

Modlitební karta

Křesťanská modlitba je rozhovor s Bohem, Ježíšem Kristem. Modlitba spojuje náš lidský svět s duchovním. Zveme Boha, aby vstoupil do našeho života. Tím obyčejné věci dostávají duchovní význam a my se učíme na vše se dívat Božíma očima.

Modlitební karta nám připomíná, že s Bohem můžeme a máme mluvit kdykoliv a o všem. V peněžence vedle platebních karet a vedle občanky je připomenutím, že to nejcennější je pro nás Boží blízkost a na prvním místě jsme Božími dětmi. Kéž modlitební kartu vytáhneme za den častěji než všechny ty ostatní.

Krátké otázky mohou napovědět, o čem s Bohem mluvit: Zamyslet se nad přítomnou chvílí, ohlédnout se zpátky nebo plánovat budoucnost. To vše s Bohem, v rozhovoru s Ježíšem Kristem. Symbol kříže a monogram JK nám připomíná, s kým mluvíme, kdo nám naslouchá a komu máme naslouchat my.

Přítomnost: Mluvme s Bohem o všem. Řekněme Mu všechno, co děláme, vše co říkáme, všechny své myšlenky, všechny své pocity, obavy i touhy.

Co dělám. Na první pohled jednoduchá věc, ale neškodí si odpověď jasně a konkrétně zformulovat. Přidat oslovení: „Pane a Bože, Ježíši Kriste, já teď...“ Automaticky naskočí další otázky: Proč? K čemu? Je to dobře nebo zle? Jak se to líbí Tobě, Kriste?

Co se děje. Také je dobré říct Bohu, co se děje kolem mne. Čeho jsem součástí? Co mne ovlivňuje a co často nemohu změnit. V čem je to k dobrému, v čem mi to škodí? Jak se mám postavit k věcem a lidem kolem sebe?

O čem přemýšlím. Stále se nám hlavou honí různé myšlenky. Je důležité říct Bohu zvláště ty, které se nám opakovaně vrací. To, čemu věnujeme nejvíce času. Nebo i chvilkové nápady a postřehy. V rozhovoru s Ježíšem si utřídíme, které myšlenky jsou k dobrému a které ne. Co má smysl rozvíjet a nad čím je naopak lépe nepřemýšlet. Možná přemýšlíme o druhých lidech. Když o nich začneme mluvit s Kristem, tak lépe poznáme, co je správná myšlenka na druhé a co není dobré. Často nás to přímo povede k modlitbě za druhé.

Co říkám. Často mluvíme automaticky a bez velkého přemýšlení. Když bychom měli vydat Bohu účet z našich slov, tak se asi zarazíme. Mluvím k dobrému? Neškodím? Je to pravda nebo věci překrucuji a říkám polopravdy? Nemluvíím zbytečně ve zlém o druhých? O čem bych naopak měl mluvit a mlčím?

Co cítím. Přestože většinou nemůžeme za své pocity, měli bychom také o nich s Bohem mluvit. Získat jakýsi odstup či nadhled. Přemýšlet, z čeho naše pocity a emoce vznikají a k čemu nás vedou. Často pak svou náladu a pocity odevzdáváme do Ježíšových rukou s prosbou, aby on uzdravil naše srdce.

Co potřebuji. Jednoduše Kristu řekněme, co potřebujeme. Od maličkostí až po věci velké. Co konkrétně potřebuji právě teď? Možná bude následovat prosba o Boží pomoc nebo naopak poznání, že tato konkrétní věc vlastně vůbec není pro můj život podstatná.

Čeho se bojím. Pojmenujme své obavy. Někdy už díky tomu se strach vytratí, když nám dojde jeho malichernost. Jindy pochopíme, že musíme udělat konkrétní rozhodnutí či jednání. Často hned následuje prosba o Boží pomoc a ochranu pro nás nebo naše blízké.

Co si přeji. Máme v srdci různé touhy. Některé jsou dobré a povzbuzují nás. Jiné přinášejí neklid a zármutek. Také o tom je důležité s Bohem mluvit. Ježíš sice vidí do našeho srdce, ale chce všechno slyšet přímo od nás.

Ohlédnutí: Zpytování svědomí je dobré rozšířit také na dobré věci a nepřemýšlet jen o svém jednání, ale o všem, co jsme prožili.

Co dobrého jsem udělal já? Radujme se a budme hrdí na vše dobré, co se nám podařilo. Možná jsou to maličkosti, možná toho zlého bylo víc, ale to dobré zůstává. Pýše se vyhneme, když si uvědomíme, že to dobré jsme byli schopni udělat díky svým vlastnostem a schopnostem, které nám Bůh dal. Také tato otázka nás má vést k radosti a dále k vděčnosti Bohu samému.

Co dobrého jsem dostal od druhých lidí? Čím mne potěšili? Jak mi pomohli? Často bereme jako samozřejmé, co druzí udělali pro nás. Často si toho dobrého ani nevšimneme. Uvědomme si to všechno a děkujme Bohu i druhým. Přemýšlejme, jestli někomu nedlužíme poděkování. Nebo si naplánujme, jak se odvděčíme, jak my pomůžeme jim. Pomodleme se za ně.

Co dobrého mne potkalo? Z čeho jsem měl radost? Když se pozorně podíváme, tak jistě najdeme mnoho dobrého, mnoho důvodů k radosti. Kéž by nám nepříjemnosti, bolesti či hříchy nezastřely pohled na to, co je v našich životech dobré. Naplnění vděčností a ujištění o Boží dobrotě budeme mít sílu unést také věci těžké a zlé.

Co špatného jsem udělal já? Přiznejme si své hříchy a chyby. Jasně a konkrétně. Uvažujme dál. Musím se někomu omluvit? Musím něco napravit a jak? Prosme Ježíše Krista o odpuštění. Prosme Krista, aby napravit to, co my spravit nedokážeme.

Co špatného mi udělali druzí lidé? Čím mi ublížili nebo ukřivdili? Co mne zabilelo? Přiznejme si také to, že jsme křehcí a zranitelní a druzí nám snadno ublíží. Často je to nechtěně, nedorozumění či hloupá shoda okolností. Někdy bohužel i úmyslně a cíleně. Prosme Ježíše o sílu odpustit, o moudrost, jak se k situaci postavit. O dar unést křivdu. A schopnost předat vše Kristu do rukou.

Co špatné se mi stalo? Co mne zarmoutilo? Prosme o sílu nezatrpnout, nebýt naštvaní na celý svět, nepodlehnutí beznaději. Sílu jít dál.

Rozhodování: Mluvme s Kristem o své budoucnosti. Co chceme udělat.

Ptejme se ho na věci a situace, ve kterých se rozhodujeme.

Kdo je to? Nejdřív si uvědomme, před kým stojíme. Ježíš Kristus je nejen člověk, který rozumí všemu lidskému, ale je to samotný Bůh, který je pravda. Kristus nás vykoupil svou smrtí na kříži a jistě také v této chvíli pro nás chce to nejlepší. On moudře ví, co potřebujeme, co dokážeme, co je to nejsprávnější. Začněme chvílí klanění a chvílí chvály před Bohem samotným, Ježíšem Kristem, naším Spasitelem. S úctou a bázni přemýšlejme:

Co by mi řekl? Víme, jak v Bibli Ježíš odpovídá na řadu otázek, mluví s apoštoly, s nemocnými a mnoha dalšími. Známe Kristovy rady a kázání. Proto si můžeme troufnout přemýšlet: „Kdyby teď Ježíš Kristus stál tady přede mnou, co by mi řekl k mé situaci a k tomuto mému rozhodování?“ Když se s upřeným pohledem na kříž a s opravdovou ochotou Kristu naslouchat zeptáme: „Co mi chceš říct, Pane?“, tak často uvnitř zaslechneme či ucítíme Ježíšovu odpověď. Někdy nás to až překvapí.

Co bych se zeptal? Kdyby teď Ježíš stál vedle mne a já bych měl možnost mu položit jednu otázku, na co bych se zeptal? Když se nám podaří jasně a konkrétně zformulovat svůj problém, svou otázku, často jako bychom hned věděli, co by nám Ježíš řekl. Když se například zeptám Krista: „Pane, mám odpustit svému bratru?“, tak je odpověď zcela jasná. Uvědomíme si, že otázkou není, jestli odpustit, ale spíše jak a kde k tomu vzít sílu.

Co by na mém místě udělal? Díky evangeliím můžeme Ježíše dobře poznat. Dokážeme si představit, co by asi udělal On, kdyby byl na našem místě. Možná si pak řekneme: „To já ale nedokážu.“ Přesto nám představa, co by udělal Kristus, pomáhá jasně poznat, co je správné a o co se snažit. Často jsme příliš ponořeni do svého přemýšlení a upřeně se díváme na situace jen ze svého pohledu. Pokusit se podívat na věci Ježíšovým očima nám může pomoci osvobodit se z bludného kruhu svých představ. Uvidět věci nově.

Karta jako připomenutí modlitby a Boží přítomnosti

Když máme tuto kartu v peněžence, může nám při vytahování platebních karet připomenout, co je v našem životě to nejcennější. A jak relativní je hodnota peněz, věcí a majetku. Štěstí si nelze koupit. Štěstí je vědomí a zkušenost, že Bůh je se mnou stále. Bůh je můj přítel. Když sáhne po osobních dokladech, může nám karta připomenout, kdo jsme. Jsme Boží přátelé, jsme Boží děti. Na prvním místě jsem Kristův, jsem křesťan.

Kartu můžeme nechat ležet na nočním stolku či na pracovním stole. Třeba ji položit na hromadu pracovních úkolů, abychom po ní museli sáhnout na začátku každé práce. Nebo položit na zrcadlo, abychom ji uviděli hned ráno po probuzení. Nebo ji položit na televizní ovladač, abychom vždy zvážili, jak nejlépe využít svůj čas. Když kartu vezmeme do ruky, stačí začít s Ježíšem mluvit třeba i jen o jediné otázce. O svém životě a s Ním.

Vydala Římskokatolická farnost Přerov: www.farnostprerov.cz

Své vlastní dobré zkušenosti a nápady s modlitební kartou nám můžete poslat na e-mail: posta@farnostprerov.cz Viz také: www.pavelhofirek.cz/karta