

15. 11. 2021



**Pane Ježišu Kriste, Synu Boží,  
zmiluj sa nado mnou hriešnym**

*Toto sú slová Ježišovej (Isusovej) modlitby, jedného z klenotov našej východnej duchovnosti. Opakovanie takejto alebo podobnej formuly (napr. Pane Ježišu Kriste, zmiluj sa nado mnou) je najjednoduchším spôsobom, ako sa naučiť ustavičnej modlitbe (1 Sol 5,17: Bez prestania sa modlite). Nazýva sa tiež modlitbou srdca.*

*Veľmi dobré je modliť sa Ježišovu (Isusovu) modlitbu aj ako strelnú počas dňa, podľa možnosti čo najčastejšie, opakovať ju napr. pri čakaní na autobus, na prechádzke v lese alebo pri jednoduchej manuálnej práci. Tým môžeme posvätiť každú chvíľu dňa a prežívať ju s Ježišom a v Ježišovi. Nepôjde to asi hneď, dôležitá je vytrvalosť. Vhodné a veľmi účinné je tiež modliť sa ju pred spaním resp. pri zaspávaní.*

*Táto krátka modlitba v sebe obsahuje celú pravdu evanjelia: ponajprv vyznávame, že Ježiš Kristus je Pán a chválime ho ako pravého Boha. V druhej časti uznávame svoju hriešnosť a prosíme o odpustenie, čím zároveň vyznávame vieru v Božie milosrdenstvo a všemohúcnosť.*

[...Liturgický kalendár na tento deň](#) 

Text a ilustračné obrázky - farnosť Saletini Rozkvet.  
Kliknutím na obrázok - väčšie rozlíšenie

 [späť na Úvodnu sekciju](#)