

Škola modlitby - téma deváté – Boj o modlitbu

Kéž bys tedy dal svému služebníku srdce vnímavé...

1 Král 3,9

Vaše srdce buď cele při Hospodinu, našem Bohu, abyste se řídili jeho nařízeními a dodržovali jeho přikázání tak jako dnes.

1 Král 8,61

Jak zmenšit roztržitost u modlitby?

- Dobře se starat o své tělo - dát mu vše, co potřebuje - nic méně ani nic více
- Na společnou modlitbu (mše či ve společenství) přijít o něco dříve
- Nebojte se vzít si na pomoc knihu o modlitbě, kterou máte rádi
- Hleďte Pána i mimo modlitební čas
- Nikdy nezapomeňte začít modlitbu tím, že si uvědomíte Boží přítomnost

Dle Famille chrétienne číslo 1725, rok 2011

Sue Mayfieldová radí:

“Můžete to vyřešit tím, že u sebe budete mít blok a poznačíte si věci, které je později potřeba udělat. Nebo zkuste použít myšlenky, které vás napadnou, jako odrazový můstek pro modlitbu. Pokud si například vzpomenete, že musíte někomu zavolat, stručně se za tu osobu pomodlete a pak znovu obraťte pozornost k naslouchání a ztišení.”

Objevování modlitby, KN 2009, str. 36

Bratr Vavřinec:

Jediný způsob, jak se v době modlitby lépe soustředit a zachovat si pokojnější mysl, je nenechat zatoulat myšlenky tak daleko, jako jindy. Měli bychom své myšlenky směřovat do Boží přítomnosti a zvyknout si často myslet na Boha. Zjistíme, že je pak lehké uchovat si při modlitbě klidnou mysl - nebo alespoň návrat z toulek je snadnější.”

Antonyj Surožskij, Tváří v tvář, KN 2002, str.60-61