

# SEDM MODLITEBNÍCH ZASTAVENÍ BĚHEM DNE

Boží slovo říká: „*Sedmkrát za den...*“ (Ž 119,164). Starozákonní i novozákonní církevní tradice zachovávala denní modlitební rytmus. Tento rytmus dodržoval sv. Pavel i apoštolé. Podobně sv. Bazil zdůraznil křesťanům potřebu modlitebních zastavení během dne. Bohužel, křesťané v dnešní době nezachovávají denní rytmus kontaktu s Bohem.

Po mnohých modlitbách a hledáních, jak aktualizovat církevní tradici do současné doby, předkládáme tento, už vyzkoušený, způsob modlitby. Je to modlitba při vstávání, v 9:00, 12:00, 15:00, 18:00, 21:00, při uléhání (tedy 7× za den). Co se máme modlit a proč?

+ *Ve jménu Otce i Syna i Ducha svatého. Amen.*

„*Effatha!*“ (Otevři se!) „*Já jsem svévolník. Já jsem hedonista. Já jsem sudič.*“

„*Marana tha!*“ (Přiď, Pane!) „*Ježíši, Ježíši, Ježíši, smiluj se nade mnou!*“ (5x)

„*Šéma (Slyš), Izraeli, miluj Boha! Ježíši, Bože můj, miluji Tě celým srdcem, celou duší a vši silou. Nyní ztrácím svou duši pro Tebe a pro evangelium.*“

Slovo života: ([citát z Písma](#) se mění jednou za 14 dní, citát se opakuje 3x)

„*Od této chvíle vše činím + ve jménu Otce i Syna i Ducha svatého.*“ (3x)

Proč se zastavovat sedmkrát? Číslo 7 je symbolické, ale je vhodné ho využít i prakticky. Boží slovo říká, že spravedlivý 7× za den zhřeší. Jde především o svévolnost, tedy že se člověk nezastavuje, aby si uvědomil Boží přítomnost,

ale jedná pouze podle svých citů a svého rozumu, které vždy nejsou ve shodě s vůlí Boží.

Hřích se u každého člověka projevuje svévolností, ale zároveň i hédonismem, tedy leností, hledáním příjemností, nestřídmostí v jídle, pití, v odpočinku a v závislostech – alkohol, drogy, nečistota. Další oblastí, v níž se projevuje hřích, je automatické kritizování a sudičství lidí i Boha. Každý člověk je ve své porušené přirozenosti svévolník, hedonista, sudič. Přiznat a uvědomit si tuto realitu je pro člověka bolestné, zvláště v konkrétních případech. Základní vztah k Bohu je postaven na pokání. To znamená přiznat si vinu před Bohem, prosit za odpuštění a přijmout je od Něj. Toto vše je vyjádřeno v krátké modlitbě, počínajíc znamením kříže – slovem effatha – otevři se i vyznáním: „*Já jsem svévolník, já jsem hédonista, já jsem sudič.*“ A pak obrácením se na svého Spasitele slovy: „*Marana tha – přiď, Pane!*“ (1.Kor 16,22) a vzýváním svatého jména Ježíš, v němž je naše spasení. Je vhodné v duchu stát pod křížem Kristovým a uvědomit si jeho pět ran, z nichž tekla krev na očištění mých hříchů.

Trojnásobným opakováním jména Ježíš člověk zintenzivňuje svou prosbu. Tato krátká modlitba je modlitbou dokonalé lítosti, kterou bude člověk v hodině smrti nejvíce potřebovat. Jde v podstatě jen o opakované zdůraznění jména Ježíš spojené s duchovním pohledem do Jeho pěti ran. „*Kdo bude vzývat jméno Hospodinovo, bude spasen*“ (Sk 2,21) To jméno je Ježíš, nebo aramejsky

Jehošua. Tento kratinký úsek modlitby je prvním krokem – vyjádřením, že Ježíš je můj Spasitel.

Druhým krokem je vyjádřeno, že Ježíš je můj Pán. Izraelité si několikrát za den (viz. Dt 6,9n) připomínali první a největší přikázání začínající výzvou: „*Šéma Izrael, miluj Hospodina svého Boha celým svým srdcem, celou svou duší a vši silou.*“ K tomu jim sloužil nápis nad dveřmi domu, náramek na ruce i čelenka. (*Pokud se člověk modlí sám, pak místo oslovení „Izrael“, klade své jméno. Pokud se modlí společenství, zůstává výzva: „Šéma Izrael“, to znamená – „Slyš, Boží bojovníku!“*) V čem je pravá podstata lásky k Bohu? Ježíš ji vyjadřuje podmínkou: „... *kdo ztratí svou duši pro Mě a pro evangelium...*“ (Mk 8,35, srov. Lk 14,33) Prakticky to znamená, že člověk se ve víře zastaví před Bohem, dá Mu všechny své starosti a strachy a plně důvěřuje v Boží všemohoucnost a v Boží lásku. Je to praktický nácvik šťastného momentu smrti, vyjádřeného Ježíšovými slovy: „*Otče, do tvých rukou odevzdávám svého ducha.*“ (Lk 23,46) Prostě v této modlitbě jde o radikálnost, úplné dání se Bohu. Jestliže největší přikázání je milovat Boha, je třeba, aby každý křesťan věděl, co to je, aby s tím měl konkrétní zkušenost a snažil se nejenom dokonalou lítost, ale i dokonalou lásku realizovat aspoň sedmkrát za den.

Třetím krokem je opakování jednoho verše z Písma svatého. Tento verš křesťan opakuje za den  $7 \times 3 = 21$  krát, a to činí po dobu dvou týdnů. V Bibli je sedmý den posvátný. V křesťanství je spojen s Kristovým vzkříšením a sesláním Ducha svatého. V Písmu je uveden

rytmus sedmi let, končící sabatickým rokem. Tento rytmus sedmi let je využit i při opakování Božího slova. Za tuto dobu se věřící naučí a vtěluje 182 veršů. Po sedmi letech se znovu vrátí k prvním citátům a pak pokračuje dál. Je to rytmus cyklů s liturgickým čtením. Rozdíl je v tom, že se zde Boží slovo neopakuje co tři roky, ale co sedm let. Verš z Písma má být nejprve ve společenství věřících rozebrán, pravdivě vysvětlen a vyjádřena jeho pravdivá podstata i osobní dopad, neboli vtělení do osobního života. Je třeba, aby v církvi bylo prorocké centrum – služebník věrný, který dává pokrm v pravý čas (srov. Mt 24,45). Toto centrum pravdivých Kristových svědků by jednou za 14 dní připravilo brožurku, v níž by předložilo konkrétní slovo života a výklad k němu. V žádném případě však nejde o nějaký takzvaně vědecký výklad v duchu ateistické kritické teologie (HKT). Jde o praktickou aplikaci do života, která musí vést k osobní zkušenosti každého věřícího.

Po dvou týdnech by se měl každý věřící v malé skupince sdílet, jak Duch svatý konkrétně k němu mluvil a vyjasňoval toto slovo. Tyto nejzákladnější citáty z Písma vedou duši především k očišťování a k osvobození z otroctví sebeklamu, lži i různých závislostí. Jde v podstatě o vtělování Božího slova skrze poslušnost víry, v němž je nám po Ježíši největším příkladem Jeho svatá Matka. V ní se Slovo stalo Tělem skrze poslušnost víry. (Lk 1,45)

Závěrečná věta celé modlitby „*Od této chvíle vše činím ...*“ je vzbuzením úmyslu na úsek dalších tří hodin během dne všechno činit ve jménu Trojjediného Boha.