

# TÉMA 7: DÔVERNÝ VZŤAH S BOHOM: DISCIPLÍNA V MODLITBE

## Prehľad témy

Kvôli dielu Pána Ježiša Krista, ty aj ja máme dokonalý prístup k Bohu – kedykoľvek a kdekoľvek. Neprichádzame k Bohu len ako jeho sluhovia, ale tiež ako jeho deti. On, náš Otec, nás rád prijíma do svojej blízkosti. Aká je to príležitosť!

V tejto téme budeme:

- Objavovať význam a dopad pravej biblickej modlitby.
- Rozoberať niektoré bežné prekážky modlitebného života a to, čo nám môže pomôcť v modlitebnom živote.
- Vypracujeme si modlitebný plán, ktorý nám pomôže efektívnejšie sa modliť.

## Pochopenie témy

*„Vytrvajte v modlitbe, bďte pri nej a vzdávajúte vďaky.“ – Kolosanom 4:2*

Hoci je modlitba všeobecnou náboženskou skúsenosťou, je ťažké ju definovať alebo popísať tak, aby sme obsiahli všetky jej stránky. Hoci by modlitba mala byť bežná, mnohí ľudia majú problémy pravidelne sa modliť. Prečo? Pozrite sa na svoj modlitebný život. Mení vaša modlitba váš postoj k Bohu? Dochádza k nejakej zmene? Akú úlohu zohráva modlitba v živote kresťana? Za aké veci by sme sa mali modliť? Existuje nejaký správny spôsob modlitby, ktorý je biblicky správny?

## Výroky

*(Výroky sú úryvky a citáty, ktoré vás majú priviesť k uvažovaniu o téme. Môžu a nemusia odrážať biblickú múdrosť).*

„Modlitba je úžasný spôsob, ako sa dostať do kontaktu so svojimi najhlbšími pocitmi a túžbami.“

„Modlitba pohne ruku, ktorá hýbe celým svetom.“

„Mali by sme sa modliť za veci, na ktorých nám záleží, ale nie za to, aby sme našli miesto na parkovanie či vyhrali futbalový zápas.“

„Čím menej slov, tým lepšia modlitba.“ – Martin Luther

„Modlitba nezmení Boha, ale zmení toho, kto sa modlí.“ – Soren Kierkegaard

„V Božom kráľovstve sa nič významné nestane bez verných modlitieb jeho ľudí.“

„Mali by ste sa modliť každé ráno keď sa zobudíte, pred každým jedlom a každý večer pred spaním.“

„Sám sa viem modliť, ale nie nahlas pred ľuďmi. Naozaj neviem prečo.“

## Príklad zo života

### **Drahá zbožná Sue,**

*potrebujem odpovede na niektoré otázky. Zvykla som sa stále modliť, ale v poslednej dobe som to vzdala. V skutočnosti som sa už dva mesiace vôbec nemodlila. Zdá sa mi, že to nemá žiadny zmysel. Viem, že by som sa „mala“ modliť, ale takáto motivácia mi už viac nestačí.*

*Pamätám si, ako mojej sestre zistili rakovinu. Toľko sme sa za ňu modlili! Vlastne sme ju zapísali na modlitebný zoznam nášho zboru a dokonca ju navštívili starší a modlili sa za ňu jeden večer viac než dve hodiny. Potom zomrela a zanechala muža, ktorý sa musel starať o dvoch chlapcov! Čo sa stalo so všetkými našimi modlitbami? Počul nás Boh? Počúval naše modlitby? Ak áno, prečo na nich neodpovedal? Prečo dovolil, aby moji synovci vyrastali bez matky?*

Nemodliaca sa a Bezradná

Aká hlavná otázka alebo téma stojí pred nami?

## Štúdium Písma

### **Matúš 6:5-13**

*5 Keď sa modlíte, nebuďte ako pokrytci. Tí pri modlitbe radi stoja v synagógach a na rohoch námestí, aby urobili na ľudí dojem. Amen, hovorím vám: Už majú svoju odmenu. 6 Ale keď sa ty modlíš, vojdí do svojej izbičky, zavri za sebou dvere a modli sa k svojmu Otcovi, ktorý je v skrytosti. A tvoj Otec, ktorý vidí aj to, čo je skryté, ti odplatí. 7 Pri modlitbe nehovorte priveľa ako pohanovia, ktorí si myslia, že budú vypočutí pre svoju mnohovravnosť. 8 Nenapodobňujte ich teda! Veď váš Otec vie, čo potrebujete, skôr ako ho prosíte. 9 Vy sa teda modlite takto:*

*Otče náš, ktorý si na nebesiach, posväť sa meno tvoje, 10 príd' kráľovstvo tvoje, buď vôľa tvoja ako v nebi, tak i na zemi. 11 Chlieb náš každodenný daj nám dnes 12 a odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame svojim vinníkom. 13 A neuveď nás do pokušenia, ale zbav nás zlého.*

### **Efezanom 6:18-20**

*18 V každom čase v Duchu proste vo všetkých modlitbách a prosbách. Pritom vytrvalo bedlite a prihovárajte sa za všetkých svätých, 19 aj za mňa, aby mi bolo dané pravé slovo, kedykoľvek prehovorím; aby som smelo zvestoval tajomstvo evanjelia, 20 ktorého poslom som i v okovách, a slobodne ho ohlasoval, ako som povinný.*

Matúš 6 predstavuje prostrednú časť Ježišovho „Kázania na hore“, jeho najdlhšej kázne zaznamenananej v Biblii. Hovorí v nej o tom, ako sa spravodlivý človek chová v rôznych oblastiach života. Ježiš odmieta učenie farizejov, ktorí mali svoju

vlastnú verziu spravodlivého života. Dotýka sa pokrytectva farizejov, ktorí zdôrazňovali vonkajšie prejavy pobožnosti, ale nemali vnútorný charakter a úprimnosť, ktorá by zodpovedala ich vonkajšej zbožnosti. Keď sa Ježiš venuje téme modlitby, odmieta farizejský („pokrytecký“) spôsob modlitby a učí, ako sa treba modliť.

Apoštol Pavol má spolu s ostatnými apoštolmi Ježiša Krista rovnaký prístup k modlitbe ako Ježiš. Vo svojich epištolách často hovorí, ako sa modlí za cirkev a vyzýva ich, aby sa modlili za neho a ostatných. V liste Efezanom 6 Pavol hovorí o duchovnom boji a satanovom útoku na náš duchovný rast. Hovorí, že modlitba je základom pre to, aby sme mohli pevne stáť proti satanovi a rásť aj napriek jeho opozícii. Všimnite si slová a výrazy, ktorými Pavol popisuje, ako sa máme modliť, lebo nám pomôžu pochopiť, ako sa efektívnejšie modliť.

Ako sa podľa Ježiša v Matúš 6:5-8 NEMÁME modliť?

Pozrime sa na Ježišov príklad modlitby v Matúš 6:9-13. Aké prvky modlitby alebo typy modlitby tu nachádzame (napr. vyznávanie hriechu, prosby od Boha)?

Napište niektoré výrazy a slová, ktoré Pavol používa v Efezanom 6:18-20 na popis toho ako sa máme modliť.

Čím tieto pasáže prispievajú k nášmu lepšiemu pochopeniu modlitby?

Kolosanom 4:2-4

2Tesaloničanom 4:2-4

1Tesaloničanom 5:17

Jakub 5:16-18

## Nahliadnutie do iných zdrojov

„Disciplína v modlitbe“, R. Kent Hughes

Ôsma kapitola z knihy „*Disciplines of a Godly Man*“ Copyright © 1991.  
V origináli použité s dovolením Good News Publishers, Crossway Books,  
Wheaton, IL 60187. Všetky práva vyhradené.

## Disciplína v modlitbe

Z knihy „*Disciplines of a Godly Man*, R. Kent Hughes

**E**. M. Bounds povedal: „Keď anjel stíšenia odletel, anjel modlitby stratil svoje krídla a stala sa z neho deformovaná vec bez lásky.“<sup>1</sup> Naša predošlá štúdia bola o krídlach stíšenia (*meditácia, vyznávanie, uctievanie a podriadenie*). Teraz, keď sú krídla sformované a rozťahnuté, prichádzame k *prosbám* – čo je predkladanie našich žiadostí Bohu. Dúfam, že toto štúdium nás naučí a povzbudí k tomu, aby sme sa v živote vznášali na modlitbách prosieb, ktoré privolajú Božiu moc na naše životy a na cirkev.

Biblický kontext pre klasický text o prosebnej modlitbe môže byť sotva dramatickejší - je to vojak pripravujúci sa do boja. Pod kovovým pancierom silno bije jeho srdce. Pokojne a rozvážne si pripevňuje opasok so zbraňou, a vybíjanými topánkami šúcha po zemi ako futbalový hráč, aby si overil či sa nešmýkajú. Telo si opakovane kryje za veľký štít v očakávaní paľby. Podvedome natahuje ruku a upravuje si prilbu. Opatrne skúša ostrie svojho meča a znovu ho vsúva do pošvy.

Prichádza nepriateľ. Ozýva sa chladivé zvonenie tasených mečov. Bojovníci stoja nehybne a zadržávajú dych.

A potom veriaci vojak urobí tú najúžasnejšiu vec. Pokľakne na kolena v hlbokkej, obsiahlej prosiacej modlitbe – pretože poslúchol pokyny, aby urobil to, čo John Bunyan nazýva „Všomodlitbou“<sup>2</sup>. Sväté Písmo vykresľuje túto zbraň takto: „V každom čase v Duchu proste vo všetkých modlitbách a prosbách. Pritom vytrvalo bedlite a prihovárajte sa za všetkých svätých.“ (Efezanom 6:18).

Aby sme mohli plne okúsiť moc prosebnej modlitby, taká modlitba má mať päť prvkov.

### Modlitba v Duchu

„Modlite sa v Duchu...“ začína Pavol a ukazuje prvý element v prosbách -

modlitba v Duchu, alebo Duchom vedená modlitba. *Ako k takej modlitbe v Duchu dochádza?* Rimanom 8:26–27 nám výrečne hovorí:

„Tak aj Duch prichádza na pomoc našej slabosti. Veď nevieme ani to, za čo sa máme modliť. Ale sám Duch sa za nás prihovára nevysloviteľnými vzdychmi. Ale ten, čo skúma srdcia, pozná úmysel Ducha, lebo sa prihovára za svätých tak, ako chce Boh.“

Svätý Duch, ktorý v nás prebýva, sa prostredníctvom svojho najosobnejšieho poznania za nás modlí a pripája sa k nám v našej modlitbe, vnáša svoje modlitby do našich, takže sa „modlíme v Duchu.“  
V Júdovom liste 20 sme vyzývaní k tomu, aby sme pestovali a zažívali tento nádherný fenomén: „Ale vy, milovaní, budujte sami seba svojou presväťou vierou a modlite sa v Duchu Svätom.“ Modlenie sa v Duchu je Božia vôľa, a čo Boh chce, k tomu nás aj uschnopní, ak mu to dovolíme.

Dejú sa tu dve nadprirodzené veci: Po prvé, Duch Svätý nám hovorí, za čo sa máme modliť. Bez pomoci Ducha sú naše modlitby obmedzené našou intuíciou a pohnútkami. Ale s pomocou Ducha Svätého sme informovaní z neba. Keď očakávame pomoc Ducha, On k nám bude hovoriť cez svoje Slovo, ktoré vyjadruje Jeho zmysľanie ohľadom každej principiálnej záležitosti. Teda v Duchom usmerňovanej modlitbe budeme mať Božie myšlienky. Jeho túžby sa stanú našimi túžbami, Jeho motívy našimi motívmi, a Jeho závery našimi závermi.

Po ďalšie, On ukazuje nášmu srdcu, za ktoré veci sa modliť a dáva nám absolútne presvedčenie, že sú podľa Jeho vôle. Oswald Sanders, bývalý riaditeľ Zahranicnej misijnej spoločnosti (pôvodne Vnútročínska misia) ohľadom toho povedal:

**Svätý Duch, ktorý v nás prebýva, sa ... za nás modlí a pripája sa k nám v našej modlitbe...**

„Samotná skutočnosť, že Boh položí na naše srdce modlitebné bremeno a chce aby sme sa modlili, je viditeľným dôkazom toho, že nám chce dať aj odpoveď. Keď sa opýtali Georga Mullera z Bristolu, či skutočne verí, že dvaja muži, za ktorých sa modlil viac ako päťdesiat rokov sa obrátia, odpovedal: „Myslíte si, že by ma Boh nechal modliť sa toľko rokov, keby ich nechcel zachrániť? Obaja muži sa obrátili, jeden pred Mullerovou smrťou a druhý krátko po nej.“<sup>3</sup>

Takáto dôvera v modlitbe človeka nie je ničím neobvyklým. Ja som mal podobné presvedčenie ohľadom svojho brata, ktorý prišiel ku Kristovi potom, čo som sa za neho tridsať rokov modlil! Keď sa Boží ľud skutočne „modlí v Duchu“, prijme podobné usmernenie a presvedčenie nielen o ľuďoch, ale aj o udalostiach či projektoch, dokonca ohľadom celého národa.

Druhý úžitok „modlenia sa v Duchu“ je ten, že dodáva moc Svätého Ducha k modlitbe, do unavených a neužívajúcich ľudských tiel vlieva energiu a pozdvihuje skľúčencých k modlitbe s mocou a presvedčením o Božích skutkoch.

Muži a ženy, učte sa modliť v Duchu! Ako pomôcku som si na svoj modlitebný zoznam dal nadpis: „Modli sa v Duchu“, aby mi neustále pripomínal, že mám trpezlivo očakávať na Pána a prosiť Ducha, aby mi dával modlitby. Mój zoznam obsahuje mnohé dlhodobé prosby, o ktoré pravidelne prosím. Chcem však byť otvorený Duchu, aby on podľa svojej vôle prišiel a pravidelne menil môj modlitebný zoznam tak ako on chce.

John Bunyan hovorí:

„ Modlitba je úprimné, citlivé a láskyplné vylievanie svojho srdca a duše pred Bohom, skrze Krista, v moci a s pomocou Svätého Ducha, za také veci, ktoré Boh zasľúbil, alebo podľa Slova Božieho, pre dobro cirkvi, s podriadením sa vierou Božej vôli.“<sup>4</sup>

Učme sa modliť modlitbu v Duchu, používajúc pritom silu a pomoc Svätého Ducha.

## Nepretržitá modlitba

Ďalšou zložkou prosebnej modlitby je jej neustálosť - „v každom čase.“ Toto charakterizovalo prax prvotnej cirkvi apoštolov, ako sa píše v Skutkoch 1:14: „Všetci títo sa jednomyseľne a vytrvalo modlili spolu so ženami, s Máriou, Ježišovou matkou a s jeho bratmi“ (pozri 2:42). Pavol povedal Tesaloničanom, aby sa „neustále modlili“ (1Tes 5:17) a Filipanom pripomínal, aby „vo všetkom s vďakou predkladali Bohu svoje žiadosti vo svojich modlitbách a prosbách“ (4:6).

Je možná modlitba bez prestania? Áno aj nie. Samozrejme, že nie je možné viesť rozhovor s Bohom pri práci alebo inokedy, ale modlitba, ku ktorej sme tu vyzývaní, nie je až tak vecou artikulácie slov, *ako postoj srdca*.

Thomas Kelly vysvetľuje vo svojom „*Svedectve oddanosti*“:

**... modlitba, ku ktorej sme tu vyzývaní, nie je až tak vecou artikulácie slov, ako postojom srdca.**

„Existuje spôsob, ako sa v myšlienkach sústrediť na viaceré roviny zároveň. Na jednej rovine môžeme rozmýšľať, diskutovať, kalkulovať, pozorovať, a venovať sa rôznym vonkajším záležitostiam. Ale hlboko vnútri, na oveľa hlbšej úrovni, môžeme byť zároveň na modlitbe,

*chvále a uctievaní, a jemne vnímať nadprirodzené vnuknutia.*“<sup>5</sup>

Neskrotný stredoveký mních brat Lawrence zaznamenal svoje skúsenosti s neustálou modlitbou vo svojom diele „*Praktikovanie Božej prítomnosti*“:

„*Chvilé, v ktorých som zaneprázdnený sa nijako nelíšia od chvíľ, kedy sa modlím; v hrmote a hluku mojej kuchyne, keď niekoľko ľudí naraz chce rôzne veci, prežívam Božiu blízkosť v takom ohromnom stíšení ako keby som kľačal na kolenách.*“<sup>6</sup>

John Wesley mal podobné skúsenosti a skromne to vysvetlil v tretej osobe:

„*Jeho srdce je stále pozdvihované k Bohu, každého času a na každom mieste. Nič mu v tom neprekáča, nikto a nič ho nevyrušuje. V súkromí alebo v spoločnosti, pri práci alebo počas oddychu, jeho srdce je vždycky s Pánom.*

*Či leží alebo vstáva, stále rozmýšľa o Bohu. Neustále chodí s Bohom, svoje oči stále upiera na Neho a všade vidí toho, ktorý je neviditeľný.*<sup>47</sup>

Vidíme teda, že život neustálej modlitby je nielen možný, ale niektorí ľudia ho stále takto žijú. Pavol nás vyzýva, aby sme pochopili, že takýto život nie je len pre niektorých ľudí alebo pre duchovnú elitu, ale pre nás všetkých. Neustála modlitba je Božou vôľou pre každého kresťana bez výnimky. Môžem to robiť ja a môžeš to robiť ty. Podnikatelia, študenti, mladí rodičia – všetci to môžu robiť. Máme udržiavať stály vnútorný dialóg s Bohom. Stále musíme hľadiť hore, aj keď práve šoférujeme cestou do práce alebo kosíme trávnik.

## Rôznorodá modlitba

Tretím prvkom modlitebného života je jeho pestrosť, rozmanitosť - „vo všetkých modlitbách a prosbách.“ Neskôr Pavol píše podobne Timotejovi: „Predovšetkým teda žiadam, aby sa konali prosby, modlitby, prihovorné modlitby, vďaky za všetkých ľudí...“ (1Tim 2:1). Rozmanitá modlitba vychádza z toho, čo sme práve hovorili o nepretržitej modlitbe, pretože ak sa modlíme neustále, rozmanité situácie vyžadujú rôznorodé modlitby. Spomeňte si na pestrosť životných situácií – modlitba za odolanie pokušeniu, modlitba za múdrosť, za silu, zdržanlivosť, za ochranu iných, za rast, za uistenie.

Floyd Pierson, pracovník Africkej vnútornej misie na dôchodku, bol mužom, ktorý sa doslovne modlil „za všetkých okolností každou modlitbou a prosbou.“ Mal to tak zaužívané, že keď vo veku sedemdesiat rokov išiel robiť šoférske skúšky, skúšajúcemu povedal: „Vždy sa pred šoférovaním modlím. Skloňme svoje hlavy a pomodlime sa spolu.“ Učiteľ sa iste čudoval, aká jazda ho čaká! Môžeme si predstaviť, ako si skontroloval záchranný pas a spotenou rukou sa držal kľučky dverí. Pierson skúšku spravil!

Okrem humoru je tu niečo krásne – nedotknuté svedectvo živej vnútornej duchovnej skutočnosti, ktorá prekypuje „všetkými modlitbami a prosbami.“

## Vytrvalá modlitba

Štvrtý aspekt efektívnej modlitby je vytrvalosť – „Pritom vytrvalo bedlite a prihovárajte sa ...“

Exodus 17 opisuje starého Mojžiša stojaceho na vrchu: jeho ruky sú zdvihnuté k nebu, prihovára sa za Izrael, ktorý sa nachádzal v boji proti Amalechitom. Pokiaľ boli jeho ruky zdvihnuté, Izrael vyhrával. Ale keď unavené začali klesať, prevahu mali Amalechiti. Chudák Mojžiš prežíval muky, keď gravitácia ťahala jeho ruky smerom dole. Ale potom prichádza Áron a Hur, ktorí podložili pod Mojžiša kameň, aby si sadol a z oboch strán mu držali ruky smerom hore k Bohu až do zotmenia, pokiaľ neprišlo víťazstvo (verše 1-13). Tento príbeh viditeľne zdôrazňuje tajomnú účinnosť vytrvalej modlitby. Neznamená to, že by Boh

považoval modlitbu za nejakú záslužnú činnosť – že odpovie až pri dostatočnom počte modlitieb. Naopak, On sa zvrchovane rozhodol povzbudiť nás k vytrvalosti v modlitbe a odpovedať na ňu na Jeho večnú slávu. V jednom z podobenstiev o modlitbe Pán Ježiš vykreslil, čo vlastne požaduje od všetkých veriacich:

**... Boh sa zvrchovane rozhodol povzbudiť nás k vytrvalosti v modlitbe a odpovedať na ňu na Jeho večnú slávu.**

„Rozpovedal im podobenstvo o tom, že sa treba stále modliť a neochabovať. V jednom meste bol sudca, ktorý sa nebál Boha, ani človeka sa nehanbil. V tom meste bola aj vdova, ktorá k nemu chodila s prosbou: Zastaň sa ma proti môjmu protivníkovi! On síce dlho nechcel, no potom si povedal: Čo sa aj Boha nebojím a človeka sa nehanbím, zastanem sa tej vdovy, keď ma už toľko unúva. Nech ma napokon nedokaličí! (Lukáš 18:1-5)

Pestovanie vytrvalosti bol opakujúci sa motív Ježišovho vyučovania o modlitbe. V Getsemanskej záhrade Ježiš napomínal učeníkov, keď boli unavení: „Bedlite a modlite sa, aby ste neprišli do pokušenia. Duch je síce ochotný, ale telo je slabé“ (Marek 14:38).

Na konci kázania na Hore Ježiš nariadil svojim nasledovníkom, aby boli húževnatí v modlitbách: „Proste a dostanete, hľadajte a nájdete, klopte a otvorí sa vám“ (Matúš



7:7). Jeho slová sú nezvyčajne presvedčivé, pretože tri slovesá („proste ... hľadajte ... klopte“) ukazujú na narastajúcu intenzitu. „Prosieť“ znamená prísť v núdzi s konkrétnou požiadavkou. Vyjadruje tiež pokoru, lebo toto grécke slovo bežne používal človek, ktorý prichádzal k svojmu nadriadenému. „Hľadanie“ zahŕňa prosenie a následný skutok. Ide o to nielen vyjadriť potrebu, ale vstať a hľadať okolo seba pomoc. „Klopať“ zahŕňa prosbu a hľadanie plus vytrvalosť – ako napríklad ten, kto stále klope na zatvorené dvere. Usporiadanie týchto slovies v rozkazovacom spôsobe im dáva ešte väčšiu údernosť. Ježišove slová vlastne vyzerajú takto: „Stále proste a bude vám dané; stále hľadajte a nájdete; stále klopte a otvorí sa vám.“

Práve takúto húževnatosť má na mysli apoštol Pavol, keď hovorí veriacim „vytrvalo bedlite a prihovárajte sa.“

Mužovia a ženy, modlime sa aj my s takou biblickou vytrvalosťou za svoje rodiny? Za cirkev? Máme takých jednotlivcov, skupiny, situácie, za ktorých držíme hore ruky v modlitbách? Mali by sme ich mať, lebo Boh odpovedá na vytrvalé modlitby.

## Príhovorná modlitba

Piatym prvom prosebnej modlitby je *príhovorná modlitba* – „za všetkých svätých.“ Existuje veľa hodnotných prosieb, ale „svätých“ - veriaci v Ježišovi Kristovi - majú zaberat' v našich modlitbách veľký priestor.

Všimnite si, že táto výzva modliť sa „za všetkých svätých“ ukazuje na Pavlovu prosbu o modlitbu za neho samého: „[Prihovárajte] sa aj za mňa, aby mi bolo dané pravé slovo, kedykoľvek prehovorím, aby som smelo zvestoval tajomstvo evanjelia, ktorého poslom som i v okovách, a slobodne ho ohlasoval, ako som povinný.“ (Efez 6:19-20).

Prosby za iných ľudí prinášajú do ich životov milosť. Len málo ľudí vie, že ohromujúce výsledky, ktoré dosiahol William Carey v Indii, boli poháňané modlitbami jeho sestry, ktorá bola pripútaná na lôžko a päťdesiat rokov sa za neho modlila.

Tennyson pekne zveršoval Pavlovu múdrosť:

*Keby si nikdy viac nemal vidieť moju tvár,  
Modli sa za moju dušu.  
Oveľa viac vecí je spôsobených modlitbou  
Než si tento svet vie predstaviť.  
Preto pozdvihuj svoj hlas za mňa  
Dňom i nocou ako fontánu modlitieb.  
Lebo o čo sú ľudia lepší od oviec či kôz,  
Ktoré svojou hlavou živia svoj život?  
Keby poznali Boha, nepozdvihli by svoje  
ruky v modlitbe za seba samých a za  
tých, ktorí ich nazývajú priateľmi?  
Lebo celý okruh zeme je takto zviazaný  
zlatou reťazou okolo Božích nôh.<sup>8</sup>*

Aká nádherná je päťdielna anatómia prosebnej modlitby: *Modlitba v Duchu*; *nepretržitá modlitba* – „v každom čase“; *rozmanitá modlitba* – „všetky modlitby a prosby“; *vytrvalá* – „bdejte a neprestajne sa modlite“; *príhovorná modlitba* – „za všetkých svätých.“

Určite je to pre nás výzvou a motiváciou!

Ale otázkou je ako sa my budeme vedieť takto modliť? Tu sa musíme siahnuť po veľmi praktickej rade.

## Prosebná modlitba prakticky

### Modlitebný zoznam

Z vlastnej skúsenosti viem, aký je dôležitý modlitebný zoznam. Napríklad, môžem sa modliť za svoju matku a pri modlitbe sa mi vybaví pred očami náš starý rodinný dom na Edmaru Avenue 747. Pred ním je zaparkovaný môj šedý Ford z roku 1941. Vzadu hladké pretekárske pneumatiky, pod kapotou motor Merc 48, na boku nápis zo spirituálu „Swing Low, Sweet Chariot.“ Zrazu sa vidím ako sedemnásťročný, oblečený v modrom koženom saku, sedím za pozláteným volantom a šoférujem dole od Boulevard Beach k Huntington Beach. Cítim vôňu oceánu a kakaové maslo. Takže toto vnímam pri modlitbách za matku!

Preto potrebujem modlitebný zoznam. Ale aj keď ho používam, moja myseľ stále môže niekam zablúdiť. Vtedy ma modlitebný zoznam vždy vráti späť. Prstom ukážem na meno a s otvorenými očami sa modlím. Postupne sa presúvam od jedného mena k druhému.

Každý kresťan by mal mať zoznam, na ktorom budú okrem iných vecí mená členov

**Základom pre našu efektívnu prosebnú modlitbu je modlitebný zoznam.**

rodiny a ak je ženatý či vydatá aj meno partnera a detí. Ku každému menu môže byť pripojených viac detailov a osobných poznámok.

Môj každodenný modlitebný zoznam má nasledovné nadpisy a pod každým je niekoľko detailov:

- Rodina
- Zamestnanci a spolupracovníci
- Chorí ľudia
- Zarmútení a smútiaci
- Dôležité udalosti
- Aktuálne problémy
- Služby
- Týždenné bohoslužby
- Noví veriaci
- Misijný zoznam

Okrem svojho denného modlitebného zoznamu mám ešte štyri ďalšie zoznamy, cez ktoré sa snažím prejsť raz za týždeň.

#### Zoznam č. 1

- Dlhodobí chorí ľudia
- Osobné požiadavky na iných
- Evanjelizácia
- Duchovný boj

#### Zoznam č. 2

- Svet
- Moja krajina
- Osobný život
- Osobný charakter

#### Zoznam č. 3

- Kresťanskí vodcovia
- Pastori
- Nadchádzajúce služby a vízie

#### Zoznam č. 4

- Predstavitelia vlády (štátnej a miestnej)

Úprimne vám hovorím, že bez modlitebného zoznamu by som nevedel fungovať. Nielen preto, že moja myseľ by sa nevedela sústrediť, ale aj preto, že takto mám istotu, že nezanedbám žiadnu dôležitú vec, vrátane mnohých osobných prosieb

o modlitby, ktoré dostávam. Bez modlitebného zoznamu by môj sľub „budem sa za teba modliť“ bol úplne prázdny. Na dôvažok je modlitebný zoznam je dobrý aj na sledovanie odpovedí na moje modlitby.

Ak ešte nemáte modlitebný zoznam, začnite s malým. Jednoducho si na malú kartičku napíšte vzťahy a najdôležitejšie veci, na ktorých vám najviac záleží. Pod mená pridajte niečo konkrétne a kartičku vložte do peňaženky na každodenné nahliadnutie. Môžem vám zaručiť, že ak použijete modlitebný zoznam, veľmi to obohatí váš modlitebný život.

### „Tichý“ čas

Ako ďalšiu vec potrebujete ticho. Dobré viem, že slovo *tichý* je v dnešnom svete dosť relatívny pojem, keďže v ňom žiadne ticho prakticky ani neexistuje. Mnohí z nás nikdy nezažijú žiadne ticho pri prebudení.

Prebúdame sa pri zvuku budíka, rádia, holíme sa pri správach, šoférujeme v hlučnej premávke, vstupujeme do hlučnej kancelárie, domov šoférujeme v dopravnej špičke pri počúvaní správ, „relaxujeme“ pred televízorom a odplazíme sa do postele za hlučnej hudby domáceho

prehrávača.

A občasné ticho, ktoré sa nám naskytne, tiež môže odvádzať našu pozornosť, lebo ešte umocňuje ostatné zvuky. Trapistický mních Thomas Merton hovorí, ako v hĺbke kláštorného ticha môže kašeľ, opakujúci sa v predpokladaných intervaloch, narušiť schopnosť sústrediť sa.<sup>9</sup> Ticho je niekedy silnejšie než hluk, ktorý sa snažíme ignorovať! Preto si potrebujete vybrať také situácie, ktoré sú pre vás najvhodnejšie. Môže prevládať ruch z ulice, ale ak sa dobre skonzentrujete práve v takej atmosfére, tak ju využijete.

### Miesto

So stíšením si zároveň musíte nájsť aj miesto, kde nebudete vyrušovaní. V začiatkoch mojej služby moju kanceláriu tvoril osem metrov dlhý obytný prives. Moja sekretárka sedela v jeho druhej časti, ktorá bola oddelená preglejkovou stenou. Všetko som počul! A ako by to nebolo dosť, celý prives sa triasol, keď sa otvorili dvere.

**... musíte si nájsť aj miesto, kde nebudete vyrušovaní.**



Našiel som viacej riešení, a všetky mimo kanceláriu – poslúžila mi krásna, stará a stále otvorená kaplnka v susednom kostole, park, súkromie na parkovisku obchodného centra, kde som mohol zaparkovať a trochu sa stíšiť. Dokonca aj dnes, keď mám tichú kanceláriu, často sa chodím stíšiť na takéto miesta.

## Čas

Takisto sa snažím venovať svoj najhodnotnejší čas modlitbe - ktorý u mňa nikdy nie je tesne pred spaním. Posledné minúty bdlosti by človek nikdy nemal venovať intenzívnej príhovornej modlitbe (okrem študentov, ktorí majú ráno záverečnú skúšku).

Návodom je pre nás Ježišov zvyk: „Nadránom, zavčasu, ešte za tmy vstal a vyšiel von. Odobral sa na osamelé miesto a tam sa modlil“ (Marek 1:35). Ranné vtáča má k dispozícii najlepší čas. Reálnou otázkou pre vás je, kedy je váš najlepší čas? Pre niekoho to môže byť okolo obeda alebo pred večerou.

## Postoj

Jeden muž si nevedel nájsť správnu polohu k modlitbe. Skúšal sa modliť na kolenách, ale necítil sa pohodlne. A pritom si ešte pokrčil nohavice. Potom sa snažil modliť postojacky, ale po chvíli ho začali bolieť nohy. Tak skúšal modlitbu v sede, ale to sa mu nezдалo dosť účtívě. Jedného dňa sa prechádzal po poli a padol hlavou dole do otvorenej studne. Tam sa ale modlil - ako nikdy predtým!

Vážne, pozícia pri modlitbe môže veľmi veľa ovplyvniť. Aj keď sa v Biblii píše o mnohých modlitebných polohách, žiadna nie je predpísaná. Dôležité je to, aby vaša poloha umocňovala pokorné sústredenie a pozornosť. Ja niekedy kľáčim, niekedy chodím po miestnosti, často sedím pri stole s modlitebným zoznamom v ruke. Inokedy mám zdvihnuté ruky, niekedy ležím na tvári. Kľúčovým faktorom je postoj srdca.

## Príprava

Čo sa týka prípravy na modlitbu, mimoriadne záleží na praktických detailoch. Niekedy sa muž potrebuje osprchovať a oholiť. Ak ste kávičkári ako ja, šálka

dobrej kávy je skvelým povzbudením. Ale znova pripomínam, že nie fyzické detaily sú najdôležitejšie, ale stav a postoj nášho srdca. Urobte všetko, čo vám pomáha sústrediť sa na Pána.

## Dĺžka

Krátke a horlivé modlitby sú často tie najlepšie. Luther povedal: „Dávaj si pozor, aby si nechcel robiť všetko. Nesnaž sa robiť príliš veľa, lebo sa unaví tvoj duch. Veď dobrá modlitba nemusí byť príliš dlhá. Nesnaž sa ju predlžovať. Modlitba má byť častá a vrúcna.“<sup>10</sup> Ak si niekto zákonnícky určí dĺžku modlitby, môže to zabiť jeho modlitebný život.

## Disciplína v prosebnej modlitbe

Praktikovanie modlitby – zoznam, ticho, miesto, čas, postoj, príprava a dĺžka - to všetko poukazuje na jednu vec – *disciplínu*.

## Práca

Úprimne povedané, modlitba je práca, nie šport. Nie je to niečo, čo robíte vtedy ak sa vám to páči alebo niečo, čomu venujete svoj voľný čas, či

robíte to len vtedy, keď ste v tom dobri.<sup>11</sup> Modlitba je dôsledná práca duše, ktorá miluje Krista (Efezanom 6:18):

„V každom čase v Duchu proste vo všetkých modlitbách a prosbách. Pritom vytrvalo bedlite a prihovárajte sa za všetkých svätých.“

Toto je výzva k práci!

Nikdy nesmieme čakať, pokiaľ sa budeme *cítiť* na modlitbu - lebo sa nikdy k tomu nedostaneme, pokiaľ nespádneme na hlavu do otvorenej studne. Kontext Pavlovej výzvy v Efezanom 6 sa týka duchovného boja – a modlitba je práve tým! Kresťanskí muži a ženy čelia tomuto svetu – a padajú na svoje kolená. Práca a vojna; vojna a práca – tieto slová musíme mať na pamäti, keď sa chceme stať mužmi a ženami modlitby.

## Uvážená práca

**... nesmieme sa príliš zaviazať, zvlášť keď s modlitbami len začíname.**

Ak sme toto pochopili, musíme tiež pochopiť, že sa nesmieme príliš zaviazať k modlitbám, zvlášť vtedy, keď sme modlitební začiatocníci. Ak sme vážne oslovení, máme tendenciu povedať: „Zaväzujem sa modliť dve hodiny denne, prečítam bibliu dvakrát za rok, každý deň si budem robiť stíšenia (meditovať, vyznávať, uctievať, poddávať sa) a tiež prosiť. Budem mať taký modlitebný zoznam, aký nemá páru.“ Toto vydrží asi tri dni - možno!

Lepšie je zaviazať sa na pätnásť minút denne a dodržať to – napríklad päť minút čítania Biblie, päť minút meditácie a päť minút disciplinovanej modlitby. Pravidelné stíšenie a modlitba sa stane návykom, ktorý dá nášmu duchovnému životu krídla.

V tejto súvislosti raz Dr. J. Sidlow Baxter prečítal skupine pastorov jednu stranu zo svojho vlastného pastorálneho denníka, keď sa zaujímali o disciplínu v modlitbe. Začal tým, ako v roku 1928 vstúpil do služby a rozhodol sa, že bude najlepším „metodisticko-baptistickým“ pastorom, skutočným mužom modlitby. Avšak netrvalo dlho a jeho stále narastajúce povinnosti ako pastora, administratívna práca a iné rafinovanosti života pastora začali vytláčať modlitbu z jeho života. Postupne si na to zvykal a vždy si našiel sám pre seba výhovorku.

Potom jedného rána všetko dosiahlo svoj vrchol, keď stál pri svojom pracovnom stole zasypanom prácou a pozeral na hodinky. Vnútorň hlas Ducha mu kázal sa modliť. Zároveň mu iný zamatovo jemný hlas hovoril, aby bol praktický, vybavil korešpondenciu a aby sa vyrovnal s tým, že nepatrí medzi ten mimoriadny „duchovný typ“ ľudí – len niekoľkí ľudia môžu byť takí. „Tento posledný argument“, hovorí Baxter, „ma zbolel ako rez žiletkou. Nemohol som znieť, že to bola pravda.“ Bol zhrozený nad tým, ako si rozumom dokázal zdôvodniť to, že nerobí najzákladnejšiu vec, potrebnú k tomu, aby jeho služba bola živá a mocná.

Toto ráno Sidlow Baxter urobil dôkladnú revíziu svojho srdca a zistil, že jedna časť jeho bytosti sa nechcela modliť a druhá chcela. Tá, ktorá nechcela, to boli jeho emócie. Tá druhá, ktorá chcela, bola jeho vôľa a intelekt. Táto analýza ho priviedla k víťazstvu. Vyjadrené nenapodobiteľnými slovami Dr. Baxtera:

**Pravidelné stíšenia  
a modlitba sa stanú  
návykom, ktorý dá  
vášmu duchovnému  
životu krídla.**

„Tak ako nikdy predtým, stál som zoči-voči svojej vlastnej vôli. Položil som jej priamu otázku: „Vôľa moja, si pripravená modliť sa jednu hodinu?“ Vôľa odpovedala: „Áno, ja som pripravená, ak si ty pripravený!“ Tak sme sa ja a moja Vôľa chytili za ruky a išli sa modliť. Hneď na to nás všetky pocity začali ťahať preč a protestovali: „My sa nejdeme modliť.“ Videli som, ako Vôľa zaváhala, tak som sa jej opýtal: „Vydržíš to?“ Vôľa odpovedala: „Áno, ak ty vydržíš.“

Tak sme sa začali modliť, ťahajúc so sebou vrtošivé a hlučné emócie. Bol to boj. V jednom okamihu, keď sme sa nalievavo prihovárali, zrazu sa do mojej mysle vplazil jeden z tých zradných pocitov, upútal moju predstavivosť a niesol ma preč na golfové ihrisko; mohol som urobiť len to, že som toho hrozného lumpa (seba) pritiahol naspäť. Po chvíli som si všimol, že ma nenápadne odnáša preč iná emócia spolu

s nestráženými myšlienkami a bol som za kazateľnicou a dva dni vopred a kázal som kázeň, ktorú som ešte nemal dobre pripravenú!

Keby ste sa ma na konci tejto hodiny opýtali: „Bolo ti ‘dobré’?“ musel by som vám odpovedať: „Nie, od začiatku do konca to bol únavný boj

s negatívnymi emóciami a myšlienkami.“ Tento zápas s emóciami pokračoval dva až tri týždne, a keby ste sa ma opýtali na konci toho obdobia: „Bolo ti ‘dobré’ počas tvojich každodenných modlitieb?“ musel by som priznať: „Nie, občas sa mi zdalo, že nebesia sú mosadzné, Boh príliš ďaleko, aby ma počul, Pán Ježiš nejako divne odmeraný a moja modlitba nič nedosiahla.“

Ale áno, niečo sa stalo. Po prvé, ja a Vôľa sme dali emóciám jasne najavo, že sa od nich úplne oddeľujeme. Asi dva týždne po tom, čo zápas začal, jedného rána, práve keď som sa znova spolu s Vôľou išiel modliť, som začul ako jedna emócia šepká druhaj: „Poďte, ľudkovia, preč, nemá zmysel strácať čas a vzpierať sa: oni sa aj tak budú modliť.“ Toto ráno sme sa prvý krát mohli spolu s Vôľou nerušene modliť, hoci emócie ešte hneď nespolupracovali, no boli aspoň pokojné.

Potom o niekoľko týždňov, čo myslíte, čo sa stalo? Počas jednej modlitebnej chvíle, keď sme už ani ja ani Vôľa na emócie nemysleli viacej ako na muža na Mesiaci,

jedna z najenergetickejších emócií  
neočakávane vyskočila a zakričala:  
„Haleluja!“ na čo všetky ostatné emócie  
zvolali: „Amen!“ A po prvý krát celá moja

bytosť – intelekt, vôľa a city – sa zjednotili  
do jednej koordinovanej modlitebnej akcie.<sup>12</sup>

\*

### Poznámky:

<sup>1</sup> E. M. Bounds, *The Essentials of Prayer* (Grand Rapids, MI: Baker, 1979), str. 93.

<sup>2</sup> John Bunyan, *The Pilgrims Progress* (Philadelphia: Universal Book and Bible House, 1935), str. 66:

Tak asi v strede doliny som spozoroval ústie pekla a bolo tiež pri samej ceste. Kresťan premýšľal, čo má urobiť, lebo chvíľami odtiaľ vychádzal veľký plameň a dym s iskrami a bolo počuť desné a ohyzdné zvuky (všetko to veci, ktoré nedbali na Kresťanov meč rovnako ako predtým Apollyon), a tak bol prinútený odložiť svoj meč a chopiť sa inej zbrane, nazvanej „Vše-modlitba.“

<sup>3</sup> J. Oswald Sanders, *Spiritual Leadership* (Chicago: Moody Press, 1978), str. 83.

<sup>4</sup> John Bunyan, *Bedford Prison*, 1662.

<sup>5</sup> Thomas Kelly, *Testament of Devotion* (New York: Harper, 1941), str. 35.

<sup>6</sup> Brother Lawrence, *The Practice of the Presence of God* (New York: Revell, 1958), str. 30,31.

<sup>7</sup> John Wesley, *Works*, VIII (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1959), str. 343.

<sup>8</sup> Alfred Lord Tennyson, “The Passing of Arthur,” v *The Idylls of the King*, 1:26, citované v *Oxford Dictionary of Quotations*, str. 535.

<sup>9</sup> Michael Mott, *The Seven Mountains of Thomas Merton* (Boston: Houghton Mifflin, 1984), str. 216.

<sup>10</sup> H. G. Haile, *Luther, An Experiment in Biography* (Garden City, NY: Doubleday, 1980), str. 56.

<sup>11</sup> Elisabeth Elliot, *Notes on Prayer* (Wheaton, IL: Good News Publishers, 1982), writes:

Predpokladám, že ľudia, ktorí lyžujú, majú radi lyžovanie, majú čas na lyžovanie, môžu si lyžovanie dovoliť a lyžovanie dobre ovládajú. Nedávno som si uvedomila, že často pristupujem k modlitbe ako by to bol šport podobný lyžovaniu - niečo, čo robíte iba vtedy ak to pre vás nepredstavuje problém a čo robíte vtedy ak ste v tom dobrý.

<sup>12</sup> Úryvok z autorovej osobnej korešpondencie s J. Sidlow Baxter, September 8, 1987.

## Príprava vlastnej odpovede

S použitím vedomostí, ktoré ste získali pri štúdiu oddielov z Písma a z článku Kenta Hughesa, vypracujte nasledujúce zadanie:

1. V krátkosti popíšte biblickú modlitbu.
2. Použite nasledovnú tabuľku ako vzor a začnite si pripravovať svoj vlastný plán a modlitebný zoznam, aby to obohatilo váš modlitebný život.

	Váš modlitebný plán/postup	Váš modlitebný zoznam
Čas		
Miesto		
Dĺžka		
Frekvencia		
Postoj		
Príprava		

## Diskusia o téme

1. Čo myslí Biblia pod nasledujúcimi výrazmi?

Modliť sa „v Duchu.“

Modliť sa „neustále.“

Modliť sa „každou modlitbou.“

2. Väčšina príkladov a príkazov v Novej Zmluve, ktoré sa týkajú modlitby, sú skôr pre miestne cirkvi než pre jednotlivcov. Ako sa to môže týkať našich osobných modlitebných životov a našich zborov?
3. Aký je význam modlitby? Čo sa mení, keď sa modlíme?
4. Ktoré obdobia vo vašom modlitebnom živote boli najvýznamnejšie? Aké faktory prispeli k tomu, že sú také nezabudnuteľné?
5. Keďže modlitba predstavuje úžasnú výsadu, prečo je podľa vás také ťažké udržať si neustály modlitebný život?
6. Akými konkrétnymi spôsobmi plánujete posilniť svoj osobný modlitebný život?

## Praktické činy poslušnosti

1. Ako zmenila diskusia vaše pôvodné myslenie a presvedčenie o tejto téme? Zhrňte svoje myšlienky.
2. Ako to plánujete uviesť do praxe (kde, kto, kedy, atď.)?
3. Urobte záväzok: Určite si ciele viery, ktoré sa vzťahujú k téme a povedzte o nich svojej skupine a/alebo vedúcemu.

### **S Božou pomocou budem:**

Tento študijný materiál a jeho kópie poskytuje slovenský vydavateľ užívateľom bezplatne. Jeho vydávanie však má svoje náklady. Pomôžete nám, ak ako vďačný používateľ tejto lekcie svojim príspevkom podporíte prípravu a vydanie ďalších kurzov. Ďakujeme Vám. Podrobnejšie informácie o podpore na: [www.cb.sk/index.php/kniznica/zborova-kola](http://www.cb.sk/index.php/kniznica/zborova-kola)