

Modlitební nástroj:

Jak se modlit modlitbu *Lectio Divina*

Co?

Lectio Divina je jednoduchá metoda modlitby a meditace nad Písmem. Tento modlitební nástroj ti ukáže, jak ji praktikovat individuálně a ve skupině.

Proč?

„Slovo Písma by ti nikdy nemělo přestat rezonovat v uších a pracovat v tobě v průběhu celého dne, stejně jako slova někoho, koho miluješ... Neptej se „Jak mám toto slovo předat dál?“, ale „Jak ke mně toto slovo mluví?“ Poté nad ním dlouze přemítej ve svém srdci, dokud se nestane součástí tebe samého a zcela tě nezajme.“ Dietrich Bonhoeffer

Biblické odkazy:

„Blaze člověku..., pro koho je Zákon Hospodinův jeho radostí – o tomto Zákoně dnem i nocí přemýšlí.“
Žalm 1,1-2

„Víra je tedy ze slyšení zprávy a tou zprávou je slovo Kristovo.“ Římanům 10,17

Stručný úvod k modlitbě *Lectio Divina*

Lectio Divina je latinská fráze, která znamená „Božské čtení“. Jedná se o formu meditace nad Božím slovem, která nás cvičí v naslouchání jeho šepotu, kterým mluví k nám osobně, a umožňuje nám prorůst do jednoty s jeho slovem.

Lectio Divina je reflektivní a opětovné čtení Bible, které se nezaměřuje na získávání informací z textu, ale na to, aby nás to, co čteme, proměnilo. Nemá nahradit jiné druhy čtení Bible – *Lectio Divina* spíše jen dodává hloubku a hodnotu těmto dalším formám čtení Písma a umožňuje posun v našich srdcích, abychom se chopili aktivnějších způsobů, jak si zažít Písmo.

Jde zde spíše o čtení čistě ve smyslu oddání se – čtení pro vztah s Bohem – než proto, abychom se o něm více dozvěděli. Danou pasáž nečteme jako student, který se snaží naučit nějaký předmět, ale jako syn, který právě obdržel dopis plný lásky od milujícího a oddaného Otce.

Lectio Divina proto znamená, že se sytíme tím, co už víme. Když si představíme, jak kráva přežvykuje sousto, jsme velmi blízko porozumění tomu, jak *Lectio Divina* vypadá: meditujeme nad Písmem,

sbíhají se nám sliny nad jedním slovem či frází od Boha, ochutnáváme a vychutnáváme si ho, poté ho z žaludku vytáhneme zpět a ještě si ho jednou přežvýkáme, než ho konečně pozřeme v důvěře, že jeho strávením získáme sílu a výživu.

Prakticky: Jak se modlit modlitbu *Lectio Divina*

Lectio Divina je popsána čtyřmi hlavními frázemi:

1. *Lectio*: Čti a naslouchej. Zakousni se do čokoládové tyčinky.
2. *Meditatio*: Medituj. Zkoumej. Žádná otázka není zakázaná. Co tím autor myslel? Jaký z toho mám pocit? Co to pro mě znamená?
3. *Oratio*: Modli se a reaguj. Místo pro přímlyvy a pokání.
4. *Contemplatio*: Odpočívej v Božím slově. Místo pro ticho, odpočívání v Boží přítomnosti.

Toto se ovšem dá různě přizpůsobit. Zde je šest snadných kroků:

Lectio Divina je také efektivní a vyzkoušený nástroj pro naslouchání ve skupině. V každém kroku uvádíme tipy, jak ho pro skupinu použít.

1. Čti

Vyber si úryvek z Písma. Ze začátku sáhni po některém žalmu nebo textu z evangelia. Pozvi Ducha svatého, aby tě vedl, a poté si danou pasáž pomalu přečti – pokud možno nahlas. Přečti si ji dvakrát, s minutou ticha mezi jednotlivými čteními.

Skupina: Požádej několik lidí, aby přečetli danou pasáž s minutou ticha mezi čteními.

2. Vychutnej si

Zde bychom také mohli použít slovo „reflektuj“, ale vychutnat si lépe vystihuje to, o co nám s této fázi jde. Medituj nad přečtenou pasáží a vychutnej si slovo nebo frázi, jichž sis při čtení obzvláště povšiml. Zapiš si toto slovo či frázi a začni přemýšlet o tom, co ti skrze ně asi Bůh říká. Jak mluví do tvého života?

Skupina: Po chvíli povzbud' skupinu, aby ten, kdo chce, nahlas řekl slovo/frázi, kterých si povšiml – nic víc a nic méně. V průběhu ať se lidé zamýšlejí nad tím, co jim Bůh říká osobně nebo jako celé skupině (v této fázi ale nikdo nahlas neříká nic jiného kromě jednoho slova či fráze z textu).

3. Znovu si přečti

Přečti si znovu danou pasáž.

4. Reaguj

Vyjádři v modlitbě, co vnímáš, že ti Bůh říká. Pověz mu, zda v tom, co slyšíš, vnímáš povzbuzení nebo výzvu, a popros ho, aby semínko, které právě zapadlo do tvého srdce, vyrostlo v hluboce zakořeněnou pravdu, která ve tvém životě ponese ovoce.

Skupina: Dej lidem prostor modlit se nahlas krátké modlitby, v nichž vyjádří, co jim Bůh skrze danou pasáž říká.

5. Odpočívej

Jednoduše si vyhraď nějaký čas na to, aby tě Bůh obkloпил svou láskou, a dovol, aby slovo, které ti dal, na tobě spočinulo.

Skupina: Povzbud' skupinu, aby si její členové společně odpočinuli v Boží přítomnosti.

6. Učiň rozhodnutí

Zakonči tím, že vyjádříš jeden způsob, jak můžeš ve svém každodenním životě aplikovat slovo, které ti proniklo do srdce.

Skupina: Sdílejte se navzájem, jak k vám osobně nebo k celé skupině Bůh promluvil a jak by bylo dobré zareagovat. Všímejte si, zda se tím, co různí lidé sdílejí, liší podobné téma.

Knihy pojednávající o modlitbě *Lectio Divina*

- Opening to God: Lectio Divina and life as Prayer – David G. Benner
- The Sacred Year – Michael Yankoski