

## 2. exerciční list – učit se schopnosti přijímat a otevřenosti vůči Bohu

Milí přátelé,

základním postojem víry je přijímání. Ve víře žijeme z milosti – a to je přesný opak logiky našeho běžného života, kdy naše živobytí i uznání druhými závisí na našem výkonu a úspěchu. V logice milosti se učíme chápat, že aktivita naší lásky předchází pasivita víry. Milovat Boha znamená dovolit Bohu milovat nás. Tedy vlastně: dovolit Bohu být Bohem, nikoli bůžkem k našemu užití. Jestliže “zlaté pravidlo” (činit druhému tak, jak bychom chtěli, aby on činil nám) vztáhneme k našim bližním, můžeme se ve skutcích lásky řídit do značné míry na základě znalosti vlastních potřeb. Pokud ale, jak zdůrazňuje Luther, vztáhneme toto pravidlo také na vztah k Bohu, pak to znamená něco zcela jiného: Bůh nepotřebuje naše výkony, ale chce, abychom se otevřeli jeho lásce a přijali ji.

Jestliže jsme řekli, že cílem křesťanské meditace je to, aby Kristův život získal jedinečnou podobu v našem životě, pak jako zvláštní obraz a uskutečnění tohoto “programu” máme před sebou tajemství Vtělení a osobu matky Páně, v níž Kristův život získal tělesnou a viditelnou podobu, v níž se Slovo stalo tělem. Proto naše malá duchovní cvičení začínáme rozjímáním události Zvěstování.

### Příprava

Přejít ze stavu aktivity do stavu modlitby předpokládá osvojení si postoje přijímajícího, k němuž patří osvobození od starání se a namáhání. Karin Johne říká, že uvolnění je postojem vykoupeného člověka. Člověk je jednotou těla a duše a proto naše vnitřní uvolnění tvoří spojené nádoby s uvolněním těla.

*Cvičení: Procházejte jednotlivé části těla a postupně je uvolňujte, nejlépe vleže.*

### Meditace písň

Pro toho, kdo má zábrany vůči podobným cvičením, může být k užítku meditace písň. Johne doporučuje Tersteegenovu píseň (Evangelický zpěvník č. 166) s následujícím doslovným překladem J. Vokouna:

*Ty pronikáš všechno,  
nech své krásné světlo,  
Pane, dotknout se mé tváře.  
Jak něžnou květinu  
ochotně se rozvinout  
a vystavit s slunci.  
Nech mě tak  
tiše a radostně  
chytat tvé paprsky  
a nechat tě působit.*

### Meditace biblického textu: Lukáš 1,26-38

Vcítím se do Marie, která se jedinečně otevírá Bohu a přijímá jej. Vše zde koná Bůh sám. Ale čeká na Mariino: Ano.

### Meditace citátu

“Tak jako je slunce dobře vidět v tiché vodě a silně ji ohřívá, nemůže být tak dobře vidět ve vodě pohyblivé a zčeřené. Proto, chceš-li být osvětlený a prohrátý evangeliem, jdi tam, kde můžeš být tichý a ten obraz můžeš hluboce uchopit do srdce, tam najdeš div nad každý div.” (Martin Luther)

### Modlitba

Hle, jsem služebnice Páně, (nádech)  
staň se mi podle tvého slova. (výdech)