

Modlitby boli vytvorené kresťanskými
koučmi, účastníkmi Seminára duchovného
rastu koučov v máji 2019 v Klokočove.
Sú určené pre interné potreby komunity
kresťanských koučov.

Jn 20, 3 – 8

*Peter a ten druhý učeník sa zobrali a išli k hrobu.
Bežali obaja, ale ten druhý učeník bežal rýchlejšie,
predbehol Petra a prišiel k hrobu prvý. Nahol sa
a videl tam položené plachty;
dnu však nevšiel.*

*Potom prišiel aj Šimon Peter, ktorý ho nasledoval,
a vošiel do hrobu. Videl tam položené plachty aj
šatku, ktorú mal Ježiš na hlave. Lenže tá nebola pri
plachtách, lež osobitne zvinutá na inom mieste.*

*Vtedy vošiel aj druhý učeník, ten, čo prišiel
k hrobu prvý, a videl i uveril.*

**Uverme mu,
aj keď ho nevidíme priamo,
iba jeho stopy.**

Bože, Pôvodca ticha a Darca slova.

Oslobod' ma od pokušenia
vyplňať mlčanie slovami.

Zbav ma neistoty,
že kladiem nesprávnu otázku.

Prosím ťa o odvahu vnímať ticho
ako tajomstvo, v ktorom si ty prítomný.

Daj mi pokoru stáť pri kolíske slova,
ktorým ty pomáhaš pomenovať,
a uchopiť obraz, ktorý sa vynára.

Amen.

Jn 20, 11 – 18

Mária stála vonku pri hrobe a plakala. Ako tak plakala, nahla sa do hrobu a videla dvoch anjelov v bielom sedieť tam, kde bolo predtým uložené Ježišovo telo, jedného pri hlave, druhého pri nohách.

Oni sa jej opýtali: „Žena, prečo plačeš?“, Vravela im: „Odniesli môjho Pána a neviem, kde ho položili.“ Keď to povedala, obrátila sa a videla tam stáť Ježiša; no nevedela, že je to Ježiš. Ježiš sa jej opýtal: „Žena, prečo plačeš? Koho hľadáš?“

Ona mu v domnení, že je to záhradník, povedala: „Pane, ak si ho ty odniesol, povedz mi, kde si ho položil, a ja si ho vezmem.“ Ježiš ju oslovil: „Mária!“,

Ona sa obrátila a po hebrejsky mu povedala: „Rabbuni“, čo znamená Učiteľ.

**Počúvajte jeho hlas,
nesmúťme a nepoddávajte sa
bolesti.**

Ďakujem ti za tohto človeka,
že si doň vložil svoj obraz.

Prosím, aby som bol „priehľadný“
a neclonil mu svojím JA.

Amen.

Jn 20, 19 – 23

Večer v ten istý prvý deň v týždni, keď boli učeníci zo strachu pred Židmi zhromaždení za zatvorenými dverami, prišiel Ježiš, stal si doprostred a povedal im: „Pokoj vám!“ Ako to povedal, ukázal im ruky a bok.

Učeníci sa zaradovali, keď videli Pána. A znova im povedal: „Pokoj vám! Ako mňa poslal Otec, aj ja posielam vás.“ Keď to povedal, dýchol na nich a hovoril im: „Prijmite Ducha Svätého. Komu odpustíte hriechy, budú mu odpustené, komu ich zadržíte, budú zadržané.“

**Duch dáva radosť a odvahu,
keď máme strach
a skrývame sa.**

Pane, daj mi silu bojovať s pokušením
posudzovať človeka, ktorý predou mnou sedí.

Obdar ma duchom prijatia, úcty,
rešpektu a pokoja v mojom srdci.

Prosím, daj mi tvoje milosrdné oči a uši,
nech by som počul akýkoľvek príbeh.

Amen.

Jn 20, 24 – 229

Tomáš, jeden z Dvanástich, nazývaný Didymus, nebol s nimi, keď prišiel Ježiš. Ostatní učeníci mu hovorili: „Videli sme Pána.“ Ale on im povedal: „Ak neuvidím na jeho rukách stopy po klincoch a nevložím svoj prst do rán po klincoch a nevložím svoju ruku do jeho boku, neuverím.“ O osem dní boli jeho učeníci zasa vnútri a Tomáš bol s nimi. Prišiel Ježiš, hoci dvere boli zatvorené, stal si doprostred a povedal: „Pokoj vám!“ Potom povedal Tomášovi: „Vlož sem prst a pozri moje ruky! Vystri ruku a vlož ju do môjho boku! a nebuď neveriaci, ale veriaci!“

Tomáš mu odpovedal: „Pán môj a Boh môj!“

Ježiš mu povedal: „Uveril si, pretože si ma videl. Blahoslavení tí, čo nevideli, a uverili!“

**Nechajme, nech sa nás
najprv dotkne on, ak sa
chceme dotýkať my.**

Ďakujem, Ježiš, že si prítomný v ranách človeka,
ktorý prichádza, a že si Pánom nad mojím
aj nad jeho životom.

Prosím, Pane, daj mi tvoj pokoj,
aby som v dôvere a láske videl
v tomto človeku teba.

Príď, Pane, pozývam ťa do tohto rozhovoru,
aby sme sa ťa spolu dotkli a spolu zvolali
„Pán môj a Boh môj“.

Amen.

V ten deň išli dvaja z nich do dediny zvanej Emauzy, ktorá bola od Jeruzalema vzdialená šesťdesiat stadií, a zhovárali sa o všetkom, čo sa prihodilo. Ako sa tak zhovárali a spoločne uvažovali, priblížil sa k nim sám Ježiš a išiel s nimi. Ich oči boli zastreté, aby ho nepoznali. I spýtal sa ich: „O čom sa to cestou zhovárate?“ Zastavili sa zronení a jeden z nich, menom Kleopas, mu povedal: „Ty si vari jediný cudzinec v Jeruzaleme, ktorý nevie, čo sa tam stalo v týchto dňoch?“ On im povedal: „A čo?“ Oni mu vraveli: „No s Ježišom Nazaretským, ...; ako ho veľkňazi a naši poprední muži dali odsúdiť na smrť a ukrižovali. ...“

On im povedal: „Vy nechápaví a ťarbaví srdcom uveriť všetko, čo hovorili proroci! Či nemal Mesiáš toto všetko vytrpieť, a tak vojsť do svojej slávy?“ a počnúc od Mojžiša a všetkých Prorokov, vykladal im, čo sa naňho v celom Písme vzťahovalo. Tak sa priblížili k dedine, do ktorej šli, a on sa tváril, že ide ďalej. Ale oni naň naliehali: „Zostaň s nami, lebo sa zvečerieva a deň sa už schýlil!“ Vošiel teda a zostal s nimi. a keď sedel s nimi pri stole, vzal chlieb a dobrorečil, lámal ho a podával im ho. Vtom sa im otvorili oči a spoznali ho. Ale on im zmizol. Tu si povedali: „Či nám nehořelo srdce, keď sa s nami cestou rozprával a vysvetľoval nám Písma?“ a ešte v tú hodinu vstali a vrátili sa do Jeruzalema.

**Vnímajme život cez Písmo,
nie cez naše sklamané
očakávania a hnev.**

Pane, otvor človeku predou mnou oči,
aby videl tvoju prítomnosť v jeho živote.

Pane, daj mi čisté srdce,
aby som netienil tvojmu svetlu
pri pohľade na jeho život,
aby mohol vidieť svoj život v tvojej pravde.

Amen.

Lk 24, 36 – 40

Kým o tom hovorili, on sám zastal uprostred nich a povedal im: „Pokoj vám.“ Zmätení a naľakaní si mysleli, že vidia ducha. On im povedal: „Čo sa ľakáte a prečo vám srdcia zachvacujú také myšlienky? Pozrite na moje ruky a nohy, že som to ja! Dotknite sa ma a presvedčte sa! Ved' duch nemá mäso a kosti – a vidíte, že ja mám.“ Ako to povedal, ukázal im ruky a nohy.

**Dôverujme,
vnútorný pokoj premáha
nedôveru, obavy, zmätok
z nadprirodzena.**

Pane, dovoľ mi byť nástrojom tvojho pokoja,
pokoja, ktorý prinesie tomuto bratovi/tejto
sestre odvahu k novému pohľadu
a citlivosti na tvoj hlas.

Amen.

Mt 28,18 – 20

Ježiš pristúpil k nim a povedal im: „Daná mi je všetka moc na nebi i na zemi. Chodte teda, učte všetky národy a krstite ich v mene Otca i Syna i Ducha Svätého a naučte ich zachovávať všetko, čo som vám prikázal. A hľa, ja som s vami po všetky dni až do skončenia sveta.“

Otvorme sa istote
o jeho trvalej prítomnosti,
nežime v nevedomosti o nej.

Pane, posielaš ma slúžiť.

Daj, aby som nezabudol, že som
tvojím nástrojom.

Prosím ťa, urob ma vnímavým
na pôsobenie Ducha Svätého.

On nech cezo mňa hovorí.

Amen.

Modlitby koučov

Vydalo Poradenské centrum
pre rodiny — FAMILY GARDEN.

2019