

KHIHA, KTERÁ MI ZMĚNILA ŽIVOT

Vyhradte si každý den alespoň 15–20 min. k modlitbě. Můžete k ní použít daný úryvek z knihy nebo biblický text. Modlitba může mít tyto čtyři části. Začněte znamením kříže a vzýváním Ducha sv. Pokud vás něco silně osloví, poznamenejte si to.

1. Lectio: Text si poprvé přečtete, abyste věděli, o čem je, podruhé, abyste věděli, co je v něm řečeno pro vás.



2. Meditatio: Ptejte se, kde je průnik mezi tím, co vás oslovilo, a vaším životem. Nejde o mnoho přemýšlení, ale o mnoho milování (sv. Terezie z Ávily).



3. Oratio: To, co jste si uvědomili, proměňte v modlitbu.



4. Contemplatio: Pokud vás k tomu Bůh zve, opusťte slova a spočiňte před ním v tichu.



Jiný způsob modlitby: Přečtením textu vstupte do vnímání Boží přítomnosti. A pak jen v klidu opakujte větu, která vás v něm oslovila nebo která vyjadřuje váš vztah ke Kristu, např.: „Pane Ježíši, učíš mě svým přítelem!“ / „Pane Ježíši, buď jediným pokladem mého ubohého srdce!“ atd. Po chvíli si dopřejte ticho beze slov. Pokud zjistíte, že vám myšlenky zalétly jinam, vraťte se opět zas na chvíli k textu.

Štěpán Smolen: Bud', kde jsi

pátek 27. 3. 2026

Lk 16,10: *Kdo je věrný v nejmenší věci, je věrný také ve velké; kdo je v nejmenší věci nepoctivý, je nepoctivý i ve velké.*

Hledáním nenajdeš. Podívej, apoštol Petr nehledal povolání – chytil ryby a spravoval sítě. Ani přesvatá Panna nepátrala po tom, jak se stát Bohorodičkou. Modlila se, pracovala, a obojím čekala na oslovení. Modlitba a práce jsou dva skutečné způsoby bdění, dvě tváře čekání na Hospodinovo slovo. Snění není nic. Říkáš tomu hledání, ale jen bloudíš v neskutečnu. Představitost tě vede až na kraj světa a zatím ses nehnul z místa, neudělal ani krok ke svatosti. Jediným okopaným záhonem, jediným Otče náš bys vykonal víc. Nenajdeš nic, dokud nepřestaneš utíkat z přítomnosti. Jenom v ní se můžeš s Bohem setkat. Nevolá ty, kdo se toulají srdcem

po včerejších, zítřcích a krajinách za obzorem, ale ty, kdo s otevřeným srdcem vytrvají u svých sítí. Ne ty, kdo si představují, že by mohli být, ale ty, kdo jednájí a jsou. Není třeba hledat, ale čekat pozornou činností." (str. 25)

sobota 28. 3. 2026

Mt 7,3-5: *Jak to, že vidíš třísku v oku svého bratra, ale trám ve vlastním oku nepozoruješ? Anebo jak to, že říkáš svému bratru: „Dovol, ať ti vyjmu třísku z oka“ – a hle, trám ve tvém vlastním oku! Pokrytče, nejprve vyjmi ze svého oka trám, a pak teprve prohlédneš, abys mohl vyjmout třísku z oka svého bratra.*

Na začátku putování nesmíš kráčet sám. Samota plodí iluze. Daleko od druhých si snadno vykreslíš krásný obraz sebe a potom se mu klaním. Mezi lidmi poznám, kdo skutečně jsem.

Lidé nejsou příčinou tvých duchovních nemocí, jen ti je pomáhají odhalit. A teprve odhalený neduh lze léčit. Bez setkávání s druhými bys choroby svého srdce neznal. Rozbujely by se až do neléčitelnosti. Ctnosti se však nezískávají skrýváním neřestí, ale jejich odstraňováním.

Samota je strašná, zápasíš v ní se Zlým přímo – přímo na bojišti srdce -, zatímco v cenobiu je tentýž zápas skrytý za útrapy bratského soužití.

Všechna ta místa náročného soužití, rodina, farnost, škola i pracoviště jsou vlastně taková cvičiště svatosti. (str. 27)

neděle 29. 3. 2026

Mt 5,8: *Blaze těm, kdo mají čisté srdce, neboť oni uží Boha.*

Skutečné dílo vzestupu začíná sestupem do vlastního nitra, do místa setkání. Tam se za bojištěm vášní skrývá brána do Božího království. Uskutečňování té nejvznešenější touhy po svatosti nakonec vede přes ty nejvšednější každodenní úkony – přes poušť pravidelné práce na přítomném místě. Vpřed se putuje setrváním. Odchodem se naopak ustává v cestě. (str. 57)

Na co se dívám? Čím se zaobírám? Sestupuji žízňivý do svatyně srdce, anebo z ní hned utíkám ven a hledám, čím bych se opil? Jak rádi se lidé zaměstnávají tím, co se děje a co se říká. Anebo si

na sebe vymýšlejí zbytečné úkoly, jen aby zaplnili prázdno. Člověk má být chrámem Ducha Svatého, místem čekání a setkávání, komnatou, kde se konají zásnuby nebe a země. Často však bývá smutným skladištěm podružnosti. (str. 80)

pondělí 30. 3. 2026

Lk 10,41-42: *Pán jí odpověděl: „Marto, Marto, děláš si starosti a trápiš se pro mnoho věcí. Jen jednoho je třeba. Marie volila dobře; vybrala si to, oč nepřijde.“*

♦

Pokud jde tedy o to vnitřní ticho, vnější stálost vlastně jen připravuje podmínky pro zápas o stálost vnitřní, o čistotu srdce. Právě o tu se nakonec jedná. Bůh je věčná přítomnost, ale já – dokud jsem vnitřně nestabilní – pořád utíkám z přítomnosti jinam. Místo, abych se tady a teď setkával s Tím, který je, sprádkám si fantazie o tom, co bylo, co má být a může být. Nikdy nejsem tam, kde na mě čeká On. K tomu, abych skutečně byl, kde jsem a kde je On, k přítomnosti zde a nyní, pomáhá nejdřív vnější věrnost zvolenému povolání, pak neutíkání z místa a nakonec i stálost těla. Následuje však ještě vnitřní stabilita, kdy bouře vášní ustává nejen ve svých projevech, ale mizí i její zdroje v srdci. Jde o přesun od vnější zdrženlivosti k vnitřní čistotě. (str. 69)

úterý 31. 3. 2026

Řím 8,26: *Tak také Duch přichází na pomoc naší slabosti. Vždyť ani nevíme, jak a za co se modlit, ale sám Duch se za nás přimlouvá nevyslovitelným lkáním.*

♦

Kdo se chce modlit jen větami, které mu samy přijdou na jazyk, bude brzy Bohu opakovat pouze pár plytkých frází. My na poušti se modlíme nejprve slovy Písma a vyslovujeme je tak dlouho, dokud se nestanou i našimi slovy. Vstupujeme tak do rozhovoru Syna s Otcem. Stáváme se sami součástí té řeči. (str. 94)

Opakovat při každé příležitosti jediný verš žalmu: Bože, přijď mi na pomoc; Pane, pospěš mi pomáhat. Bohatství přelétavých myšlenek je tak nakonec vystřídáno chudobou jediného verše.

Anebo jako Ježíšova modlitba: Pane Ježíši Kriste, Synu Boží, smiluj se nade mou hříšným. Oboje je skvělou cestou k ustálení. (str. 95)

středa 1. 4. 2026

Ži 1,3: *Je jako strom zasazený u tekoucí vody, který dává své ovoce v pravý čas, jemuž listí neuvadá. Vše, co podnikne, se zdaří.*

♦

Křesťan není strom kořenící v zemi, nýbrž naopak. Je obrácený vzhůru nohama. Kořeny má v nebi, u Boha. Tam čerpá mizu, a na zemi jen vydává plody. Po vzoru vtěleného Syna, který se rozdává lidem právě proto, že patří Otci. Pokud bys chtěl zapustit kořeny ve světě, z něj brát sílu, v něm se zabydlet, pak nebudeš druhé sytit nadpřirozenou láskou, ale staneš se tím, kdo je vysává. (str. 142)

Nebudeš se světu dávat, ale budeš se jím sytit, pokud tvůj pobyt mezi lidmi nebude provázen chvílemi – a dlouhými chvílemi – a do skrytosti a zápasu o naslouchání. V Janově evangeliu jsou dva Pánovy výroky: *Nejsou ze světa, jako ani já nejsem ze světa a Jako ty jsi mne poslal do světa, tak i já jsem je poslal do světa.* Musíš žít oba. Nejen ten druhý. Musíš patřit Bohu jako hlad, abys patřil světu jako chléb. (str. 143)

čtvrtek 2. 4. 2026

Flp 2,5-8: *Nechť je mezi vámi takové smýšlení jako v Kristu Ježíši: Způsobem bytí byl roven Bohu, a přece na své rovnosti nelpěl, nýbrž sám sebe zmařil, vzal na sebe způsob služebníka, stal se jedním z lidí. A v podobě člověka se ponížil, v poslušnosti podstoupil i smrt, a to smrt na kříži.*

♦

Pravá stálost znamená především neuhnout od milování ani za cenu bolesti a smrti. Taková stálost v dobrém přivedla Pána až na kříž. A kdo jde za ním touto cestou, přibližuje se Trojjedinému. Trojice, to není soběstačnost oddělených Osob, ale naprosté vydání sebe a přijetí druhého bez výhrad. Otec se takto dává Synu, Syn Otci. Pokud sám vstoupím do jejich věčné hry na darovanou, znamená to, že už nemám a nechci mít nic než to, co jsem dostal..., a jen z obdrženého dávám. Skutečná stálost uvádí člověka do Boží hry, co se hrála ještě před stvořením světa a nikdy nepřestane. Pravá stálost nás učí milovat bez uhýbání. Učí nás zjišťovat, že ztrácením získáváme... Díky ní zjišťujeme, jak se podobat Kristu: s touhou stále obrácení k Otci, s láskou stále sklonění k lidem. (str. 121)