

Co přispívá k modlitbě

Předpoklady:

1. Touha
2. Poznání, že nás povolal Bůh
3. Pochopení, že jsme partnery ve vztahu (takže nebudeme chápat modlitbu jako magický prostředek – čím častěji se modlíme, tím to bude užitečnější; a také se nebudeme modlit jen svými ústy (srov Mt 6,7)).

Vnitřní postoje:

1. Odhodlanost („netlačit na pilu“ – nemůžu modlitbu a vztah „udělat“, ale musíme být ochotni s Bohem žít a spolehnout se na něj). V pokročilé formě: odevzdanost (z vlastní vůle se odevzdávám do Jeho vůle)
2. Vytrvalost (přítel a přátelství potřebuje společně strávený čas, jinak nemůže růst)
3. Věrnost (přijdou vyprahlé a těžké časy; když zůstaneme věrní, zažijeme i časy prozářené štěstím.

Vnější pomůcky:

1. Pevně vyhrazený čas
2. Tichý prostor (vejdi do svého pokojíku, zavři za sebou dveře a modli se; viz Mt 6,6)
3. Pomůcky ke ztišení (kříž, na který se dívám; obraz; svíce...)

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden předpoklad modlitby je moje **touha**. Musím se sám chtít modlit, dostat se s Bohem do kontaktu. Nestačí, když to po mně chce jen moje okolí.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden předpoklad modlitby je **poznání, že Bůh nás volal**. První iniciativa k modlitbě není moje. Bůh chce s námi komunikovat a plný lásky nás čeká. Když tento předpoklad chybí, mohl bych si myslet, že modlitbu „dělám sám“. (Srov. „Ne že my jsme milovali Boha, ale že on si zamiloval nás“; 1 Jan 4,10, a dále také: „Vždyť ani nevíme, oč se máme vlastně modlit. A tu sám Duch se za nás přimlouvá vzdechy, které nelze vyjádřit“; Řím 8,26.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden předpoklad k modlitbě je, že **chápu, že jsem partner ve vztahu**. Jsem sice na jiné úrovni než Bůh, ale vím, jak jsem pro Boha důležitý. Nechápu modlitbu jako něco magického, že by působila sama o sobě bez vnitřní účasti, nebo že by byla tím užitečnější, čím více říkám slov (Srov. Mt 6,7: „Při modlitbě pak nemluvte naprázdno jako pohané, oni si myslí, že budou vyslyšeni pro množství svých slov.“)

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden vnitřní postoj při modlitbě je **odhodlanost**. Je podobný touze jako předpokladu k modlitbě: Musím se chtít modlit. Při odhodlanosti jde o to, abych počítal s tím, že modlitba nebude vždy jednoduchá. Zároveň jsem ochotný se víc a víc na Boha spolehnout a růst do života s ním. Rozhoduji se pro Boha.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden vnitřní postoj při modlitbě je **vytrvalost**. Stejně jako potřebuji s dobrým přítelem trávit určitý čas, potřebuji trávit čas i s Bohem. Jinak náš vztah nemůže růst. Dva/tři pokusy s modlitbou nestačí, je třeba vytrvalost.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jeden vnitřní postoj při modlitbě je **věrnost**. V modlitbě přijdou i těžké a vyprahlé časy, kdy budeme mít pocit, že modlitba nic nepřináší. Můžeme to srovnat se zimou v přírodě. Když teď nezůstanu věrný, nezažiju jaro, tedy časy prozářené štěstím z Boží přítomnosti. Také v lidském přátelství známe zkušenost, že věrnost prokázaná v těžkých časech povznese přátelství na vyšší úroveň.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jedna důležitá vnější pomůcka k modlitbě je **pevně vyhrazený čas**. Když si naplánuji v denním režimu určitý čas, který si vyhradím jen pro Boha a sebe, budu ho mít i zítra a příští týden. Nepropadnu nebezpečí, že bych modlitbu vynechal z nedostatku času.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Jedna velmi důležitá vnější pomůcka k modlitbě je **tichý prostor** (Srov. Mt 6,6: „Vejdí do svého pokojíku, zavři za sebou dveře a modli se.“ To je prostor, kde se cítím nepozorován a kde mě neruší dojmy zvenku. Pro někoho to může být kostel, nebo místo v přírodě, ideálně je to tichý prostor, kde jsem sám.

Přečti si následující tvrzení, přemýšlej o něm, a vysvětli ho ostatním vlastními slovy (také s čím (ne)souhlasíš a proč):

Užitečné pomůcky k modlitbě mohou být i **kříž**, na který se dívám při modlitbě a který mi pomáhá se soustředit, **obraz** nebo **svíce**.