

Meditácia týždňa

Ponuka evanjeliovej kontemplácie podľa Lectio divina

SEDEMŇASTA NEDEĽA rok C

24. júla 2022

I. Lectio:

S vierou a pozorne čítaj svätý text, ako keby ho práve tebe diktoval Duch Svätý.

Raz sa Ježiš na ktoromsi mieste modlil. Keď skončil, povedal mu jeden z jeho učeníkov: „Pane, nauč nás modliť sa, ako Ján naučil svojich učeníkov.”

Lk 11, 1 – 3

II. Meditatio:

Snaž sa dôkladne pochopiť text. Pýtaj sa: „Čo mi tým chce Boh povedať?“

Zbožný Žid sa modlil sedemkrát denne. Pravdepodobne aj Pán Ježiš ako zbožný Žid zachovával toto pravidlo a iste sa modlil aj viac. Modlil sa každý deň, intenzívne a systematicky. Prostredníctvom modlitby žil akoby v neustálom kontakte so svojim Otcom.

Ako často sa ja modlím? Modlím sa vôbec? Modlím sa každodenne a systematicky? Začínam a končím svoj deň modlitbou, rozhovorom s Bohom? Pamätám na modlitbu aj počas dňa, aj keď to je len strelná modlitba, úprimný vzdych? Záleží mi nielen na kvantite mojej modlitby, ale aj na jej kvalite? Pripravujem sa na modlitbu, stíšim sa, nájdem si na ňu správne miesto a čas? Nenechávam si ju v hierarchii hodnôt len na koniec dňa, či sa ju snažím vtlačiť len medzi sledované televízne seriály a reklamy? Spomedzi mnohých každodenných rozhovorov, rozhovor s Pánom Bohom je pre mňa number one (číslo jeden)?

V Ježišovej modlitbe muselo byť niečo zvláštne, jedinečné, že po nejakom čase pozorovania jeden z dvanástich, v mene celej skupiny, poprosil Pána, aby ich naučil, možno ani nie tak modliť sa, ale modliť sa tak, ako On. Požiadal, aby ich naučil takú modlitbu, ktorá by bola ich vlastná, originálna, typická pre Ježišových učeníkov. Takú osobitú modlitbu mali aj Jánovi učeníci.

Medzi mnohými prosbami, ktoré predkladám Pánovi Ježišovi, nájde sa aj prosba o dar modlitby? Keď prosím o dar modlitby, nezanedbávam ani náuku o modlitbe? Cvičím sa v nej, zdokonaľujem, spoznávam jej mnohé metódy a druhy, čítam o nej múdre knihy, radím sa s duchovnými majstrami, ľuďmi, ktorí sú pokročilí v praktizovaní modlitby? Uvedomujem si, že najlepší spôsob, ako je naučiť modliť sa, je praktizovať modlitbu? Moje srdce pozná, akú obrovskú hodnotu má modlitba v živote veriaceho? Uvedomujem si, že bez modlitby Boží život, život viery, vo mne začne odumierať?

V modlitbe zverím Pánu Bohu tých, ktorí počas dovolení a prázdnin odpočívajú, ako aj tých, ktorí im slúžia. Budem prosiť za mier vo svete, na Ukrajine, v srdciach ľudí. Prosím o vytrvalosť v modlitbe, o návrat k modlitbe pre tých, ktorí ju zanechali, opustili a rezignovali z nej.

III. Oratio:

Teraz ty rozprávaj Bohu. Otvor si srdce pred Bohom, aby si mu mohol hovoriť o pocitoch, ktoré v tebe vzbudzuje slovo. Modli sa jednoducho a spontánne – slovami, ktoré sú plodom skoršej „lectio“ a „meditatio“. Umožni Bohu, aby mohol vstúpiť do srdca a prihovárať sa mu vo vlastnom srdci. Započúvaj sa do pohnutí vlastného srdca. Vyjadruj ich jasne pred Bohom: oslavuj ho, ďakuj mu, pros ho.

Môže ti pri tom pomôcť i modlitba žalmu:

*Zachráni ma tvoja pravica.
Pán za mňa dielo dokončí.
Pane, tvoje milosrdenstvo je večné;
neopušť dielo svojich rúk.*

Ž 138, 6 – 8

IV. Contemplatio:

Zotrvaj pred Bohom celým sebou. Modli sa prítomnosťou. Zotrvaj pri Bohu. Kontemplácia je časom vdychovania Ducha, nasýtenia sa Bohom a to všetko bez slov. Je to hodina prijatia Slova.

Opakuj v rôznych okamihoch dňa:

Chcem ťa, Pane, oslavovať celým srdcom.

spracoval: ks. Ryszard Stankiewicz SDS

(Centrum Formacji Duchowej)

Zdroj: <http://www.katolik.pl/index1.php?st=cale&typ=medytacja> (22.7.2022)

Preložil: F. Kubík, SDB