k smrti. Zůstaňte tu a bděte.“*** *Pak poodešel kousek dál, padl na zem a modlil se, aby, je-li to možné, od něj ta hodina odešla. Tehdy řekl:* ***„Abba, Otče, pro tebe je možné všechno. Odejmi ode mě tento kalich! Avšak ne, co já chci, ale co chceš ty.“*** *Potom přišel a nalezl je, jak spí. Řekl tedy Petrovi:* ***„Šimone, ty spíš? Nemohl jsi bdít jedinou hodinu? Bděte a modlete se, abyste nevešli do pokušení. Duch je sice připraven, ale tělo je slabé.“*** *Potom opět odešel a modlil se týmiž slovy. A když se vrátil, znovu je nalezl, jak spí, protože jim ztěžkly oči. Nevěděli tedy, co by mu odpověděli. A když přišel potřetí, řekl jim: „Vy ještě spíte a odpočíváte? Dost už! Pohleďte, přišla ta hodina a Syn člověka je vydáván do rukou hříšníků. Vstávejte, pojďme! Hle, můj zrádce už je blízko.“*

Rozjímej: V hodině největší nouze, kdy s jistotou věděl, že bude svým lidem odmítnut a usmrcen, nenalezl Ježíš nic lepšího než se modlit. Zápasil s Bohem o smysl a osud svého poslání a probojovával se současně k tomu, aby přijal vrchol svojí cestu lásky (srov. Jákobův zápas u Pení-elu 3. den 1. týdne). A právě v této hodině temnoty zaznívá ono typicky Ježíšovské oslovení Otce: *„Abba“* (tento aramejský výraz, asi nejlépe přeložen naším „tati“, v sobě zahrnuje dětinskou důvěru i synovskou úctu). Právě v tomto aramejském slově, které si prvotní církev uchovala jako modlitební výraz, je nepřekonatelným způsobem vyjádřeno to nové, co Ježíš přinesl na svět. Každý, kdo se spojí s Ježíšem, smí se stejně jako on zcela spolehnout na Boží lásku a věrnost a oslovovat jej jako *„Abba, tati“*. A v hodině temnoty si smí dovolit vyslovit před Bohem všechny své pochybnosti, strachy a výčitky.

Modli se: Zkus i ty, v této chvíli, nahlas použít v modlitbě toto krásné oslovení, které doširoka otevírá srdce tvé i Boží. A to přes všechny tvé případné nedobré zkušenosti s pozemskými otci.

Spočívej: …

Studuj: Řím 8,14-17; Gal 3,26 - 4,7; Žid 5,7-9; Lk 22,41-44

KKC 2600: (…) Ježíš se před rozhodujícími chvílemi svého poslání modlí: než o něm Otec při jeho křtu (srov. Lk 3,21) a při jeho proměnění (srov. Lk 9,28) vydá svědectví a předtím, než svým utrpením uskuteční plán Otcovy lásky (srov. Lk 22,41-44). (…) Ježíšova modlitba před spásnými činy, které po něm Otec žádá, je pokorné a důvěryplné přilnutí jeho lidské vůle k láskyplné vůli Otce.

7. den: Modlitba a sebeobětování na kříži Lk 23,34.43.46

Čti: *Tehdy Ježíš řekl: „Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co dělají!“ A když si dělili jeho šaty, házeli o ně los. (…) Ježíš mu odpověděl: „Amen, říkám ti, dnes budeš se mnou v ráji.“ (…) Tehdy Ježíš hlasitě zvolal: „Otče, do tvých rukou svěřuji svého ducha!“ A když to řekl, vydechl naposled.*

Rozjímej: V hodině, v níž Ježíš dovrší plán Otcovy lásky, nám obzvlášť dává nahlédnout do nezbadatelné hloubky své synovské modlitby. V posledních Kristových slovech na kříži totiž modlitba a sebeobětování splývají v jedno. Do poslední chvíle se stále dívá na

Otce a zároveň je zcela otevřen potřebám lidí kolem sebe: prosí za odpuštění, zve do svého srdce zločince a svěřuje Marii Janovi a Jana Marii (srov. Jan 19,26nn). V pocitu opuštěnosti a výkřiku všeho lidského hledání („Kde jsi - Bože!?"; Mk 15,34) bere na sebe a prožívá všechnu lidskou ztracenost a zoufalost. Ve slově žízně (srov. Jan 19,28) se naopak ozývá vrcholné Boží hledání („Kde jsi - člověče?"; Gn 3,9; viz 1. den 1. týdne). Drama vzájemného volání, drama smlouvy, drama modlitby, drama celých dějin spásy se zde dovršuje a zachvacuje lidské i Otcovo srdce. Nejhlubší opuštěnost je následována nejhlubším svatebním spojením. Ježíš *„odevzdává svého ducha"* (srov. Lk 23,46 a Jan 19,30b), svůj dech, Ducha svatého. Otec se opět sklání v polibku lásky jako na počátku (srov. Gn 2,7; viz 1. den 1. týdne) a v Kristově vzkříšení nyní vdechuje nový život celému světu (*„On mi řekl: ‚Ty jsi můj syn, já jsem tě **dnes** zplodil.'„*; Žl 2,7n). A to je opět ta nejhlubší modlitba.

Modli se: I ty dnes dýchej zhluboka!

Spočívej: …

Studuj: Jan 19,26-30; Mk 15,34.37

KKC 2650: Když nadejde hodina, v níž Ježíš dovrší plán Otcovy lásky, dává nahlédnout do nezbadatelné hloubky své synovské modlitby, a to nejen předtím, než se dobrovolně vydá (*„Otče … ne má vůle ať se stane, ale tvá"*; Lk 22,42), nýbrž i ve svých posledních slovech na kříži, v nichž modlitba a sebeobětování splývají v jedno: modlit se dávat se: *„Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí"* (Lk 23,34); *„Amen, pravím ti, dnes budeš se mnou v ráji"* (Lk 23,43); *„Ženo, to je tvůj syn" … „To je tvá matka"* (Jan 19,26-27); *„Žízním"* (Jan 19,28); *„Bože můj, Bože můj, proč jsi mě opustil?"* (Mk 15,34); *„Dokonáno je!"* (Jan 19,30); *„Otče, do tvých rukou poroučím svého ducha!"* (Lk 23,46); až po onen „mocný hlas", s nímž umírá, když vydechl naposled (srov. Mk 15,37; Jan 19,30b).

3. týden: „Jen jedno je třeba…" (Lk 10,42)

aneb Ježíšovo učení o modlitbě

Žalm týdne: Ž 27 **Doprovodná četba:** KKC 2607 - 2615

Jestliže jsi pozoroval Ježíše při jeho osobní modlitbě k Otci a jestliže ses hlouběji vydal na cestu následování, pravděpodobně v tobě vzrůstá touha slyšet jeho slova, slyšet jeho vlastní učení o modlitbě. Podobně to vyjadřuje i *Katechismus*:

KKC 2607: Když se Ježíš modlí, už tím nás učí modlit se. Božskou cestou naší modlitby je Ježíšova modlitba k Otci. Avšak evangelium nám poskytuje Ježíšovo výslovné učení o modlitbě. Jako vychovatel se nás ujímá tam, kde jsme, a postupně nás vede k Otci. Když se Ježíš obrací k zástupům, které jdou za ním, vychází z toho, co již znají z modlitby podle Staré smlouvy, a otevírá je novosti království, které přichází. Pak jim odhaluje tuto novost v podobenstvích. A konečně bude ke svým učedníkům, kteří mají být vychovateli modlitby v jeho církvi, otevřeně mluvit o Otci a o Duchu svatém.

Naslouchání tomuto Ježíšovu učení se stáváme opravdovými učedníky či učednicemi sedícími u Mistrových nohou (srov. Lk 10,38-42; viz 1. den tohoto týdne). Právě na příkladu Lazarových sester nám může být jasné, o co Ježíšovi jde především: o naše čisté, tj. nerozdělené, naslouchající, zcela k němu zaměřené srdce. To je to „jediné" důležité. To je celé Ježíšovo učení o modlitbě k Otci. Vše ostatní je již jen rozvinutím

tohoto základního důrazu. Takovéto srdce je (jak uvidíme v jednotlivých dnech tohoto týdne) kající a odpouštějící, upřímné, synovsky smělé, trpělivé, poslušné a vděčné.

To nové, co učedníci pochopili až ve světle Kristova vzkříšení a seslání Ducha, je cesta k takovémuto srdci: přičlenění se ke Kristu doprovázené modlitbou v „Ježíšově jménu" a naplnění Duchem svatým doprovázené modlitbou Ducha v nás (srov. KKC 2514-2615), jak o tom svědčí obzvlášť Janovo evangelium (srov. doplňkové a katechismové texty 7. dne tohoto týdne).

Tento týden tedy pokračuj v cestě s Ježíšem, buď stále spojen s jeho modlitbou a navíc naslouchej jeho učení o modlitbě k Otci. Porovnávej si konkrétní Ježíšovy podmínky pro modlitbu a Ježíšem postupně načrtávaný obraz svobodného, naslouchajícího srdce se svou vlastní zkušeností. Můžeš tak růst v kajícnosti, upřímnosti, důvěře, trpělivosti, poslušnosti a vděčnosti, abys v dalších týdnech mohl skutečně naplno zakusit modlitbu v Ježíšově jménu a v Duchu svatém.

1. den: „Jen jedno je třeba" (celé srdce) Lk 10,38-42

Čti: *A když šli, stalo se, že vešel do jedné vesnice a jistá žena jménem* ***Marta ho přijala do svého domu****. Ta měla sestru jménem* ***Marie, která si sedla u Ježíšových nohou a poslouchala jeho slova****. Ale* ***Marta byla zaneprázdněna množstvím služby****. Ta přistoupila a řekla: „Pane, tebe nezajímá, že mě má sestra nechala sloužit samotnou? Proto jí řekni, ať mi pomůže." Ježíš jí tedy odpověděl:* ***„Marto, Marto, staráš se a trápíš se mnoha věcmi. Jen jedno je však potřeba. A Marie si vybrala dobrou část, která jí nebude odňata."***

Rozjímej: Jestliže je příběh o milosrdném Samařanu (srov. Lk 10,29-37) ilustrací k přikázání lásky k bližnímu (srov. Lk 10,27b), scéna přijetí Ježíše u Marty a Marie naopak krásně ilustruje přikázání lásky k Bohu (srov. Lk 10,27a). Není zde stavěna do protikladu aktivní služba a kontemplativní modlitba. Jde zde o priority. Marta chce nejdříve všechno zařídit (řecké slovíčko z Lk 10,40 *perispaomai*, běžně překládáno jako „mít plno práce" či „být zaneprázdněn", znamená doslova „těkat očima, příliš se něčím zabývat, trápit, zahlcovat"). Marie ví, že přichází-li Ježíš, je třeba jen jedno: otevřít se mu celým, nerozděleným, naslouchajícím, milujícím srdcem. To je to *„jediné"* důležité.

Modli se: Zkus uprostřed svých dnešních „martovských" starostí objevovat svobodu přerušit práci, sednout si Ježíšovi k nohám a *„hledat jeho království"* a *„to ostatní ti bude přidáno"* (srov. Lk 12,31 a Mt 6,33).

Spočívej: …

Studuj: Lk 12,22-32; Mt 6,19-33

KKC 2612: V Ježíšovi *„je Boží království velmi blízko"* (Mk 1,15); on volá k obrácení a k víře, ale také *k bdělosti*. V modlitbě učedník bdí a vyhlíží toho, který je a který přichází, v památce jeho prvního příchodu v pokoře těla a v naději na jeho druhý příchod ve slávě (srov. Mt 13; Lk 21,34-36). Modlitba učedníků ve společenství s jejich Mistrem je boj, a právě tím, že bdí na modlitbách, neupadnou do pokušení (srov. Lk 22,40.46).

2. den: „Jdi se nejprve smířit" (obrácení srdce) Mt 5,21-24

Čti: *„Slyšeli jste, že předkům bylo řečeno: `Nezabiješ,´ a kdokoli by zabil, bude vydán soudu. Já vám však říkám, že každý, kdo se bezdůvodně zlobí na svého bratra, bude vydán soudu. Kdokoli svého bratra obviňuje z prázdnoty před*

Bohem, bude vydán veleradě, a kdokoli jej obviňuje z bezbožnosti, bude vydán pekelnému ohni. A proto, ***když bys obětoval na oltáři svůj dar a tam si vzpomněl, že tvůj bratr má něco proti tobě, nech svůj dar tam před oltářem a jdi a nejprve se smiř se svým bratrem a potom přijď a obětuj svůj dar****.*

Rozjímej: Jedna ze starostí, které nás mohou „trápit" a „zahlcovat" (viz včerejší texty o Martě a Marii) je nevyřešený vztah k nějakému člověku. Ať už on má něco proti tobě (srov. Mt 5,23), ty proti němu (srov. Mt 6,14) nebo je v tobě ukryt nějaký osobní nepřiznaný a Bohu nevyznaný hřích. Tato „starost" často činí naše srdce zcela neschopným modlitby. Zde je na místě pokorná lítost celníka z chrámu (srov. Lk 18,9nn), vyznání hříchu před druhými a prosba za odpuštění (srov. Jak 5,16), přijetí odpuštění (srov. Lk 15,11-32) a darování odpuštění druhým (srov. Mk 11,25) i sobě samotnému.
Modli se: Projdi si dnes všechny vztahy, které jsou v tobě živé, a sleduj, neobjeví-li se ve tvém srdci hořkost. Podle situace pak pros o odpuštění, odpusť a žehnej: *„Milujte své nepřátele a modlete se za ty, kdo vás pronásledují"* (Mt 5,44nn).
Spočívej: …

Studuj: Mt 6,14-15; 5,44-45; Mk 11,25; Lk 18,9-14; Lk 15,11-32; Jak 5,16
KKC 2608: Již *v horském kázání* Ježíš zdůrazňuje *obrácení srdce*: smířit se s bratrem dřív, než člověk přinese oběť na oltář (srov. Mt 5,23-24), mít lásku k nepřátelům a modlit se za pronásledovatele (srov. Mt 5,44-45), modlit se k Otci *„ve skrytosti"* (Mt 6,6), neplýtvat slovy (srov. Mt 6,7), odpouštět z hloubi srdce v modlitbě (srov. Mt 6,14-15), mít čisté srdce a hledat nebeské království (srov. Mt 6,21.25.33). Takové obrácení je zcela zaměřeno k Otci: je synovské.

3. den: „Otec ví, co potřebujete" (důvěryplné přilnutí) Mt 6,5-8

Čti: *A když se modlíš, nebuď jako pokrytci. Ti totiž při modlitbě rádi postávají v synagogách a na nárožích ulic, aby se ukazovali lidem. Amen, říkám vám, že už mají svou odplatu. Ale ty,* ***když se modlíš, vejdi do svého pokojíku****, a když zavřeš dveře,* ***modli se ke svému Otci, který je vskrytu****. A tvůj Otec, který vidí vskrytu, ti odplatí zjevně.* ***Když se tedy modlíte, neříkejte prázdná slova*** *jako pohané. Ti si totiž myslí, že budou vyslyšeni pro množství svých slov. Nebuďte jim tedy podobní, protože* ***váš Otec ví, co potřebujete****, ještě předtím, než ho poprosíte."*

Rozjímej: Ježíš tě dnes *za prvé* (srov. Mt 6,5-6) vede ke skryté, poctivé modlitbě v hloubce tvého srdce („pokojíku"), kdy můžeš odložit všechny své masky (slovo „pokrytec", řecky „hypokrytos", znamenalo původně „herec"). Modlitba se totiž nesmí stát přetvářkou a promenádováním se na vnějších „nárožích" naučených modliteb ani okatým vysedáváním v kostele (ve stylu „čím déle a hlasitěji, tím lépe…"). A *za druhé* (srov. Mt,7-8) jsi vedena k pohledu plnému důvěry, že Otec zná všechny tvé potřeby a touhy. Proto jej nemusíš přemlouvat množstvím prázdných, povrchních, stále se opakujících slov a naučených modliteb (ve stylu „čím více růženců a různých slíbených modlitebních ‚dávek', tím lépe…"). Bůh je osoba, a proto touží, abys s ním mluvila také osobně, vlastními slovy (stejně, jako to děláš s lidmi, kteří ti jsou blízcí). To neznamená, že by ses nemohla modlit dlouho, že bys nemohla v rytmickém opakování růžencových zdrávasů spočinout v milujícím Božím pohledu nebo že by ses nemohla modlit společně s

druhými. Ježíš jen chce, aby tvá modlitba byla poctivá a osobní, aby byla upřímným vyjádřením tebe samotné.
Modli se: Zkus dnes v modlitbě najít jedno jediné slovo či větu, které by vyjadřovaly tvůj vztah k Otci a stav tvého srdce, a pak si dovol být před Bohem takovou, jaká skutečně jsi.
Spočívej: …

Studuj: Lk 18,9-14; 20,45-47
KKC 2613: Tři zvlášť důležitá podobenství o modlitbě nám uchoval svatý Lukáš: (…) Třetí podobenství „o farizeovi a celníkovi" (srov. Lk 18,9-14) se týká pokory srdce, které se modlí: *„Bože, smiluj se nade mnou hříšným."* Církev tuto modlitbu: „Kyrie eleison!" stále koná.

4. den: „Mějte Boží víru!" (smělost Božích dětí) Mk 11,22-25

Čti: *Ježíš jim odpověděl: „**Mějte Boží víru**. Amen, říkám vám, že kdokoli by řekl této hoře: ‚Zvedni se a vrhni se do moře,' a **nepochyboval by ve svém srdci**, ale věřil by, že se děje to, co říká, bude mít, cokoli řekl. Proto vám říkám: Věřte, že **všechno, o co při modlitbě prosíte, jste dostali a budete to mít**. A když se postavíte k modlitbě, **odpouštějte, pokud máte něco proti někomu**, aby i váš Otec v nebesích odpustil vaše prohřešky vám.*

Rozjímej: Víra, kterou od nás Ježíš v modlitbě očekává, je dalším projevem nerozděleného srdce, které synovsky přilnulo k Bohu bez ohledu na to, co cítí nebo chápe. Takováto víra je projevem smělosti Božích dětí. Nemůžeš si ji vyrobit nebo nějak křečovitě vydobýt pomocí nějakých prosebných technik či sebezdokonalování. Roste zároveň s tvým vrůstáním do role královského dítěte, které si je jisto Otcovou láskou a očekává od ní vše. Nakonec text opět připomíná, že součástí takovéhoto synovského vztahu je také odpuštění těm, kdo nám ublížili. Podívej se dnes opět na svůj život a své vztahy. Najdeš tam nějaký zdánlivě stejně neřešitelný problém jako je úkol přesadit horu do moře?
Modli se: Pokud ano, pokus se v tiché modlitbě dítěte plného důvěry v nebeského Otce vrůst do jistoty, že skrze tvoji důvěryplnou modlitbu chce Bůh pohnout i s touto horou.
Spočívej: …

Studuj: Mt 17,20; 21,21n; Mk 9,22-24; Jak 1,6-8; Lk 17,5
KKC 2609: Když se srdce rozhodne takto se obrátit, naučí se modlit *ve víře*. Víra je synovské přilnutí k Bohu bez ohledu na to, co cítíme nebo chápeme. Stala se možnou, protože milovaný Syn nám otevírá přístup k Otci. Může nás žádat, abychom *„hledali"* a *„tloukli"*, protože on sám je cesta i dveře (srov. Mt 7,7-11.13-14).
KKC 2610: Jako Ježíš prosí Otce a vzdává mu díky, dříve než dostane jeho dary, tak i nás učí této *synovské smělosti*: *„Věřte, že všechno, oč v modlitbě prosíte, jste už dostali"* (Mk 11,24). Taková je síla modlitby: *„Všechno je možné tomu, kdo věří"* (Mk 9,23) vírou, která nepochybuje (srov. Mt 21,21). Jak byl Ježíš zarmoucen *„nevěrou"* (Mk 6,6) učedníků a *„malověrnosti"* (Mt 8,26) svých krajanů, tak stojí v údivu nad velkou vírou římského setníka (srov. Mt 8,10) a kananejské ženy (srov. Mt 15,28).

5. den: „Kdo slyší má slova a plní je“ (poslušnost slovu) **Mt 7,21-27**

Čti: *Ne každý, kdo mi říká `Pane, Pane´, vejde do nebeského království, ale* ***ten, kdo koná vůli mého Otce****, který je v nebesích. Mnozí mi v ten den řeknou: `Pane, Pane, copak jsme ve tvém jménu neprorokovali? Nevymítali jsme ve tvém jménu démony a nedělali jsme ve tvém jménu mnoho zázraků?´ A tehdy jim vyznám: `Nikdy jsem vás neznal. Odejděte ode mě, vy, kdo konáte nepravost!´“ „****Kdokoli tedy slyší tato má slova a plní je, bude podobný moudrému muži****, který postavil svůj dům na skále. Pak padl déšť a přišly záplavy a vály větry a udeřily na ten dům, ale nespadl, protože byl založen na skále. Ale* ***každý, kdo slyší tato má slova a neplní je, bude podobný bláznivému muži****, který postavil svůj dům na písku. Pak padl déšť a přišly záplavy a vály větry a udeřily na ten dům a spadl a jeho pád byl veliký.“*

Rozjímej: Zaměření celého srdce k Bohu znamená nejen naslouchání a odpověď slovy, ale nasměrování celého našeho života ke konání Otcovy vůle. Poctivá upřímná modlitba a naslouchání se vtěluje do našeho všedního života a určuje a přetváří naše jednání. Naopak poslušnost Božímu slovu, život odpovídající tomu, co jsme z Božího slova v modlitbě pochopili, nás znovu hlouběji otevírá k naslouchání a k modlitbě. Lze také obrazně říci (srov. Lk 8,19-21), že jsme Ježíšovými „matkami“, jestliže Boží slovo „počneme“ v naslouchání a pochopení a „porodíme“ v uskutečnění a poslušnosti. Naši modlitbu často blokují dva hříchy: *potrat* (počaté, pochopení a přijaté Boží slovo se v nás nenarodí ve skutku) a *umělé oplodnění* (plodíme spoustu „dobrých skutků“, ale bez jejich početí v láskyplném vztahu naslouchání Božímu slovu a rozlišování Božího volání).

Modli se: Zkus zvlášť dnes uvádět vše v modlitbě pochopené ve skutek a i naopak - nic nedělej bez hlubší naslouchající modlitby. A na to se připrav už teď, při modlitbě.

Spočívej: …

Studuj: Lk 6,46-49; 8,19-21; Mk 3,31-35; Mt 23,23-24; 25,1-13

KKC 2611: Modlitba víry nespočívá jen v tom říkat *„Pane, Pane“*, ale v nasměrování srdce tak, aby *konalo vůli Otce* (Mt 7,21). Ježíš vybízí své učedníky, aby vnášeli do modlitby tuto starost o spolupráci na Božím plánu (srov. Mt 9,38; Lk 10,2; Jan 4,34).

6. den: „Proste a bude vám dáno“ (trpělivost víry) **Mt 7,7-11**

Čti: *„Proste a bude vám dáno, hledejte a naleznete, tlučte a bude vám otevřeno. Neboť každý, kdo prosí, dostává, a kdo hledá, nalézá, a tomu, kdo tluče, bude otevřeno. Kdo z vás je takový člověk, že podá svému synu kámen, když ho poprosí o chléb? A když poprosí o rybu, dá mu snad hada? Jestliže tedy vy, kteří jste zlí, umíte dávat svým dětem dobré dary, čím více váš Otec, který je v nebesích, dá dobré věci těm, kdo ho prosí?“*

Rozjímej: Je nemyslitelé, že by dobří rodiče nedali svému dítěti vše, co skutečně potřebuje. Tím méně si lze představit, že by Bůh, tento dobrý Otec, nepomohl v potřebách všem, kdo se k němu s prosbou obracejí. Ježíš tě ujišťuje, že můžeš Boží otcovské lásce bezpodmínečně důvěřovat. Dvě lukášovská podobenství rozvíjející dnešní matoušovské text (viz doplňkové texty a úryvek z *Katechismu*) nesmíš chápat tak, že Bůh je přirovnáván k neochotnému příteli či nespravedlivému soudci, které musíme přemlouvat, a proto je třeba se vytrvale modlit. Naopak! Jestliže i tito špatní a neochotní lidé se

nakonec dají pohnout k vyplnění prosby, *tím spíše Bůh*, který do hloubky zná tvé srdce, ti daruje vše, co potřebuješ. U Lukáše je pak oproti Matoušovi navíc zdůrazněn ten největší a vždy a za všech okolností dávaný dar – Duch svatý: *„Jestliže tedy vy, kteří jste zlí, umíte dávat svým dětem dobré dary, čím více váš nebeský Otec dá Ducha Svatého těm, kdo ho prosí?“* (Lk 11,13).
Modli se: Vyber si dnes v modlitbě jednu oblast svého života (třeba tu včerejší „horu“) a vstup dneškem do důvěryplné vytrvalé modlitby za její (i svoji) proměnu. A už dnes očekávej Ducha Božího.
Spočívej: …

Studuj: Lk 11,5-13; 18,1-8
KKC 2613: Tři zvlášť důležitá podobenství o modlitbě nám uchoval svatý Lukáš: První „o neodbytném příteli“ (srov. Lk 11,5-13) vybízí k modlitbě konané s naléhavostí: *„Tlučte a bude vám otevřeno.“* Tomu, kdo se takto modlí, nebeský Otec *„dá všechno, co potřebuje“*, a hlavně Ducha svatého, v němž jsou všechny dary. Druhé o „neodbytné vdově“ (srov. Lk 18,1-8) je zaměřeno na jednu z vlastností modlitby: je třeba se stále modlit, neochabovat, mít trpělivost víry. *„Ale nalezne Syn člověka víru na zemi, až přijde?“* (…)

7. den: „Hlasitě oslavoval Boha“ (vděčnost) Lk 17,11-19

Čti: *Stalo se pak, že cestou do Jeruzaléma procházel Samařím a Galilejí. A když vcházel do jedné vesnice, setkalo se s ním deset malomocných mužů. Ti zůstali stát opodál, pozdvihli hlas a řekli: „Ježíši, mistře, smiluj se nad námi!“ A když je spatřil, řekl jim: „Jděte a ukažte se kněžím.“* ***A když šli, stalo se, že byli očištěni.*** *Když pak* ***jeden z nich*** *uviděl, že je uzdraven,* ***vrátil se a hlasitě oslavoval Boha. Padl na tvář k jeho nohám a děkoval mu.*** *A byl to Samařan. Ježíš pak odpověděl: „Nebylo jich očištěno deset? Kde je tedy těch devět? Nenašel se z nich nikdo, aby se vrátil a vzdal Bohu slávu, jedině tento cizinec?“ A řekl mu:* ***„Vstaň a jdi. Tvá víra tě uzdravila.“***

Rozjímej: Ježíš při všem svém vybízení k prosebné modlitbě předpokládá, že všude, kde jsi zakusil Boží pomoc, nezapomeneš na díkůvzdání. Stejně samozřejmě máš chválit a oslavovat Boha jako dárce všeho krásného a dobrého v celém stvoření. Neúnavně máš oslavovat Otce, který tento svět stvořil a zařídil. Máš jej oslavovat i pro jeho vykupitelské dílo a záchranu člověka. Nesmíš přes všechny prosby, které se ti derou na rty, zapomínat na oslavu, na chválu a díky. Teprve ve chválách nalezne tvá modlitba svůj nevyšší způsob vyjádření – a tvůj život víry trvalou proměnu a zachránění (srov. poslední slova dnešního úryvku!). Díkůvzdání, ze kterého roste vzájemná láska, je královskou cestou k modlitbě *„v Ježíšově jménu“* (srov. Jan 14,13-14) a k otevření se daru *„jiného Přímluvce“*, *„Ducha pravdy“* (srov. Jan 14,16-17), dárce pravé modlitby *„v Duchu a pravdě“* (srov. Jan 4,24).
Modli se: Zkus i ty dnes „hlasitě oslavovat Boha“, „padnout Ježíšovi k nohám“ a „děkovat mu“ za vše, co ti tento týden a vůbec v životě daroval, a tak se otevřít modlitbě „v Duchu“.
Spočívej: …

Studuj: Mt 6,25-32; Lk 10,21n; 1,46-55.68-79.25; 2,14; 2,29-32; Jan 4,23-24; 14,1-31
KKC 2614: Když Ježíš otevřeně svěřuje svým učedníkům tajemství modlitby k Otci, odhaluje jim, jaká bude muset být jejich modlitba, a také naše, až se vrátí k Otci ve svém

oslaveném lidství. Co je nyní nové, je to, že je třeba prosit v jeho jménu. Víra v něho uvádí učedníky do poznání Otce, protože Ježíš je *„cesta, pravda a život“* (Jan 14,6). Víra nese své ovoce v lásce: zachovávat jeho slovo, jeho přikázání, zůstávat s ním v Otci, který nás v něm miluje tak, že v nás přebývá. V této nové smlouvě je jistota, že naše prosby budou vyslyšeny, založena na Ježíšově modlitbě.

KKC 2615: A navíc, je-li naše modlitba spojena s Ježíšovou, Otec nám dá *„jiného Přímluvce“*, aby byl *„s námi navždy: Ducha pravdy“* (Jan 14,16-17). Tato novost modlitby a jejích podmínek se ukáže v řeči na rozloučenou. Křesťanská modlitba je v Duchu svatém společenstvím lásky s Otcem, nejen skrze Krista, nýbrž i v něm: *„Dosud jste o nic neprosili ve jménu mém. Proste, a dostanete, aby se vaše radost naplnila“* (Jan 16,24).

4. týden: „Setrvávali v lámání chleba a v modlitbách“ (Sk 2,42)
aneb Způsoby modlitby v církvi

Žalm týdne: Lk 1,46-55 **Doprovodná četba:** KKC 2616 - 2643

Zkušenost modlitby v době První smlouvy (1. týden), Ježíšův příklad modlitby (2. týden) a jeho učení o modlitbě (3. týden) měli učedníci v srdci, když je Ježíš po svém vzkříšení na cestě do Emauz uváděl do hloubky „modlitby hořícího srdce“ a „lámání chleba“ (srov. Lk 24,13-35; viz především verše 30.32.35). Avšak teprve od Letnic, jak to zmiňuje i *Katechismus*, zaslíbený a nyní nově darovaný Duch svatý učedníkům nově připomíná vše, co Ježíš řekl:

KKC 2623: V den letnic sestoupil Duch zaslíbení na učedníky, kteří *„všichni byli společně pohromadě“* (Sk 2,1), aby ho očekávali, a *„jednomyslně setrvávali v modlitbách“* (Sk 1,14). Duch, který učí církev a připomíná jí všechno, co Ježíš řekl (srov. Jan 14,26), ji také vychovává k životu modlitby.

Tato „výchova k modlitbě“ zahrnuje i to, že Duch v Kristových učednících probouzí onu ponornou řeku hlubokého vztahu k Otci a nechává ji znovu a znovu vytryskávat v jásavém chvalozpěvu modlitby v jazycích (srov. Sk 2,4; 10,46; 19,6; pozn.: výraz zde použitý v ekumenickém překladu „mluvit *ve vytržení*“ je nesprávný), plynout do hloubky v tichém „lkání“ přímluvné modlitby (srov. Řím 8,26) či v dětském důvěryplném „žvatlání“ (srov. Řím 8,15n; Gal 4,6n).

Zde je již zcela jasné, že modlitba nemůže být pouhým napodobením Mistra ani jen přesným plněním jeho pokynů. Plnost křesťanské modlitby je darem, kterému se otevíráš spolu s darem Ducha svatého. Teprve osobním otevřením se daru Ducha se modlitba stává plně křesťanskou, živou, plodnou a uvádějící do společenství těla Kristova, jak to dále čteme i v *Katechismu*:

KKC 2624: V první jeruzalémské obci věřící *„setrvávali v apoštolském učení, v bratrském společenství, v lámání chleba a v modlitbách“* (Sk 2,42). Toto pořadí je typické pro modlitbu církve: má základ v apoštolské víře, osvědčuje se láskou a je živena eucharistií.

Tato modlitba Ducha v nás se navenek projevuje různými způsoby (jednotlivě si je představíme během každodenních rozjímání), které jsou zachyceny v apoštolských listech a které, jak říká *Katechismus*, „zůstávají pro křesťanskou modlitbu směrodatné“ (KKC 2625). Avšak základním pohybem každé křesťanské modlitby je *žehnání - velebení* (hebrejsky „beraka“, latinsky „benedictio“, což obojí jedním slovem označuje jak Boží požehnání člověku, tak lidskou odpověď chvály):

KKC 2626: Velebení vyjadřuje základní pohyb křesťanské modlitby: je to setkání Boha s člověkem; v něm Boží dar a jeho přijetí člověkem volají jeden po druhém a spojují se. Modlitba chvály je odpověď člověka na Boží dary: protože Bůh dává požehnání, srdce člověka může zase velebit toho, který je zdrojem všeho požehnání.

KKC 2627: Tento pohyb vyjadřují *dva základní směry*: někdy chvála stoupá, nesena Duchem svatým skrze Krista k Otci (velebíme ho, protože nám požehnal; srov. Ef 1,3-14; 2 Kor 1,3-7; 1 Petr 1,3-9); někdy vyprošuje naše modlitba milost Ducha svatého, která skrze Krista sestupuje od Otce (on nám žehná; srov. 2 Kor 13,13; Řím 15,5.6-13; Ef 6,23-24).

Celý tento týden by mělo být tvým základním postojem objevování modlitby Ducha v tobě samotném a připojování se k této modlitbě ve všech jejích jednotlivých projevech, jak ti budou den po dni předkládány v Božím slově. Na konci tohoto týdne by ses ve společenství s Marií při slavení eucharistie mohl nově otevřít občerstvujícímu daru modlitby a vyprošovat si a očekávat její novou svěžest, a to třeba i včetně daru modlitby v jazycích.

Poznámka k daru modlitby v jazycích: „Mnozí lidé tento dar dostávají dříve, než o něm začnou uvažovat. Jiní zase v okamžiku, kdy poprosí o modlitbu za vylití Ducha svatého. Další je dostanou několik dní po této modlitbě neočekávaným způsobem buď v jejich osobní modlitbě, nebo v modlitebním shromáždění. Mnohé ale Pán zve, aby o tento dar prosili (srov. Lk 11,9-13). Je třeba po něm toužit – ne křečovitě nebo jen tak uvolněně s obecnou důvěrou v toho, který obdarovává, ale s pevnou a úplnou vírou, že Pán vaši prosbu vyslyší. Jedním ze znaků takové víry je odevzdání všech předsudků o vás samých a zároveň přijetí možnosti zesměšnit se ve vlastních očích i před ostatními proto, aby člověk zůstal maličkým před Bohem“ (Claude-Jean-Marie Fould, *Modlitba v jazycích*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997).

1. den: „Může učinit nezměrně víc, než prosíme“ (prosba) Ef 3,14-21

Čti: *Kvůli tomu tedy klekám na kolena před Otcem našeho Pána Ježíše Krista, z něhož se nazývá veškerá rodina na nebi i na zemi, aby vám podle bohatství své slávy dal, abyste skrze jeho Ducha byli posilněni mocí ve vnitřním člověku, aby Kristus přebýval skrze víru ve vašich srdcích a abyste, zakořeněni a založeni v lásce, mohli se všemi svatými postihnout, jaká je šířka a délka, výška i hloubka, a poznat Kristovu lásku, přesahující chápání, abyste byli naplněni do veškeré Boží plnosti. Tomu pak, který je podle moci působící* ***v nás schopen učinit nezměrně více než všechno, oč prosíme nebo co rozumíme****, tomu buď sláva v církvi skrze Krista Ježíše ve všech dobách na věky věků. Amen.*

Rozjímej: Ježíšův učedník je zván modlit se *„v Ježíšově jménu“* (srov. J 14,13n; 16,23n), tj. modlit se ve společenství s Ježíšem, následující Ježíše, chtějící totéž, co Ježíš. Na začátku tohoto týdne objev v sobě ono *„sténání“*, *„vzdechy“* či *„lkání“* (Ř 8,23.26), onu hlubokou touhu srdce po dovršení tvého společenství s Kristem (tj. tvé modlitby) a slovy listu Efezským z dnešního čtení se modli sama za sebe. Takováto prosba bude určitě *„v jeho jménu“…*

Modli se: Z této hloubky pak nech vyrůst prosby za konkrétní dary modlitby, např. za dar modlitby v jazycích, za dar *„sténání“* soucítícího s celým stvořením či za dar modlit se *„za všech okolností“* (srov. Ef 5,20; Flp 4,6-7; Kol 3,16-17; 1 Sol 5,17-18).

Spočívej: …

Studuj: Sk 4,23-31; Řím 8,22-27; Jak 1,5-8; KKC 2629-2633

KKC 2629: Slovní zásoba vyjadřující prosbu má v Novém zákoně množství odstínů: prosit, žádat, naléhavě žádat, vzývat, volat, křičet, ba dokonce *„zápasit v modlitbě“* (srov. Řím 15,30; Kol 4,12). Ale nejobvyklejším a také nejspontánnějším výrazem je slovo *prosba*: právě prosebnou modlitbou vyjadřujeme, že jsme si vědomi svého vztahu k Bohu; jako tvorové nejsme zdrojem své existence, ani pány nad protivenstvími, ani svým posledním cílem, jsme však také hříšníci a jako křesťané víme, že se odvracíme od Otce. Prosba je už návrat k němu.

KKC 2630: Téměř neznámy jsou v Novém zákoně modlitby nářků, zatímco jsou časté ve Starém zákoně. Ve vzkříšeném Kristu se prosba církve už opírá o naději, i když ještě čekáme a musíme každý den usilovat o obrácení. Z docela jiné hlubiny vyvěrá křesťanská prosba, kterou svatý Pavel nazývá sténání: toto stvoření, které v porodních bolestech *„sténá a trpí“* (Řím 8,22), ale také naše sténání, když očekáváme *„vykoupení našeho těla“*, neboť *„naše spása je předmětem naděje“* (Řím 8,23-24); a jsou to konečně *„vzdechy, které nelze vyjádřit“*, samého Ducha svatého, který *„nám přichází na pomoc v naší slabosti. Vždyť ani nevíme, oč se máme vlastně modlit“* (Řím 8,26).

KKC 2633: Když se člověk takto podílí na spásné Boží lásce, lze pochopit, že se *všechny potřeby* mohou stát předmětem prosby. Kristus, který vzal na sebe všechno, aby všechno vykoupil, je oslaven prosbami, s nimiž se v jeho jménu obracíme k Otci (srov. Jan 14,13). Právě na základě tohoto ujištění nás apoštolové Jakub (srov. Jak 1,5-8) a Pavel vyzývají, abychom se modlili *za všech okolností* (srov. Ef 5,20; Flp 4,6-7; Kol 3,16-17; 1 Sol 5,17-18).

2. den: „Jestliže doznáváme své hříchy…“ (vyznání) 1 Jan 1,7 - 2,2

Čti: *Chodíme-li však ve světle, jako on je ve světle, máme společenství mezi sebou a krev Ježíše Krista, jeho Syna, nás očišťuje od veškerého hříchu. Řekneme-li, že žádný hřích nemáme, klameme sami sebe a není v nás pravda.* ***Vyznáváme-li však své hříchy, Bůh je věrný a spravedlivý, aby nám odpustil hříchy a očistil nás od veškeré nepravosti.*** *Řekneme-li, že jsme nehřešili, děláme z něj lháře a jeho slovo v nás není. Synáčkové moji, toto vám píši, abyste nezhřešili.* ***A kdyby někdo zhřešil, máme u Otce přímluvce, Ježíše Krista, toho Spravedlivého.*** *A on je oběť slitování za naše hříchy, a nejen za naše, ale i za celý svět.*

Rozjímej: Jedním z bloků, který ti může bránit přijetí Božích darů (včetně daru hlubší modlitby) je postoj farizeje z Lk 18,9nn (neupřímná, na sobě a na své zbožnosti si zakládající modlitba, pohrdání druhými, nepřiznaný či nevyznaný hřích apod.). Lékem je *„vyznávání“* hříchů (srov. 1 Jan 1 a Jak 5) hříchů: sami před sebou, před Bohem, před druhými (kterých se to týká) a před církví (svátost smíření).

Modli se: Vyprošuj si dnes Ducha, který ti ukáže (Jan 16,8), jestli ve tvém srdci není hřích volající po takovémto „vyznání“ (obzvlášť z oblasti tvé nevěrnosti v modlitbě či onoho farizejského postoje). Je-li toto usvědčení dílem Ducha, je velmi konkrétní a vede ke svobodě a radosti. Naopak jen jakýsi nejasný nekonkrétní pocit viny může být plodem jen mých vlastních nezdravých obav a nedůvěry v Boží milosrdenství.

Spočívej: …

Studuj: Lk 15,17-20; 18,9-14; Jak 5,16; KKC 2631

KKC 2631: Prosba o odpuštění je první podnět k prosebné modlitbě (srov. prosbu celníka: „smiluj se nade mnou hříšným"; Lk 18,13). Je předpokladem spravedlivé a čisté modlitby. Důvěrná pokora nás navrací do světla společenství s Otcem a jeho Synem Ježíšem Kristem a do společenství s druhými (srov. 1 Jan 1,7 – 2,2): tehdy *„dostáváme od něho všechno, zač prosíme"* (1 Jan 3,22). Prosba o odpuštění předchází jak eucharistické liturgii, tak i osobní modlitbě.

3. den: „…ve vytrvalém prošení za svaté" (přímluva) Ef 6,18-20

Čti: ***V každý čas se každou modlitbou a prosbou modlete v Duchu, a právě proto bděte ve vší vytrvalosti a prošení za všechny svaté.*** *Modlete se i za mne, aby mi bylo dáno slovo, když otevřu ústa, abych směle oznamoval tajemství evangelia, jehož jsem velvyslancem v řetězech, abych v něm mluvil tak směle, jak mi mluvit náleží.*

Rozjímej: Jestliže „prosba" je modlitba za mě samotného a mé vlastní potřeby, „přímluvou" nazýváme prosebnou modlitbu za druhé lidi a za jejich potřeby. Další z překážek otevření se hlubší modlitbě mohou být narušené nebo lhostejné vztahy s ostatními bratřími a sestrami či neodpuštění někomu, kdo ti (dříve) ublížil. A právě přímluvná žehnající modlitba za tyto lidi (jak Pavel říká, „za svaté", což u něj znamená obecně „za ty, kdo patří Bohu", „za křesťany") může být krokem k léčení a prohlubování tvých vztahů v těle Kristově a k otevření dalších pramenů tvé osobní modlitby. Vyber si dnes jednoho či dva lidi z farnosti, ze společenství či z tvého nejbližšího okolí a *„pros a modli se v Duchu"* a *„bdi ve vší vytrvalosti a prošení"* (Ef 6,18) za tyto lidi a vyprošuj jim tak totéž, co vyprošoval (a stále vyprošuje) Ježíš učedníkům a *„těm, kteří skrze jejich slovo uvěří"* (Jan 17,20; srov. i Lk 23,34: *„Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí!"*).

Modli se: Odpouštěj, žehnej, vyprošuj sílu dalším služebníkům a hlavně dobře naslouchej, kdy se z toho, koho prosíš, stává ten, který bude o něco prosit tebe. Ve vytrvalé prosbě se Bůh pak někdy stává prosebníkem, který tě začne žádat o něco, čím ty sám můžeš přispět k řešení v oblasti, za kterou se modlíš. Zkus to pak udělat nebo se pokus alespoň o krůček tím směrem.

Spočívej: …

Studuj: Sk 7,60; Lk 23,28.34; Řím 15,30-32; Flp 2,4; 1 Tim 2,1-4; Jan 17 a KKC 2746nn

KKC 2634: Přímluva je prosebná modlitba, která nás více připodobňuje Ježíšově modlitbě. On je jediný přímluvce u Otce za všechny lidi, zvláště za hříšníky (srov. Řím 8,34; 1 Tim 2,5-8; 1 Jan 2,1; dále srov. Žid 7,25 a Řím 8,26-27). (…)

KKC 2635: Přimlouvat se, žádat o něco ve prospěch druhého, je od dob Abraháma vlastní srdci, které je v souladu s Božím milosrdenstvím. V době církve se křesťanská přímluva podílí na přímluvě Kristově: je výrazem společenství svatých. Kdo se modlí, nehledá v přímluvě to, co slouží jen jeho *„vlastnímu prospěchu, ale i prospěchu druhých"* (Flp 2,4), ba dokonce se modlí i za ty, kteří mu ubližují (srov. sv. Štěpán, který se modlí jako Ježíš: srov. Sk 7,60; Lk 23,28.34).

KKC 2636: První křesťanské obce hluboce prožívaly tento způsob sdílení (srov. Sk 12,5; 20,36; 21,5; 2 Kor 9,14). Apoštol Pavel je tak činí účastnými své služby evangeliu (srov. Ef 6,18-20; Kol 4,3-4; 1 Sol 5,25), ale také se za ně přimlouvá (srov. Flp 1,3-4; Kol 1,3; 2 Sol 5,25). Přímluva křesťanů nezná hranic: *„… za všechny lidi … za všechny, kdo mají*

moc" (1 Tim 2,1), za ty, kteří pronásledují (srov. Řím 12,14), za spásu těch, kteří odmítají evangelium (srov. Řím 10,1).

4. den: „Buďte vděčni" (díkůvzdání) **Kol 3,12-17**

Čti: ***Oblečte se tedy, jako Boží vyvolení, svatí a milovaní, soucitným milosrdenstvím, laskavostí, pokorou, krotkostí, trpělivostí.*** *Snášejte jedni druhé a vzájemně si odpouštějte, má-li někdo proti někomu stížnost. Tak jako Kristus odpustil vám, odpouštějte i vy. Nad to všechno se však oblečte láskou, která je svazkem dokonalosti. Ve vašich srdcích ať vládne Boží pokoj, k němuž jste také byli povoláni v jednom těle;* ***a buďte vděční****. Ať ve vás bohatě přebývá* ***Kristovo slovo*** *ve vší moudrosti. Vyučujte a napomínejte jedni druhé žalmy, chvalozpěvy a duchovními písněmi****; s vděčností zpívejte svým srdcem Pánu****. A všechno, cokoli děláte slovem nebo skutkem,* ***všechno to čiňte ve jménu Pána Ježíše a děkujte skrze něj Bohu a Otci****.*

Rozjímej: Milosrdenství, pokora, trpělivost, odpuštění, láska, pokoj, vděčnost, Boží slovo, Duchem inspirovaná chvála – to je život v Ježíšově jménu a nejlepší díkůvzdání Otci. Ve všech dnešních doplňkových textech (doporučuji alespoň je prolétnout) je představen Duch svatý (či blízkost, pokoj, slovo Kristovy) jako dárce modlitby vděčnosti a chvalozpěvu (zde se možná odráží Pavlova zkušenost se „zpěvem v jazycích" doplňovaným slovy žalmů a spontánně vzniklých písní). Všude je také toto díkůvzdání spojeno s velmi konkrétní životní situací. Nelze děkovat „za všechno" (např. za špatné věci, nemoci, zlo…), ale lze děkovat (za Boží dary, Boží věrnost, Boží přítomnost uprostřed bolesti) *„za všech okolností"* či *„ve všech životních podmínkách"* (1 Sol 5,18), vždy a všude.
Modli se: Zkus to i v dnešní tiché chvíli, ale hlavně celý dnešní den.
Spočívej: …

Studuj: Ef 5,15-19; Flp 4,4-9; 1 Sol 5,16-24; Kol 4,2; KKC 2637-2638

KKC 2633: (…) Apoštolové Jakub (srov. Jak 1,5-8) a Pavel nás vyzývají, abychom se modlili *za všech okolností* (srov. Ef 5,20; Flp 4,6-7; Kol 3,16-17; 1 Sol 5,17-18).
KKC 2637: Vzdávání díků charakterizuje modlitbu církve, která slavením eucharistie ukazuje a stává se stále více tím, čím je. Vždyť Kristus v díle spásy osvobozuje stvoření od hříchu a smrti, aby je znovu posvětil a přivedl nazpět k Otci, k jeho slávě. Díkůvzdání údů Těla se podílí na díkůvzdání Hlavy.
KKC 2638: Stejně jako předmětem prosebné modlitby se může každá událost a každá potřeba stát i důvodem k díkůvzdání. Listy svatého Pavla často začínají a končí díkůvzdáním a vždy je tam přítomen Pán Ježíš. *„Ve všech životních podmínkách děkujte Bohu. Tak to Bůh po vás chce v Kristu Ježíši"* (1 Sol 5,18). *„Buďte vytrvalí v modlitbě, buďte při ní bdělí a vděční"* (Kol 4,2).

5. den: Být „chválou jeho slávy" (chvála a klanění) **Ef 1,3-14**

Čti: ***Požehnaný*** *buď Bůh a Otec našeho Pána Ježíše Krista, který nás* ***požehnal*** *veškerým duchovním* ***požehnáním*** *v nebeských věcech v Kristu,* ***poněvadž nás v něm vyvolil před založením světa, abychom před jeho tváří byli svatí*** *a bezúhonní v lásce. Podle zalíbení své vůle nás předurčil k přijetí za své syny skrze Ježíše*

*Krista **ke chvále slávy své milosti**, kterou nás poctil v Tom milovaném. (...) V něm, ve kterém jsme se také stali dědici, když jsme byli předurčeni podle předsevzetí Toho, který působí všechno podle rozhodnutí své vůle, **abychom se my, kteří od dřívějška máme naději v Kristu, stali chválou jeho slávy**. V něm jste i vy (když jste vyslechli slovo pravdy, totiž evangelium svého spasení, a uvěřili mu) byli označeni zaslíbeným Duchem svatým, jenž je zárukou našeho dědictví až do vykoupení toho, co jím bylo získáno **ke chvále jeho slávy**.*

Rozjímej: Chvála je způsob modlitby, který (na rozdíl od díkůvzdání, jež je zaměřeno na konkrétní Boží *dary*) bezprostředněji uznává, že Bůh je Bůh. Opěvuje ho pro něho samého, oslavuje ho, protože on *je*, bez ohledu na to, co *koná.* Chvála zahrnuje a proniká ostatní způsoby modlitby (viz včerejší texty spojující úzce chvalozpěvy s díkůvzdáním) a pozvedá je k tomu, který je jejich pramenem i cílem.

Modli se: Po přečtení chvalozpěvu z listu Efezským tě pak v doplňkových textech uvedené příklady chvalozpěvů z knihy Zjevení (nebo chvalozpěv „Sláva na výsostech Bohu“ ze mše sv.) mohou spojit s chvalozpěvem celé nebeské církve a povzbudit k častějšímu opakování formulí chvály, které může vést k tomu, že ti již nebudou stačit slova. Pak se tvá modlitba může rozjásat ve zpěvu či modlitbě v jazycích (viz včerejší texty a úvod k týdnu) nebo (či pak v návaznosti na tento zpěv) zmlknout v tichém klanění, které jen jinou formou této chvály.

Spočívej: …

Studuj: Zj 4,8-11; 5,9-14; 7,10-12; 11,15-18; 12,10-12; 15,3-4; 19,1-8; KKC 2639-2642

KKC 2639: Chvála je způsob modlitby, která bezprostředněji uznává, že Bůh je Bohem. Opěvuje ho pro něho samého, oslavuje ho, protože *on je*, bez ohledu na to, co koná. Je to podíl na blahoslavenství čistých srdcí, která milují Boha ve víře, dříve než ho spatří ve slávě. Skrze chválu se Duch spojuje s naším duchem, aby dosvědčoval, že jsme Boží děti, vydává svědectví jednorozenému Synu, v němž jsme byli přijati za syny a skrze něhož oslavujeme Otce. Chvála zahrnuje ostatní způsoby modlitby a pozvedá je tomu, který je jejich pramenem i cílem: *„jeden Bůh, Otec, od něhož pochází všechno, pro něhož jsme tu i my“* (1 Kor 8,6).

KKC 2628: Klanění je základní postoj člověka, který uznává, že je tvorem před svým Stvořitelem. Velebí velikost Pána (srov. Žl 95,1-6), který nás stvořil, a všemohoucnost Spasitele, který nás osvobozuje od zlého. Duch *„padá na tvář“* před *„králem slávy“* (Žl 24,9.10) a uctivě mlčí před Bohem, „vždy větším než my“ (sv. Augustin). Klanět se třikrát svatému a svrchovaně láskyhodnému Bohu nás naplňuje pokorou a dodává jistotu našim prosbám.

6. den: „Velebí má duše Hospodina“ (modlitba Mariina) Lk 1,39-55

Čti: *V těch dnech pak Marie vstala a spěšně odešla do hor, do města Judova. Vešla do Zachariášova domu a **pozdravila Alžbětu**. A jakmile Alžběta uslyšela Mariin pozdrav, stalo se, že děťátko v jejím lůnu poskočilo **a Alžběta byla naplněna Duchem svatým**. Tehdy hlasitě zvolala: „Požehnaná jsi mezi ženami a požehnaný plod života tvého! Ale proč je mi dáno, že matka mého Pána přišla ke mně? Vždyť jakmile vešel zvuk tvého pozdravu do mých uší, poskočilo děťátko v mém lůnu radostí. A **blaze té, která uvěřila, neboť se naplní to, co jí bylo řečeno***

***od Pána**.“ Tehdy Marie řekla: **„Velebí má duše Hospodina a můj duch jásá v Bohu, mém spasiteli, neboť shlédl na svou nepatrnou služebnici.“** (…)*

Rozjímej: V Marii, této „dceři Siónské“, první Ježíšově Duchem svatým naplněné učednici a obrazu církve je nám zjevena plnost modlitby církve. Maria je přítomna ve všech nejdůležitějších událostech dějin spásy: při vtělení, pod křížem i při seslání Ducha. Mariina modlitba nás učí cele patřit Bohu (Nazaret), uchovávat v srdci Boží slovo (Betlém), všímat si potřeb druhých a ukazovat na Ježíše (Kána), projít temnotou bolesti a opuštěnosti (Golgota) a otevřít se ve společenství plnosti Ducha svatého (Jeruzalém).
Modli se: Dnes se nech obzvlášť vtáhnout do setkání Marie s Alžbětou v horách, ze kterého vytryskl chvalozpěv, jenž v sobě ukrývá všechny ostatní rozměry její modlitby. Zkus se jej třeba i naučit zpaměti (nejlépe v liturgickém znění uvedeném ke konci tohoto sešitku, aby ses jej mohla modlit spolu s druhými ve společenství). I ty můžeš a máš v setkání s Božím slovem a se svými bratřími a sestrami všechny tyto rozměry prožívat.
Spočívej: …

Studuj: Lk 1,38; 2,19.51; Sk 1,14; J 2,1-12; J 19,25-27; KKC 2617-2619

KKC 2617: Mariina modlitba nám byla zjevena na úsvitu plnosti časů. Před vtělením Božího Syna a před vylitím Ducha svatého její modlitba jedinečným způsobem spolupracuje na dobrotivém plánu Otce: ve chvíli zvěstování na početí Krista (srov. Lk 1,38) a o letnicích na zrodu církve, Kristova těla (srov. Sk 1,14). Ve víře jeho pokorné služebnice se Božímu daru dostává přijetí, na které Bůh čekal už od počátku časů. Ta, kterou Všemohoucí „naplnil milostí“, odpovídá obětí celé své bytosti: *„Hle, jsem služebnice Páně, staň se mi podle tvého slova“* (Lk 1,38). Fiat (staň se) je křesťanská modlitba: cele patřit jemu, protože on cele patří nám.
KKC 2618: Evangelium nám ukazuje, jak se Maria s vírou modlí a přimlouvá: v Káně (srov. Jan 2,1-12). Ježíšova matka prosí svého Syna za potřeby pro svatební hostinu, která je znamením jiné hostiny, totiž svatby Beránka, který na prosbu své Nevěsty církve vydává své tělo a svou krev. A je to právě v hodině nové smlouvy u paty kříže (srov. Jan 19,25-27), kdy je Maria vyslyšena jako žena, nová Eva, pravá „matka živých“.
KKC 2619: A proto Mariin chvalozpěv (srov. Lk 1,46-55; latinský „Magnificat“, byzantské „Megalinarion“) je zároveň zpěvem Matky Boží i církve, zpěvem siónské dcery a nového Božího lidu, zpěvem díkůvzdání za plnost milostí udělených v díle spásy, zpěvem *„chudých“*, jejichž naděje je dovršena splněním zaslíbení daných *„našim otcům, Abrahámovi a jeho potomstvu na věky“* (Lk 1,55).

7. den: „Lámání chleba“ (eucharistie) Lk 24,13-53 (zkráceno)

Čti: *A hle, dva z nich šli toho dne do vesnice jménem Emauzy, která byla vzdálená šedesát honů od Jeruzaléma, a hovořili spolu o tom všem, co se přihodilo. **A když takto hovořili a uvažovali, stalo se, že sám Ježíš se přiblížil a šel s nimi.** Ale jejich oči byly drženy, aby ho nepoznali. **Řekl jim tedy: „Co je to za věci, o kterých spolu cestou rozmlouváte a jste smutní?“** Jeden z nich, jménem Kleofáš, mu odpověděl: „Ty jsi jediný cizinec v Jeruzalémě, že ses nedozvěděl o tom, co se tam v těchto dnech stalo?“ A on jim řekl: „O čem?“ Řekli mu tedy: „O Ježíši Nazaretském, který byl prorok, muž mocný ve skutku i slovu před Bohem i přede vším lidem; jak ho vrchní kněží a naši představení vydali k odsouzení na smrt a*

ukřižovali ho. My jsme však doufali, že to je on, kdo má vykoupit Izrael. A k tomu všemu je to dnes už třetí den, co se to stalo. Ale i některé z našich žen nás ohromily. Byly ráno u hrobu, a když nenašly jeho tělo, přišly a říkaly, že měly dokonce vidění andělů, kteří řekli, že žije. Někteří z našich tedy šli ke hrobu a našli všechno tak, jak řekly ženy, ale jeho neviděli.“ ***On jim tedy řekl: „Ó nechápaví a srdcem pomalí věřit všemu tomu, co mluvili proroci! Copak Kristus nemusel vytrpět tyto věci a vejít do své slávy?“ A počínaje od Mojžíše a všech proroků vykládal jim ve všech Písmech, co bylo o něm.*** *Tehdy se přiblížili k vesnici, do které šli, a on naznačil, že půjde dál. Oni však na něj naléhali: „Zůstaň s námi, vždyť se už připozdívá a den se nachýlil.“* ***A tak šel dovnitř, aby s nimi zůstal. A když s nimi byl za stolem, stalo se, že vzal chléb, požehnal, rozlomil ho a podával jim.*** *Tehdy se jejich oči otevřely a poznali ho, ale on zmizel jejich očím.* ***Tehdy řekli jeden druhému: „Copak v nás naše srdce nehořelo, když k nám mluvil po cestě a otvíral nám Písma?“*** *V tu chvíli tedy* ***vstali a vrátili se do Jeruzaléma*** *a našli shromážděných těch jedenáct i ty, kteří byli s nimi, jak říkají: „Pán byl opravdu vzkříšen a ukázal se Šimonovi!“* ***A oni vyprávěli, co se stalo na cestě a jak se jim dal poznat při lámání chleba. A když o tom mluvili, postavil se uprostřed nich sám Ježíš a řekl jim: „Pokoj vám.“*** *(…)*

Rozjímej: Eucharistie obsahuje a vyjadřuje všechny způsoby modlitby: je *„čistou obětí“* celého Kristova těla ke slávě jeho jména (Mal 1,11), je „obětí chvály“. Nádherný text z Lk 24 o Emauzských učednících tě může uvést do jejího hlubšího pochopení jako vrcholu tvé osobní modlitby a modlitby celé církve: 1. Ježíš se k tobě připojuje, vstupuje do tvého života jako první (srov. Lk 24,15); 2. trpělivě ti naslouchá a mluví s tebou o tvých starostech a radostech (srov. Lk 24,17nn; „vstupní obřady“); 3. vykládá ti Písma (srov. Lk 24,25-27.32; „bohoslužba slova“); 4. vchází do tvého srdce, láme chléb – dává se ti zcela k dispozici (srov. Lk 24,29-31; „bohoslužba oběti“); 5. dává ti sílu k další cestě, ke službě svědectví (srov. Lk 24,33-35; „závěrečné obřady“); 6. skrze tvé svědectví se zjevuje i ostatním (srov. Lk 24,36-45); 7. takto „otevřené“ společenství pak vyzbrojuje *„mocí z výsosti“* a vede ke společné chvále a službě (srov. Lk 24,46-53 a celé Skutky apoštolů). Nezůstávej dnes jen u některého verše nebo u některé části textu, ale zkus vnímat jeho celkovou vnitřní dynamiku tohoto příběhu a objevit ji i ve svém vlastním životě a v životě svého společenství a farnosti. Pak se ptej: Jak má osobní modlitba souvisí se slavením eucharistie? Jak je obohacuje? Jak je tímto slavením obohacována? Jaký krok ke hlubšímu propojení mé modlitby a nedělního slavení eucharistie je právě přede mnou?

Modli se: V modlitbě můžeš děkovat za toto bohatství slavení eucharistie či prosit za jeho hlubší odkrytí, prožití a propojení s tvou osobní modlitbou.

Spočívej: …

Studuj: Lk 22,14-20; 1 K 12; Mal 1,11; KKC 2643

KKC 2643: Eucharistie obsahuje a vyjadřuje všechny způsoby modlitby: je *„čistou obětí“* celého Kristova těla ke slávě jeho jména (srov. Mal 1,11). Podle východních i západních tradic je „obětí chvály“.

Závěrečný týden: „Modlili se spolu s Marií“ (Sk 1,14)
aneb Praktické opory pro modlitbu

Žalm týdne: Žl 104 **Doprovodná četba:** KKC 2650 - 2691

Při setkání tohoto týdne je vhodné slavit společně (eucharistickou) bohoslužbu uzavírající první stupeň školy modlitby, při které je možnost modlit se za jednotlivé účastníky, kteří mohou předstupovat a postupně nebo i společně si vyprošovat oživení daru modlitby v nich. Následujících řádky i téma jednotlivých dní závěrečného týdne ti pak mají připomenout základní opěrné body pro další růst tvé modlitby:

KKC 2650: Modlitba se neomezuje na spontánní projev vnitřního hnutí: aby se člověk modlil, musí chtít. Nestačí ani jen znát, co zjevuje o modlitbě Písmo: je třeba se naučit modlit. Skrze živé předávání (posvátná tradice) Duch svatý učí modlitbě Boží děti v církvi, která věří a která se modlí (srov. 2. vatikánský koncil, *Dei verbum* čl. 8).

Modlitbě se tedy učíme především tím, že se prostě i dál po skončení školy modlitby pravidelně a vytrvale modlíme. Modlitba Ducha v tobě, tvé vnitřní spojení s ní, spontánní vytrysknutí chvály nebo spočinutí v tichu – to vše potřebuje konkrétní opory. Aby se člověk naučil modlit, musí vědět o hloubce modlitby Ducha v něm, ale také se musí pokoušet znovu a znovu „kopat“ k prameni svými vlastními rozhodnutími a svojí věrností.

KKC 2652: Duch svatý je „živá voda“, která v modlícím se srdci „tryská do života věčného“ (Jan 4,14). On nás učí, abychom ji čerpali ze samého pramene: z Krista. V křesťanském životě jsou prameny, kde nás Kristus očekává, aby nás napojil Duchem svatým.

Těmito prameny jsou především: *Boží slovo, liturgie, božské ctnosti a přítomný okamžik* (srov. KKC 2653-2660). K těmto pramenům je třeba vytrvale chodit čerpat. Zároveň je dobře učit se z živé tradice církve *správnému slovníku modlitby*, ve které vstupuješ do vztahu k jednotlivým osobám Trojice (srov. KKC 2663-2672) ve společenství s Ježíšovou i tvojí Matkou Marií (srov. KKC 2673-2679). Maria je dokonalá postava modlitby, obraz modlící se církve. Ona tě spolu s ostatními světci a učiteli modlitby (srov. KKC 2683) chce provázet na tvé cestě v Duchu svatém skrze Krista k Otci (srov. KKC 2617-2619).

Tento týden ti nebudou nabídnuty žádné biblické texty k tichým chvílím, ale každý den ti bude poskytnuto několik podnětů k tomu, jak pomocí různých pomůcek vytvářet vnější rámec své modlitby podporující a podněcující její růst. Ke vstupu do hlubší modlitby tě pak může doprovázet každý den jeden odstavec úvodu do modlitby Zdrávas Maria z *Katechismu* (viz KKC 2676-2677), desátek růžence, hymnus Akatahist, chvalozpěv Magnificat, texty z „Liturgie“ či texty Denní modlitby církve.

1. opora: Boží slovo v Písmu svatém KKC 2653-2654

Církev „naléhavě a důrazně vybízí všechny věřící …, aby častým čtením Písma svatého získali ‘nesmírně cenné poznání Ježíše Krista’ … **Četba Písma svatého má být provázeno modlitbou, aby se stala rozhovorem mezi Bohem a člověkem.** Neboť ‘jeho oslovujeme, když se modlíme; jemu naslouchámeme, když čteme božské výroky’“ (2. vatikánský koncil, *Dei verbum* čl. 25). Otcové duchovního života shrnují v parafrázi Mt 7,7 rozpoložení srdce živeného Božím slovem v modlitbě takto: „Hledejte při **četbě** (lectio) a najdete v **rozjímání** (meditatio); klepejte v **modlitbě** (oratio) a bude vám otevřeno v **nazírání** (contemplatio)“ (Guigo, *Scala paradisi*).

Tvá modlitba by měla i nadále čerpat z tohoto prvotního pramene modlitby. Rozmysli se a zkus si dnes naplánovat, jak ve tvém životě bude zastoupena souvislá četba Písma, jeho studium, společný rozhovor nad Písmem a jeho každodenní rozjímání (*lectio divina*). Jak budeš zacházet s tím, co tě z Písma osloví? Zapíšeš si to, podtrhneš, naučíš zpaměti? Zkus si dnes udělat takový malý „studijní" a „modlitební" plán na příští měsíc. Které biblické přednášky, hodiny či skupiny bys mohl navštívit? Co dobrého si o Bibli či o *lectio divina* přečíst?

2. opora: Liturgie církve KKC 2655

Poslání Krista a Ducha svatého, jež ve svátostné liturgii církve hlásá, zpřítomňuje a sděluje tajemství spásy, **pokračuje v srdci, které se modlí**. Otcové duchovního života někdy přirovnávají srdce k oltáři. **Modlitba zniterňuje a vstřebává liturgii během jejího slavení i po něm.** I když je modlitba prožívána *„ve skrytosti"* (Mt 6,6), je vždy modlitbou církve a společenstvím s Nejsvětější Trojicí.

Dnes přemýšlej o tom, jak prožíváš spojení mezi liturgií církve (mší svatou, slavením svátosti smíření, denní modlitbou církve) a svojí osobní modlitbou. Co by ti v nejbližší době mohlo pomoci ke hlubšímu propojení osobní modlitby a liturgie? Zkus dnes např. vymyslet a poznamenat si nějaký způsob, jak se připravovat na slavení eucharistie a svátosti smíření četbou Písma a modlitbou a jak s ostatními při společné modlitbě žít v duchu liturgického roku. Při nejbližší příležitosti o tom promluv ve svém společenství, se svými přáteli či s farářem.

3. opora: „Dnes" (vzdálená příprava) KKC 2659-2660

Učíme se modlit v určitých chvílích, když naslouchámе slovu Páně a když se účastníme jeho velikonočního tajemství; **ale je to v každé chvíli, v každodenních událostech, kdy je nám dáván Duch, aby dal vytrysknout modlitbě**. Ježíšovo učení o modlitbě k našemu Otci je v téže linii jako učení o Boží prozřetelnosti (srov. Mt 6,11.34): čas je v rukou Otce; **setkáváme se s ním v přítomnosti: ne včera, ani zítra, ale dnes**: *„Kéž byste dnes uposlechli jeho hlasu: 'Nezatvrzujte svá srdce'"* (Ž 95,8). **Modlit se ve všedních událostech každého dne a každého okamžiku**, to je jedno z tajemství nebeského království zjeveného „maličkým", Kristovým služebníkům, chudým blahoslavenství. Je dobré a spravedlivé modlit se, aby příchod království spravedlnosti a míru ovlivňoval **běh dějin**, ale je stejně důležité „proniknout" modlitbou obyčejné **všední situace**. Všechny způsoby modlitby mohou být oním kvasem, k němuž Pán přirovnává Boží království (srov. Lk 13,20-21).

Dnes přemýšlej o tom, jak je tvůj všední život spojen s modlitbou a jak bys mohla toto spojení posílit. Využíváš události dne ke spontánní odpovědi chvály, díků, přímluvy či prosby? Vnášíš svůj den do osobní modlitby? Učíš se žít v přítomném okamžiku a ne se utápět v minulosti či se strachovat před budoucností? Po těchto úvahách si pak zkus právě teď a právě tam, kde jsi, vychutnat ono „dnes".

4. opora: Metody (blízká příprava) KKC 2707

Metody rozjímání jsou tak různé, jak různí jsou duchovní učitelé. Křesťan má pravidelně rozjímat, jinak se podobá prvním třem půdám z podobenství o rozsévači. Avšak **metoda je pouze průvodce**; důležité je postupovat s Duchem svatým po jediné cestě modlitby, kterou je Ježíš Kristus.

Zkus si dnes poznamenat, které různé přístupy a metody rozjímání jsi už někdy vyzkoušel, co se ti osvědčilo a co ne. Znáš i další metody, které třeba nepoužíváš, abys mohl případně poradit druhým nebo zkusit zatím nevyzkoušené? Zkus najít nějaké další prameny o modlitbě, kde by ses s nimi mohl seznámit. Nebo jsi snad v modlitbě ulpěl pouze na nějaké metodě či modlitební pomůcce, která ti teď už třeba brání objevit samotného Krista? Pak měj odvahu tuto metodu třeba na čas opustit, vystavit se v modlitbě volnému vanutí Ducha a uvolnit svoji i Jeho tvořivost.

5. opora: Texty a pomůcky pro modlitbu KKC 2705; 2706; 2708

Rozjímání (…) vyžaduje pozornost, kterou je obtížné ukáznit. Obyčejně si člověk pomáhá nějakou **knihou** a křesťané jich mají dostatek: **Písmo svaté**, zvláště **evangelium**, svaté **obrazy**, **liturgické texty** příslušného dne nebo údobí, spisy duchovních Otců, základní **díla spirituality**, velká **kniha stvoření a dějin**, které jsou stránkou Božího „dneška". Rozjímat o tom, co se čte, znamená ztotožnit se s čteným. Tu se otevírá jiná kniha, totiž **kniha života**. (…) Křesťanská modlitba se přednostně zaměřuje na rozjímání „tajemství Krista", jak při ***lectio divina*** (božské čtení), tak při **růženci**.

Co ti pomáhá v usebrání se k modlitbě? Které pomůcky pro soustředění mysli používáš (četba Písma, liturgických textů, duchovní literatury či hodnotných modliteb, ikony, symbol kříže, breviář, růženec, litanie, modlitba Ježíšova…)? V jakém fyzickém postoji se nejčastěji modlíš (stání, kříž, zdvižené ruce, sepjaté ruce, úklona, klečení, sezení, ležení, chůze…)? Zkoušíš do modlitby vtáhnout i své tělo? Zkus být i v této oblasti tvůrčí a hledej, co ti nejvíce pomáhá rozjímat „tajemství Krista" a vstupovat do „Božího srdce".

6. opora: Místa a časy pro modlitbu KKC 2691; 2697-2698; 2710

(…) **Volba vhodného místa není pro opravdovost modlitby lhostejná**: Pro osobní modlitbu může být tímto místem „modlitební koutek" s Písmem svatým a obrazy, aby byl člověk „ve skrytu" v přítomnosti svého Otce (srov. Mt 6,6). **V křesťanské rodině** taková malá oratoř (modlitební místo) napomáhá společné modlitbě. (…) Modlitba je životem nového srdce. Musí nás oživovat v každé chvíli. (…) **Člověk se ale, i když chce, nemůže modlit „neustále", nemodlí-li se s pevnou vůlí v určitou dobu**; je to čas vyhrazený pro intenzivní a déle trvající křesťanskou modlitbu. Církevní tradice předkládá věřícím **pravidelně opakované modlitby, jež mají živit trvalou modlitbu**. (…) Volba doby a trvání vnitřní modlitby závisí na rozhodné vůli odhalující tajemství srdce. **Člověk se nemodlí jen proto, že má čas: udělá si čas, aby tu byl pro Pána.** Činí to s pevným rozhodnutím nevzít mu ho zase zpět, ať se dostaví jakékoli zkoušky nebo vyprahlost. **Nedá se vždy rozjímat; vždy je však možné se vejít a vstoupit do vnitřní modlitby**, nezávisle na zdravotním stavu, na pracovních podmínkách nebo pocitech. Srdce je místem hledání a setkání, v chudobě a ve víře.

Dnes věnuj pozornost vnějšímu prostředí své modlitby – jak vypadá? Co by ti mohlo pomoci v pravidelnosti či usebrání při modlitbě (úprava modlitebního koutu v bytě, otevřená bible ráno na stolku apod.)? Pokud ještě nemáš své stálé místo a čas pro modlitbu, zkus přemýšlet, kdy a kde by se ti dlouhodobě dobře modlilo (kde a kdy bude tvůj čas s Ježíšem „nejkvalitnější", kdy jsi nejvíce „fit"). Můžeš také přemýšlet o vytvoření určitých pravidelných (ročních, měsíčních, týdenních a denních) rytmů různých způsobů modlitby. Když si dáš tuto práci, pak bude naděje, že se i nadále nebudeš modlit jen tehdy, když ti nějaký čas „zbude", ale budeš si schopná „čas pro Pána" udělat. Toto

namáhavé přemýšlení a zařizování místa a času modlitby je tak projevem lásky k Ježíši a touhy po prožívání jeho doprovázení.

7. opora: Služebníci modlitby KKC 2683-2690

Svědkové, kteří nás předešli do království, zvláště ti, které církev uznává jako „**svaté**“, se podílejí na živé tradici modlitby příkladem svého života, předáváním svých spisů a svou dnešní modlitbou. (…) Křesťanské **spirituality** se podílejí na živé tradici modlitby a jsou nezbytnými vůdci věřících. (…) Křesťanská **rodina** je prvním místem výchovy k modlitbě. Založena na svátosti manželství, je „domácí církví“, kde se Boží děti učí modlit „jako církev“ a dlít na modlitbách. (…) Také ti, kteří mají účast na **svátostném kněžství**, (…) jsou posvěceni, aby přiváděli Boží lid k živým pramenům modlitby. (…) Četní **řeholníci** zasvětili celý svůj život modlitbě. (…) **Katecheze** dětí, mládeže i dospělých je zaměřena na to, aby rozjímali o Božím slově v osobní modlitbě (…). **Modlitební skupiny**, stejně jako „**školy modlitby**“, jsou dnes jedním ze znamení a jedním z podnětů obnovy modlitby v církvi (…). Snaha o **společenství** je znamením pravé modlitby v církvi. Duch svatý dává některým věřícím dary moudrosti, víry a rozlišování s ohledem na obecné dobro, kterým je modlitba (**duchovní vedení**). (…) „Je nutné, aby duchovní vůdce byl nejen učený a rozvážný, ale i zkušený“ (sv. Jan od Kříže).

Nakonec si prober své potřeba a možnosti, kde a jak bys mohla využívat pomoci různých „služebníků modlitby“. Který ze světců by se mohl stát „nebeským průvodcem“ tvé modlitby? Která z kvalitních knížek o modlitbě by ti mohla pomoci na další cestě? S kým se o tom poradíš? Která z dnešních křesťanských spiritualit ti je blízká a mohla by přispět k obohacení tvé modlitby? Jak prožíváš modlitbu ve své „domácí církvi“, v rodině? Co by se mohlo změnit ve vašem rodinném rytmu, aby se modlitba (jak osobní, tak – žiješ-li ve věřící rodině – i společná) lépe „vešla“ do vašeho životního stylu? Pokud nemáš nějakou stálou modlitební skupinu či jiný druh malého společenství, které možnosti kolem sebe vidíš, aby se to změnilo? A jak je to s tvým duchovním vedením? Máš k dispozici někoho zkušenějšího, s kým čas od času mluvíš o své cestě modlitby? Pokud ne, porozhlédni se ve svém okolí, poptej se zkušenějších po možnostech a zkus někoho takového požádat o pravidelné duchovní doprovázení.

„Druhý stupeň“ školy modlitby

Pokud ti absolvování tohoto „prvního stupně“ školy modlitby prospělo a rád bys byl podobným způsobem doprovázen ještě po pár kroků dále, zvaž, zda by pro tebe nebylo na místě připojit se k nějakému stálému modlitebnímu společenství, ve kterém bys mohl i nadále prožívat všechny nezbytné rozměry života Kristova učedníka: společnou modlitbu, dělení se o Boží slovo, bratrské a sesterské vztahy i podporu pro osobní či společnou službu evangeliu.

V takovémto společenství je pak možné zorganizovat „druhý stupeň“ školy modlitby, který by tě s pomocí průvodců a služebníků modlitby z bohaté tradice církve mohl doprovodit i k dalším rozměrům vnitřní modlitby: ukázal by ti zákonitosti či etapy zrání modlitby, různé podoby či polohy modlitby (ústní, rozjímavá, afektivní, kontemplativní), nabídnul některé opory v zápase o modlitbu v dobách pokušení, vyprahlosti a vnitřní pouště a vše by bylo završeno ve společném odkrývání bohatství Modlitby Páně.

PODNĚTY K „LECTIO DIVINA“

Podle následujících podnětů si můžeš uspořádat každodenní třicetiminutovou chvíli modlitby. Pokud by ti to lépe vyhovovalo, rozděl si čas na dvě části a zkus třeba první dva kroky prožít při ranní patnáctiminutovce a další dva kroky při druhé večerní.

1. ČTI připravený text připravenými ústy (LECTIO – četba – „ústa“)

K četbě je vhodné se nejprve dobře připravit, otevřít se Duchu Božímu a pak číst vlastní biblický úryvek. Zde je důležité:

- příprava (před modlitbou si projdi téma dne, příp. doplňkové a katechismové texty)
- doba a místo (stálost a pravidelnost, nastav si budíka na závěr modlitby)
- úvodní prosba („Pane, nauč mě modlit se! Duchu svatý, otevři mé srdce!“)
- vlastní četba (pomalu, slovo za slovem, čti Boží slovo na den z rámečku či z Bible)

2. HLEDEJ smysl textu svým rozumem (MEDITATIO – rozjímání – „rozum“)

Zde se můžeš použít nejrůznějšími přístupy k rozjímání. Z nich ti pomůže především:

- číst úvodní komentář (přečti si komentář ke dni uvedený pod rámečkem)
- přežvykovat slova (slova, která se tě z Písma dotýkají, si opakuj a prodlévej u nich)
- slyšet jediné Slovo (za všemi slovy vnímej jediné Slovo – Ježíše Krista)
- vztáhnout na sebe (co chce Ježíš tímto textem říci tobě osobně dnes a tady)

3. ODPOVĚZ Bohu z hloubky svého srdce (ORATIO – modlitba – „srdce“)

Boží slovo, jehož poselství se ti nově otevřelo, volá po odpovědi rozumu, ale i srdce. Při modlitbě má být zapojen celý člověk, ve všech svých dimenzích. Zde je dobré:

- vnímat své srdce (vnímej, jaké ve tvém nitru vznikají pocity, a respektuj je)
- přinést srdce před Boha (svěř toto vše vlastními slovy Bohu jako příteli)
- odpovědět na Boží slovo (zde ti může posloužit uvedený podnět k modlitbě)
- modlit se tvořivě (modli se i skrze své vnější postoje těla, zpěv, tanec apod.)

4. SPOČÍVEJ v Bohu celou bytostí (CONTEMPLATIO – spočinutí – „celá bytost“)

Pán tě může v modlitbě milujícím způsobem držet ve své blízkosti. Většinou této hlubší modlitby dosáhneme až po delší době, ale může být darovaná i velmi brzy a může se prolínat s ostatními fázemi modlitby. Zde je důležité vnímat:

- zjednodušení (láska nemusí příliš povídat, nakonec jí stačí pouhé „ty“)
- spočinutí v Božím srdci (spočiň v tichu, vyhřívej se na slunci Boží lásky)
- podpora kontemplace (opakování střelné modlitby, růženec, prosté ticho)
- vytrvalost (vytrvalost v modlitbě připravuje cestu daru hlubší kontemplace)

5. ŽIJ přijaté Boží slovo během dne (OPERATIO – konání – „ruce a nohy“)

Boží slovo prožité v tichu modlitby volá po „vtělení“ do všedního života, např. skrze:

- poznámky (důležitá oslovení si poznamenej a během dne se k nim vracej)
- slovo na cestu (prožité Boží slovo si vezmi s sebou do všedního dne)
- ovoce života (z pochopeného slova žij, což tě povede k dalšímu pochopení)
- sdílení slova (při setkání v malé skupině se o prožité poděl s přáteli)

MAGNIFICAT PODLE LITURGICKÉHO PŘEKLADU

Lk 1,46-55

Velebí *
má duše Hospodina
a můj duch jásá v Bohu, mém spasiteli, *
neboť shlédl na svou nepatrnou služebnici.
Od této chvíle mě budou blahoslavit *
všechna pokolení,
že mi učinil veliké věci ten, který je mocný. *
Jeho jméno je svaté.
A jeho milosrdenství trvá od pokolení do pokolení *
k těm, kdo se ho bojí.
Mocně zasáhl svým ramenem, *
rozptýlil ty, kdo v srdci smýšlejí pyšně.
Mocné sesadil z trůnu *
a ponížené povýšil,
hladové nasytil dobrými věcmi *
a bohaté propustil s prázdnou.
Ujal se svého služebníka Izraele, *
pamatoval na své milosrdenství,
jak slíbil našim předkům, *
Abrahámovi a jeho potomkům navěky.
Sláva Otci i Synu *
i Duchu svatému,
jako byla na počátku, i nyní i vždycky *
a na věky věků. Amen.



Četba (lectio) hledá slast blaženého života,
rozjímání (meditatio) ji nalézá,
modlitba (oratio) o ni žádá,
spočinutí (contemplatio) ji zakouší.

br. Guigo, Scala paradisi