

Čítať a modliť sa Sväté písmo

Diecézna škola viery IV.

Modliť sa Božím slovom znamená, že sa *prihovárame* Bohu a zároveň ho *počúvame*, keď čítame Božie výroky. Cieľom tohto spôsobu čítania Biblie je nadviazať každodenný dialóg človeka s Bohom. Modlitba sa uskutočňuje rozmanitými spôsobmi podľa jednotlivých ľudí. Niekomu sa modlitba tlačí na pery, keď vidí krásu hôr, ticho lesa alebo počúva hudbu. Pre iného okamihom modlitby je úspech v práci, vydarená odpoveď v škole, blízkosť milovanej osoby, narodenie dieťaťa. Modlitbu vyvolá príchod choroby, ťažkosť v živote, utrpenie, smrť blížneho. To všetko nachádzame na stránkach Biblie. Žalmista ospevuje Boží majestáť v stvorených veciach, Izrael oslavuje Boha pri záchrane od vln Červeného mora, Jób sa pýta po zmysle utrpenia a smrti, Zachariáš zveľbuje Boha pri narodení syna Jána atď.

Ohrozenia

Najčastejším a najväčším ohrozením nábožného čítania Svätého písma je náš nedostatok času a uponáhľanosť. Nemôžeme očakávať, že Božie slovo nás naplní a osloví, keď ho čítame v náhlení a povrchno alebo nečítame vôbec. Božie slovo potrebujeme viackrát prečítať, prerozjímať a modliť sa nad ním až tak, že toto slovo nás opanuje a podmaní si nás. Rozjímať slovo znamená znova a znova ho čítať, doslova až „prežúvať“ a opakovať si ho pre seba, ukladať do pamäti a uchovávať v srdci. To všetko vyžaduje mať čas pre Božie slovo a jeho čítanie nesmie byť len okrajovým vyplnením dňa.

Ďalším ohrozením býva nepravidelnosť. Ak chce hudobník v hre na klavíri vyniknúť, musí pravidelne cvičiť. To mu umožní zachovať si prstoklad. Ak by trénoval iba vtedy, keď má chuť a darí sa mu, nikdy by sa nestal dobrým hudobníkom. Podobne je to aj pri čítaní Svätého písma. Jeho pravidelné čítanie uchováva v človekovi otvorenosť pre vanutie Božieho Ducha. Človek nestráca vnímavosť pre duchovné veci. Vytrvalosť je meradlom duchovného života a predpokladom požehnaného čítania Božieho slova.

Nesprávnym prístupom je aj selektívne čítanie, pri ktorom si vyberáme iba niektoré biblické texty. Môže byť úmyselné alebo neúmyselné, avšak obidve nás ochudobňujú o poklad Božej nauky ukrytej v celom Písme. Pri úmyselnom výbere človek vyhľadáva tie texty, ktoré sú mu milšie. Biblia sa tak stáva nástrojom našej osobnej sympatie. Už to nie je Písmo, ktoré pôsobí na nás, ale sme to my, ktorí rozhodujeme, čo a kedy prečítame podľa vlastných záujmov. Božie slovo sa tak stáva obeťou našej momentálnej nálady. Častým spôsobom prístupu je však aj neúmyselný výber tzn. náhodné otváranie Biblie. Dochádza tak k vytrhnutiu biblických citátov a udalostí z kontextu, čo môže viesť až k ich nesprávnemu pochopeniu. Výroky a udalosti sa udiali za istých okolností, boli zapísané v istom prostredí, ktoré je dôležité pre správne pochopenie Božieho posolstva. Nezabúdajme, že celé Sväté písmo je Bohom inšpirované, nie len niektorá jeho časť. Písmo sa nedá deliť na podstatné a nepodstatné časti.

Súčasnú dobu môžeme nazvať, že je dobou úžitku, čo sa žiaľ prenáša aj do medziľudskej a náboženskej oblasti. Pokiaľ máme z vecí úžitok, používame ich a tešíme sa z nich. Keď z nich prestaneme mať úžitok, zbavíme sa ich. V medziľudských vzťahoch sme svedkami, že ľudia sa pýtajú „čo mám z takého vzťahu?“ Keď tento úžitok nevidia alebo nevidia ho ihneď, dochádza k rozpadom vzťahov, manželstva, ba dokonca „úžitkovosť“ priniesla prevrátený pohľad na samotný ľudský život. Hľadanie úžitku sa deje aj pri čítaní Písma. Biblia nie je vec, na ktorú mám záruku a čakám od jej používania úžitok. Božie slovo nie je ani prístroj, ktorý po vhození úsilia a stráveného času automaticky vyrieši moje problémy. Čítanie Božieho slova nemá byť v prvom rade zamerané na získanie akýchsi dobier, ale na hľadanie môjho zjednotenia s Bohom. Mnohí veriaci po počiatočnom úsilí prestanú čítať Bibliu, lebo nevidia okamžité ovocie.

Napokon chceme ešte spomenúť ohrozenie, ktorým je čítanie Svätého písma s predsudkami v rôznych podobách.

1. Mnohé biblické texty sú nám už známe zo svätých omší, zo stretnutí alebo z osobného čítania Biblie. Neraz sa stáva, že pri kontakte s už „známym“ biblickým textom (Ježišovo narodenie, niektoré podobenstvá, zázraky a pod.) nedáme možnosť, aby nás Boh svojim slovom oslovil, lebo sme to počuli už „100-krát“ a staneme sa pasívni. Dajme Svätému písmu príležitosť, aby v nás zaznelo. Zachovajme si schopnosť pozorného načúvania a usilujme sa o jeho aktualizáciu „tu a teraz“.
2. Predsudky k biblickému textu môžu prameniť aj z unáhlených výkladov získaných z predchádzajúceho čítania. Niekedy sme ovplyvnení výkladom, ktorý sme počuli na kázni alebo sa sami dozvedeli v náboženskej literatúre. Nechajme, nech zaznie text taký, aký je sám v sebe. Nevkladajme doň dopredu vlastné interpretácie.

Vonkajšie a vnútorné predpoklady

Hovoríme o každodennom pravidelnom čítaní Svätého písma, pre ktoré je potrebné vytvoriť vonkajšie a vnútorné predpoklady. Ako sme už spomenuli, prvým predpokladom je vytvorenie dostatočného časového úseku. Nie je však možné presne stanoviť počet minút. Strávený čas závisí od životnej situácie človeka ako aj od charakteru biblického textu. Iný program dňa má pracujúca matka, iný program má človek na dôchodku a zasa iný rehoľná osoba. Môžeme s určitosťou povedať, že 5 minút je málo na to, aby sme hovorili o pokojnom a sústredenom čítaní Svätého písma. Na druhej strane nie každý môže vždy stráviť nerušene každý deň 30 minút nad Božím slovom. Na začiatok sa odporúča vyčleniť si približne 15-20 minút. Platí však zásada, že čas prispôbujeme tak, aby to bolo na osoh čítaniu Božieho slova, nikdy nie naopak!

Keď hovoríme o čase, musíme hovoriť aj o priestore, ktorý zvolíme pre čítanie Božieho slova. Vyberáme ho jednak vo vedomí, že ideme čítať Božie slovo ako aj vzhľadom na naše možnosti. Niektorí využijú skutočnosť, že býva blízko kostola a strávi čas s Božím slovom tam, iní možno v mestskom parku a niektorí bude prinútený čítať nad kuchynským stolom. Nakoľko je to možné, usilujme sa o podmienky, ktoré pomôžu vytvoriť atmosféru posvätna. Nech je to také miesto, ktoré sa v tom okamihu premení na svätyňu, aby sme sa stretli so živým Bohom. Pomôžme si zapálenou sviečkou a nábožným obrazom. Aj keď sa

modlíme za „zatvorenými dverami“, ako nám to Ježiš odporúča v Matúšovom evanjeliu, správajme sa tak, aby sme aj svojim držaním tela vyjadrili to, čo si želáme v hĺbke srdca. So Svätým písmom zaobchádzajme vždy nábožne a úctivo. Nech má v našom príbytku svoje čestné miesto.

Pre tých, ktorí začínajú s pravidelným čítaním Svätého písma odporúčame začať Novým zákonom – konkrétne evanjelióvymi textami. Napríklad môžu začať Lukášovým evanjeliom a potom hneď prejsť na Skutky apoštolov, lebo tieto dve knihy vytvárajú jedno „lukášovské“ dielo. Ďalšia možnosť je začať Jánovým evanjeliom a potom prejsť na Jánove listy tzn. „jánovské spisy.“ Rovnako dobré je začať Markovým alebo Matúšovým evanjeliom.

Pre tých, ktorí už dôvernejšie poznajú Bibliu, jestvuje možnosť čítať ju spolu s Cirkvou podľa liturgického čítania na príslušný deň. Dnes už jestvujú liturgické kalendáre, v ktorých sú vyznačené denné čítania podľa lekciónára. Výhodou takého čítania je skutočnosť, že človek prežíva s Cirkvou a v Cirkvi liturgický rok s jeho jednotlivými obdobiami, ktorým je prispôsobený aj výber biblických čítaní. Napomôže mu to aj lepšie prežiť sv. omšu, lebo čítania mu budú blízke. Značnou nevýhodou je, že tieto liturgické čítania neobsahujú celú Bibliu, ale len najdôležitejšie udalosti z dejín spásy.

Najjednoduchší spôsob čítania je poctivo na pokračovanie každý deň čítať od Knihy Genezis postupne všetky starozákonné a novozákonné knihy až po poslednú knihu Zjavenia apoštola Jána.

Začínajme modlitbou

Pri čítaní Svätého písma sa prehrešujeme tým, že začíname hocijako a vynecháme prípravu na modlitbu ako aj samotnú úvodnú modlitbu. Niektorí dokonca urobia len krížik na čele. V našej modlitbe musí byť predovšetkým okamih ticha a sústredenosti ako vstup do modlitby. Modlitba nemusí byť dlhá, nech však vždy obsahuje úmysel, aby sme porozumeli Božiemu slovu v tom istom Duchu, v ktorom bolo napísané.

Modlitbou odlišujeme Sväté písmo od akejkoľvek inej literatúry a dávame mu privilegované miesto v našom živote. Ved' predsa sa nemodlíme, keď čítame román alebo listujeme v novinách. Modlitbou vyjadrujeme naše pevné presvedčenie, že v Biblii dochádza k osobnému stretnutiu človeka s Bohom. Ide o osobný a jedinečný dialóg.

Niekedy budeme cítiť, že biblický text, ktorý práve čítame, má jasný význam pre náš život. Pocítime radosť a nebudeme chcieť skončiť. Avšak prídu okamihy, keď textu nebudeme rozumieť, nebudeme sa môcť sústrediť, ba až budeme mať chuť porušiť naše predsavzatie čítať Sväté písmo každý deň. Vtedy je dôležité neprestávať. Nezúfajme, keď sa nedokážeme sústrediť. Vytrvajme aj za cenu, že nám vždy nenapadnú vhodné myšlienky a slová. Nečítame Písmo preto, aby sme sa stali odborníkmi, ale aby sme sa naučili počúvať Boha, ktorý sa k nám prihovára vo svojom slove.

Štúdium

„Filip videl Etiópčana, eunucha a veľmoža etiópskej kráľovnej Kandaky, správcu všetkých jej pokladov, ktorý sa prišiel do Jeruzalema pokloniť Bohu, a už sa vracal. Sedel na svojom voze a čítal proroka Izaiáša.

Tu povedal Duch Filipovi: "Chod' a pridaj sa k tamtomu vozu." Keď Filip pribehol a počul, že číta proroka Izaiáša, opýtal sa: "A aj rozumieš, čo čítaš?" On odvetil: "Ako by som mohol, keď mi to nik nevysvetlí?" A poprosil Filipa, aby nastúpil a sadol si vedľa neho." (SK 8,27-31)

Pri čítaní Svätého písma sa môže stať, že sa budeme rovnako cítiť ako ten Etiópčan. Naše srdce bude otvorené, myseľ sústredená, a napriek tomu nebudeme rozumieť tomu, čo čítame. Duch Svätý nám pomáha svojimi vnuknutiami porozumieť čítanému textu, ale teraz použil ako svoj nástroj človeka – Filipa. Úradník teda nedostal nejaké mimoriadne osvietenie „zhora“, ale bola to pomoc putujúceho človeka, ktorý mu vysvetlil slová proroka Izaiáša. Aj dnes, keď čítame Sväté písmo, zažívame niečo podobné. Sú chvíle, keď vedení Duchom Svätým porozumieme biblickému textu. Ale často aj my potrebujeme „nástroje“, ktoré nám pomáhajú porozumieť Božiemu slovu. Dnes jestvujú viaceré biblické komentáre, slovníky a encyklopédie. Dbajme pri nich, aby podávali učenie v zhode s Katolíckou cirkvou.

Pamätajte vždy na cieľ nášho štúdia: Chceme lepšie spoznávať Sväté písmo, aby sme sa pri jeho nábožnom čítaní stretli so živým Bohom.

Boh prehovoril v Svätom písme prostredníctvom ľudí a teda ľudským spôsobom. Preto je potrebné skúmať, čo vlastne mali svätopisci, ktorých si Boh vyvolil, v úmysle vyjadriť. Svätopisci sa vyjadrovali pomocou vtedy používaných literárnych a kultúrnych daností. Štúdium Svätého písma je potrebné začať jeho samotným čítaním. Preto je dôležité, aby sme mali svoju vlastnú knihu celého Svätého písma Starého i Nového zákona so všetkými jeho časťami, ktoré uznáva Katolícka cirkev za inšpirované. Keď začíname čítať novú knihu Svätého písma, vždy si najskôr prečítajme úvody, ktoré sa nachádzajú pred každou knihou a obsahujú základné informácie o autorovi, dobe a mieste napísania ako aj štruktúru knihy, jej základné teologické témy a poslanstvo. Pri konkrétnych kapitolách a veršoch venujme pozornosť poznámkam pod textom, ktoré nám osvetlia čítaný úryvok. Pravidelným čítaním Svätého písma získame jeho dôverné poznanie a prehľad postáv, udalostí a kníh.

Ticho

Všetci učiteľia duchovného života a všetky metódy čítania Svätého písma zdôrazňujú dôležitosť ticha. V Starom zákone sa Boh neprihovoril Eliášovi v silnom a prudkom vetre, ani v ohni a zemetrasení, ale v tichom a lahodnom vánku (porov. 1 Kr 19,11-13). Evanjelisti v Novom zákone predstavujú Ježiša, ktorý opustil zástupy a odišiel na osamelé miesto a tam sa modlil (porov. Mk 1,35; Mt 14,13; 17,1; Lk 5,16). Ticho po prečítaní úryvku zo Svätého písma nám umožňuje počúvať vnuknutia Ducha Svätého. Božie slovo vstupuje do nášho srdca a mysle. Je to náš postoj podľa vzoru mladého Samuela: „*Hovor, Pane, tvoj sluha počúva!*“ (1 Sam 3,9)

Boh sa však k nám neprihovára na počkanie. Nemôžeme očakávať, že sa musí niečo stať. Je omylom žiadať, aby sa Pán preukázal nejakým viditeľným spôsobom, keď čítame Sväté písmo. Našou úlohou je čítať, stíšiť sa a modliť s otvoreným a múdrym srdcom.

Umenie počúvať je hlavne umením vnútorného ticha nášho srdca. Ticho prebúdzá náš vnútorný sluch. Je to nasmerovanie nášho srdca na Boha, ktorý sa nám prihovára. Ticho umožňuje, aby toto jeho slovo preniklo do nášho vnútra. Ticho a mlčanie neznamená ničnerobenie – pasivitu človeka, ako by sme sa mohli mylne domnievať. Utišiť sa znamená počúvať Boha. Je to vnímanie Božieho posolstva. V tichu sa odohráva akoby „trávenie“ – porozumenie toho, čo sme čítali v Svätom písme.

Modlitba

Keď hovoríme o modlitbe, najčastejšie máme na mysli slová, ktoré vypovieme alebo na modlitby, ktoré sme sa naučili ešte v detstve alebo na spontánne slová, ktoré vychádzajú z nášho srdca. Áno, slová sú súčasťou našej modlitby, ale musia sa opierať o niečo oveľa hlbšie – o prežívanie Božej prítomnosti v našom živote, o skúsenosť viery. Práve čítanie Svätého písma nás vovádza do Božej prítomnosti a k počúvaniu jeho slova. Každodenné čítanie Božieho slova je najlepším spôsobom vstupu do modlitby. Vzorom modliaceho sa človeka je Ježišova matka Mária. O nej Písmo hovorí, že uchovávala všetky slová vo svojom srdci a premýšľala o nich (porov. Lk 2,19.51). Žiť v Božej prítomnosti a zachovávať Božie slova vo svojom srdci je prvým stupňom modlitby. Je to aj prvé ovocie čítania Svätého písma, lebo sa stávame súčasťou Božieho plánu, ktorý Boh mal s Abrahámom, Mojžišom, prorokmi a ktorý sa naplnil skrze účinkovanie, smrť a zmŕtvychvstanie Ježiša Krista, Božieho Syna. O Márii Lukášovo evanjelium hovorí, že nielen uchovávala všetky slová vo svojom srdci, ale premýšľala o tom, čo sa udialo. Je to veľký príklad pre nás. Sme pozvaní, aby sme v modlitbe nielen uchovávali Božie slovo, ale premýšľali o jeho význame pre nás. Súčasťou nasledovania Ježiša je aj zachovávanie a premýšľanie o Jeho slove, lebo ono má moc premieňať naše srdcia. Tak sa stávame príbytkom Božieho slova.

Nie je dobré oddeliť čítanie Božieho slova od modlitby. K tomu môžeme využiť dva spôsoby modlitby:

1. *Modliť sa so Svätým písmom.* Je to moja odpoveď na prečítaný a prerozjímaný text. Neznamená to akoby odložiť bokom náš život, ale skôr pozrieť sa naň svetlom Božieho slova, zo strany Boha. Nesnažme sa prerobiť biblický text, aby vystihol našu situáciu, ale my sa usilujme pretvoriť náš život. Niekedy stačí jeden verš z úryvku, ktorý čítame v daný deň a ten verš nás priamo privedie k modlitbe, lebo rezonuje v našej mysli a srdci. Naša modlitba – to je najlepšia odpoveď na čítanie Svätého písma.
2. *Modliť sa slovami Svätého písma.* Je to ďalší možný spôsob modlitby. Keď apoštoli prosili Ježiša, aby ich naučil modliť sa, naučil ich modlitbu „Otčenáš.“ Je to tak známa modlitba, že keď sa ju modlíme, ani si veľakrát neuvedomujeme hĺbku slov. Už prvé slová „Otče náš“ sú nesmierne hlboké. Odporúčame prečítať k modlitbe Pána komentár v Katechizme Katolíckej cirkvi. Modlitba Pána nie je jedinou modlitbou Svätého písma. Jedinečným zdrojom modlitieb sú starozákonné žalmy. Vyšli zo života a z kultu židovského národa. Tvoria ich chválospevy, vďakyvdania ako aj náreky. Ich čaro spočíva aj v tom, že veľakrát dokážu vyjadriť to, čo my sami by sme chceli Bohu povedať. Je veľmi potrebné, aby sa žalmy stali aj našimi modlitbami. Modlitby nájdeme roztrúsené v každej časti Biblie

(Zachariášov a Máriin chválospev, Pavlove kristologické hymny, Chválospev v Jánovej apokalypse atď.). Biblické modlitby sú pre nás šlabikárom, kde sa učíme, ako majú vyzerat' naše modlitby.

Tri jednoduché kroky

Na začiatku stojí úvodná osobná modlitba, po ktorej nasleduje:

1. **Čítanie.** Prečítaj viackrát zvolený úryvok, aby si sa s ním dôverne oboznámil.
2. **Meditácia:** Premýšľaj nad Božím slovom. Nasledujúce otázky ti pomôžu:
 - a) Obsahuje text príklad k nasledovaniu?
 - b) Hovorí text o hriechu, ktorému sa mám vyhnúť alebo sa zaň kajať?
 - c) Je tam príkaz alebo prísľub, ktorý mám plniť?
 - d) Obsahuje text otázku, na ktorú mám odpovedať?
 - e) Obsahuje náuku o Bohu, o mne, o svete, ktorú mám prijať?
3. **Modlitba.** Sústreď sa na modlitbu, ktorá bude výsledkom prečítaného a premeditovaného textu a bude obsahovať konkrétne predsavzatie.

Cesta lectio divina

Túto metódu uvádza Enzo Bianchi vo svojej knihe *Modliť sa Božie slovo*. Je vhodná predovšetkým pre jednotlivca.

1. **Modlitba.** Skôr ako začneš čítať Sväté písmo, pros Ducha Svätého, aby ti otvoril srdce. Vhodná je predovšetkým spontánna modlitba.
2. **Čítanie Svätého písma.** Čítaj pozorne, pomaly a viackrát. Úryvok môže byť z lekciónára alebo z Biblie. Čítaj potichu a načúvaj textu.
3. **Rozjímanie.** Za pomoci dopredu pripravených nástrojov (biblických komentárov, biblickej konkordancie a pod.) sa usiluj pochopiť čo si čítal. Vysvetľuj Písmo Písmom. Rozjímaj, čo ti chce Pán svojím slovom povedať. Ak je potrebné, prečítaj si text ešte raz.
4. **Modlitba.** Teraz, keď si plný Božieho slova, hovor so svojím Bohom. Odpovedz mu na jeho slovo, na jeho volanie. Môže to byť modlitba chvály, vďakyvdania alebo prosby. Nehľadaj však pri tom seba, ale stále hľad' na Pána.
5. **Kontemplácia.** Kontemplovať znamená vidieť všetko Božími očami. Pozeraj sa na seba, svoj život, svoje vzťahy Božími očami.
6. **Zachovanie.** Zachovaj si prijaté slovo v srdci ako Mária. Stráž ho a pripomínaj si ho. Spomeň si naň v rôznych okamihoch dňa. Takýmto spôsobom Boh môže zjednotiť tvoj deň, tvoju prácu, tvoju námahu, tvoj odpočinok, tvoj spoločenský život aj tvoju samotu. Prebúdzať slovo, ktoré bolo do teba zasiate, aby ťa sprevádzalo celý deň
7. **Poslušnosť.** Nezabúdaj, že vypočuté slovo je potrebné uviesť do praxe. Preto si daj konkrétne predsavzatie.