



JEŽIŠOVA MODLITBA

RADY NA ZAČIATOK

Miron Kerul'-Kmec

Ježišova modlitba

Rady na začiatok

Miron Kerul'-Kmec



2022

© *Miron Keruľ-Kmec* 2022

Ježišova modlitba

Jazyková korektúra:

Jana Keruľ-Kmecová

Návrh obálky a grafická úprava:

Štefan Keruľ-Kmec ml.

ISBN 978-80-8233-013-0

**PAHE, JEŽIŠU KRISTE,
SYHU BOŽÍ,
ZMILUJ SA NA DO MNOU,
HRIEŠNYM.**

Úvod

„Pane, Ježišu Kriste, Synu Boží, zmiluj sa nado mnou, hriešnym.“ Táto jednoduchá modlitba, ktorú poznáme pod názvom „Ježišova modlitba“ alebo „modlitba srdca“, uchvacuje srdce človeka. Počas posledných pätnástich rokov pastoračnej služby tak trochu s údivom sledujem rastúci záujem o túto modlitbu nielen u tých, ktorí v našej farnosti hľadajú duchovné sprevádzanie, ale aj u tých, ktorí sa pripravujú na vstup do Cirkvi. Jedni sa uspokojujú s emocionálnou útechou, ktorú im modlitba ponúka, druhí zas inšpirovaní čítaním životov svätých, ktorých táto modlitba priviedla k duchovným výšinám, očakávajú podobné ovocie vo svojom živote. Skôr či neskôr však prichádzajú k momentu, keď si uvedomujú neúrodnosť svojho úsilia a začínajú hľadať pomoc.

Zreteľnesomto vnímal po farských duchovných cvičeniach na začiatku roku 2016. Jedna z konferencií bola venovaná Ježišovej modlitbe. Po krátkom pripomenutí základov tejto modlitby nasledovala praktická časť. Veriaci boli pozvaní k dvadsiatim minútam modlitby v tichu s dodržaním ponúknutých rád. Mnohí neskôr povedali, že tých dvadsať minút bolo pre nich najsilnejším zážitkom duchovných cvičení. V nasledujúcich týždňoch a mesiacoch ma mnohí oslovili, či by som im nepomohol s naučením sa Ježišovej modlitby, pretože pri jej praktizovaní narazili na rôzne ťažkosti. To viedlo k mnohým duchovným rozhovorom, ktoré poukázali na nutnosť polozenia správnych základov pre používanie tejto modlitby.

Vysvetlenie dáva táto analógia. Ak sa človek rozhodne absolvovať maratón a postaví sa na štartovaciu čiaru bez akejkol'vek prípravy, tak sa nedá očakávať, že ho aj