

MODLITBA CHVÁLY

(ztiš se a pomodli se jí z co největší hloubky srdce a s velkou vroucností)

Klaním se před Těbou Trojjediný, Nekonečný, Věčný Bože, Otče, Synu a Duchu Svatý. Chválím Tě z celého srdce za Tvou nekonečnou dobrotu a moudrost, která se nám zjevuje jak z úžasných zákonů pohybu planet v nekonečném vesmíru, tak stejně i ze života nejnepatrnějších tvorů kolem nás. Bože, jak jsi hoden mé nejúprimnější chvály a úžasu za celý ten velký dar všeho stvořeného. Jak jsi velký.

Ještě více Tě chci, Bože, chválit a klanět se Ti za to, že ses stal skrze svého Syna Ježíše Krista člověkem pro naši záchranu. Žasnu nad vykoupením nás hříšných lidí. Jak úžasný prostor obnovy života jsi vytvořil ve Zmrtvýchvstání Krista. Děkuji, že dílo vykoupení je již dva tisíce let skrze Církev tajemně přítomno mezi námi. Klaním se Ti za to, že mohu dělat stále znovu a znovu první kroky do prostoru obnoveného života vytvořeného zmrtvýchvstalým Kristem, prostoru nového stvoření, které je větší než viditelný vesmír kolem nás.

Žasnu, Bože, a nesmírně Tě chválím za pramen nového života, který vyvěrá ze křtu, svátosti smíření, svatého přijímání, mše svaté, biřmování a dalších velkých darů Tvé lásky. Jak úžasný proud Tvé milosti neustále skrytě proudí z Tebe do našeho srdce.

Odpusť, Bože, že jsem Tě doposud v životě tak málo chválil a spíše jsem prosil o bezpodstatné úzce sobecké pozemské věci. Více jsem byl v modlitbě u sebe, než abych spočinul chválou v Tobě a byl Těbou uchvácen.

Bože, chválím Tě, klaním se Ti, žasnu nad Těbou a Tvou velikostí, dobrotou, milosrdenstvím, nad Tvým vykoupením. Chci žasnout znovu a znovu a prožívat radost z Tebe.

Sláva Otci i Synu i Duchu Svatému - jako byla na počátku, i nyní, i vždycky - až na věky věků - AMEN.

Předsevzetí ze svátosti smíření:

1. Každé ráno meditace 20 minut, osobní rozhovor s Kristem
2. Během celého dne krátké střílné modlitby (10 - 15x za den), např. Pane Ježíši, nabízím Ti tuto práci za..., nebo Ježíši veď mě...
3. Drobné sebezápory - např. máme chuť pít, tak odložíme pití o pět minut, nebo potkáme nesympatického člověka, tak ihned Ježíše poprosíme, abychom ho v nitru klidně snášeli. Každý pátek (pokud není církevní slavnost, např. Nanebevzetí Panny Marie) musí být sebezápor od 14 let věku (církevní zákon)
4. Každý večer při modlitbě zkontrolujeme, jak jsme splnili body 1., 2. a 3.

Tento text položit doma tak, abychom jej viděli hned ráno i za několik měsíců ode dne, kdy jsme předsevzetí začali plnit, abychom je nezapomněli.

