

Existují různé druhy modlitby. Jestliže zde mluvíme o vnitřní modlitbě, je to jakýsi protipól vnější modlitby, tedy modlitby vyslovené ústy navenek. Vnitřní modlitba je proto hlavně intimní setkání s Bohem v lidském nitru. Je to otevření mysli pro Boží hlas a „rozhovor s Bohem mezi čtyřma očima“, jak říká sv. Terezie.

Z naší strany můžeme pro takovou modlitbu udělat to, že se uklidníme, usebereme a otevřeme své srdce Bohu.

To je důležité, ale samo o sobě to nestačí. Vnitřní modlitba, právě proto, že není pouze naší jednostrannou snahou, ale rozhovorem, musí být oslovením obdarováním od Boha. A jako je spousta našich způsobů usebrání a spočinutí před Bohem, tak je i spousta způsobů Božího obdarování a oslovení. Člověk mluví ve svém nitru k Bohu a naslouchá, co mu Bůh říká. To ale znamená i to, že vnitřní modlitbu máme ve své moci jen z malé části, a že musíme dát Bohu hlavně čas a s ním zvláštním způsobem i sami sebe.

Významní autoři duchovního života vnitřní modlitbu velmi silně zdůrazňují. Každá modlitba je totiž pozvednutím mysli k Bohu.

Na rozdíl od vnější modlitby ústy, která je hlavně naší aktivní snahou vyslovit před Bohem to, co máme na srdci, a na rozdíl od četby Písma, která je hlavně jakousi pasivní snahou nechat se oslovit, je vnitřní modlitba jakýmsi spolubytím s Bohem, které má aktivní i pasivní stránku jako ostatně každý skutečný rozhovor. Sv. Terezie prý řekla: „Ručím za spásu člověka, který každý den čtvrt hodiny rozjímá.“ Možná je to trošku radikální výrok, ale rozhodně povzbuzuje k tomu, co je opravdu důležité.

zdroje/doporučená četba

Lk 5, 16: On však odcházival na pustá místa a tam se modlil.

Sk 10, 9: Druhého dne vyšel Petr za poledne na rovnou střechu domu, aby se modlil.

Katechismus katolické církve 2709—2719