

# Molitva kao duhovni lijek duše

Roko PRKAČIN

## Sažetak

*Kršćanska molitva je nadnaravna tajna koja se objavljuje u Svetom pismu. I Isus Krist je naučio učenike kako treba moliti i svojim je primjerom potvrdio njezinu potrebu i učinkovitost. A Duh Sveti pomaže sve vjerne u molitvi.*

*Molitva je duhovni lijek za duhovne bolesti. Ona je lijek za duhovno ozdravljenje i duhovna pomoć za svaku bolest. Uz to je duhovno sredstvo za duhovnu obnovu, kako pojedinca tako i obitelji.*

## Uvod

Molitva je prvotna pojava religioznog života i njegov središnji čin. Po njoj se razlikuje religiozna i nereligiozna osoba. Ona je utkana u pučke pobožnosti svih naroda i svih kultura.

Prava molitva, međutim, pretpostavlja vjeru u osobnog i prisutnog Boga. Bog je u svijesti molitelja kao duhovna stvarnost i kao prisutna osoba. Duhovna veza s Bogom u molitvi doživljuje se kao povezanost s udaljenom osobom ili kao susret s prisutnom osobom. Vjerna osoba ne sumnja u mogućnost veze s Bogom, iako ga ne vidi. Ona je uistinu uvjerenjena u njegovu prisutnost i djelotvornost. Takva se molitva nalazi u svim jednobožaćkim vjerama,<sup>1</sup> bile one kršćanske ili nekršćanske, kao temeljni čin vjerskog i duhovnog života.

U religijama, ukoliko se razlikuju od objavljenih vjera, molitva se upućuje, bilo raznim prirodnim božanstvima da ih se ublaži, bilo jednom božanstvu – u najčišćem obliku religije – da ga se umilostivi. Čak i u primitivnim religijama molitva se javlja kao izraz duboke potrebe, ili zbog osjećaja krivnje ili zbog zahvalnosti. Želja za životom i zemaljskom srećom, glavne su teme takve molitve koja se događa u nekom dijalogu.

Oblik molitve koji se izriče dijalogom, tipičan je za kršćansku molitvu. Ta molitva, međutim, ukoliko je nadnaravna tajna koju je Isus Krist objavio, nema puno sličnosti s drugim izričajima molitve. Za kršćansku je molitvu jedini izvor Sveto pismo (usp. 2. Ancilli, 3–9).

1 Dok se vjere temelje na objavi, religije se mogu temeljiti na naravi i nadnaravi, pa i religije mogu biti naravne i nadnaravne.

## 1. Kršćanska molitva

Biblija je temeljni izvor kršćanske molitve, jednako i Stari i Novi zavjet. Budući da kršćanska molitva potječe od Isusa Krista i Duha Svetoga, ona se posebno nadahnjuje na Novom zavjetu. Sada se pitamo koje su njezine bitne crte? Što je ono što je čini posebnom i različitom od svih drugih načina molitve?

### 1.1. Stari zavjet

Molitva je u Starom zavjetu u prvom redu dijalog u vjeri s Bogom. Naime, Stvoritelj je onaj kojemu se upućuje molitva i koji odgovara i poziva, a čovjek je onaj koji moli i sluša.

»I dođe Jahve i stade i zovnu kao i prije: 'Samuele, Samuele!' A Samuel odgovori: 'Govori, sluga tvoj sluša'« (1 Sam 3,10). To je razgovor u vjeri, jer Samuel nema viđenje nego samo čuje glas.

Ta je molitva pouzdana, jer se temelji na Savezu s Bogom. Bog koji je Stvoritelj svemira, Gospodar povijesti, Svemogućí Bog, on je i Bog Saveza s izabranim narodom. Ljudi su pozvani na suradnju s Bogom u Povijesti spasenja. To posebno ističu psalmi koji su pravi uzori starozavjetnih molitava. »Bože moj, pećino moja kojoj se utječem, štite moj, snago spasenja moga, tvrđavo moja! Zazvat ću Jahvu, hvale predostojna i od dušmana bit ću izbavljen« (Ps 18,3).

Važna oznaka starozavjetne molitve je da molitelj treba slušati riječ Božju. »A sada, Izraele poslušaj zakone i uredbe kojima vas učim da biste ih vršili i tako poživjeli te unišili i zaposjeli zemlju koju vam daje Jahve Bog otaca vaših« (Pnz 4,1).

Iz te teološke strukture molitve u Starom zavjetu, pokazuje se njezin sadržaj. On se pak sažimlje u biblijskoj poruci da volju Božju za spasenje ljudi, koja se objavljuje u riječi Božjoj, treba primati s vjerom. Dok je vjera u Boga i Božju prisutnost bila stalna u izraelskom narodu, molitva je imala najznačajnije mjesto u životu i radu naroda. Kad je pak vjera u Boga, osobito u nekim razdobljima povijesti izraelskog naroda oslabila, tada je i molitva također oslabila (usp. 1. AA.VV., 29–64.)

No, molitva Starog zavjeta, koja je zapadala u krize, obnavljala se pod vodstvom proroka i velikih molitelja. Tako prorok Izaija kaže: »Kad na molitvu ruke širite, ja od vas oči odvrćam. Molitve samo množite, ja vas ne slušam. Ruke su vam u krvi ogrezle, operite se, očistite. Uklonite mi s očiju djela opaka, prestanite zlo činiti« (Iz 1,15). Objavljuje se tako da molitva koja nije povezana sa životom, nije Bogu draga.

Tužaljke su postale molitva židovskog naroda u progonstvu. Samoća, naime, i ostavljenost naroda u progonstvu utjecala je na molitvu pojedinaca. »Ja sam čovjek što upoznah bijedu pod silom gnjeva njegova. Mene

je odveo i natjerao da hodim u tmuni i bez svjetlosti« (Tuž 3,1–3). No, i ta je vrsta molitve puna pouzdanja i nade. »Dobrota Jahvina nije nestala, milosrđe njegovo nije presušilo. Oni se obnavljaju svako jutro: tvoja je vjernost velika! 'Jahve je dio moj', veli mi duša, 'i zato se u nj pouzdajem'« (Tuž 3,22–24).

Rezultat takve molitve bilo je jače iskustvo duhovnog zajedništva i povezanosti s Bogom. To je spremalo na molitvu kakva će se pojaviti po Isusu Kristu.

## 1.2. Novi zavjet

Molitva u svjetlu Novog zavjeta je u prvom redu molitva Isusa Krista. Zatim je ona molitva Duha Svetoga. Evanđelja donose na poseban način njezine značajke.

### 1.2.1. Molitva Isusa Krista

Prva molitva koju je Isus izgovorio, bila je njegov odgovor na poziv Oca nebeskog. »Evo dolazim – o meni je, naime, u svitku, to jest knjizi, pisano – da činim volju tvoju« (Heb 10,7). Ta molitva izriče zajedništvo s Ocem. Ona je sredstvo za spasenje ljudi.

Isus je svjestan tajnovite veze koja ga sjedinjuje s Ocem nebeskim. To se posebno očituje u molitvi *Očenaša* koju je ostavio učenicima kao uzor svake molitve (Mt 6,9–13). Dok je on sam izravno sjedinjen s Ocem i kaže nebeskom Ocu: »Oče moj« (Mt 11,27), te prima odgovor: »Ti si ljubljani Sin« (Mk 1,11), dotle svi oni koji vjeruju u njega stupaju u zajedništvo s Bogom po njemu kao posredniku.

Tako je Isus pred Ocem nebeskim u stanju ovisnosti. Kazao je: »Moja je hrana vršiti volju Očevu« (Iv 4,34). Njegovo je poslanje da ispuni djelo spasenja koje mu je povjerio nebeski Otac.

Isus posebno moli kad se radi o djelu spasenja i o njegovom ostvarenju. Tako se moli na početku mesijanskog djelovanja: »Dok se molio, otvori se nebo, side na njega Duh Sveti u tjelesnom obliku, poput goluba« (Mt 4,1–11). Zatim na početku propovijedanja u Galileji, ode na samotno mjesto »i tu se molio« (Mk 1,35).

Isus je proveo noć u molitvi prije izbora apostola (usp. Mt 9,37–38). Isto tako je molio prije obećanja prvenstva apostolu Petru i moli za njegovu vjeru (usp. Lk 9,18; 22,31–32). Isus moli također pri uskrsnuću Lazarovu (usp. Iv 11), te kad su ga pogani željeli vidjeti, moli nebeskog Oca da »proslavi ime svoje« (Iv 12,28). Prije svoje muke Isus iznosi svoju velikosvećeničku molitvu za savršeno jedinstvo (usp. Iv 17). Posebno moli u Getsemaniju, gdje pruža i potpuni uzor svake molitve: »Oče! Ako hoćeš, otkloni ovaj kalež od mene! Ali neka ne bude moja nego tvoja volja« (Lk

22,42). Ta molitva i ona na križu posebno su povezane s djelom spasenja (usp. Heb 5,7). Pa i samo slanje Duha Svetoga očituje se kao plod Isusove molitve (Iv 14,16).

Tako je novost kršćanske molitve u tome što je ona molitva samog Isusa Krista. On, naime, molitvu vjernika čini svojom i povezuje ih s Ocem. Kršćanska molitva je uvijek »po Kristu Ocu« (Ef 5,20).

### 1.2.2. *Molitva Duha Svetog*

Zatim je novost kršćanske molitve da se ona iznosi u Duhu Svetom. »Jednako i Duh pritječe u pomoć našoj slabosti, jer mi ne znamo što da molimo kako treba, ali sam Duh posreduje za nas neizrecivim uzdisajima« (Rim 8,26). Duh Sveti također nam svjedoči da smo »djeca Božja« (Rim 8,16). On nam daje govoriti Bogu »Abba – Oče« (Rim 8,15), što je kod Židova bio izraz u obitelji, kao u nas »tata«. Tako je kršćanska molitva posebno povezana s Duhom Svetim.

Molitva po Duhu Svetom nužno se ostvaruje u okvirima Crkve. Njoj je Isus povjerio dovršenje djela spasenja, što se ostvaruje po Duhu Svetom. Tako je Crkva velika moliteljica pred Ocem nebeskim (usp. Ef 3,21).

Temeljna pak molitva, koja podržava i upotpunjuje svaku kršćansku molitvu, jest nedjeljna misa. Ona je uz *Očenaš* bila karakteristična molitva za prve kršćane (usp. 2. Ancilli, 9–15.).

### 1.2.3. *Molitva u Evandelju*

Molitva u duhu Evandelja ne smije biti »licemjerna« nego istinita i »u tajnosti« osobne nutrine koju Bog prvotno gleda (Mt 6,5–6). Ona ne smije biti samo »nabranje« nego odgovorno obraćenje u nutrini i usklađivanje djela s Božjom voljom (Mt 6,7). Evandeoska molitva je uz to ustrajna i u pouzdanju da će biti uslišana (usp. Lk 11,9–13). Ona treba biti ponizna i skrušena da bi bila ispravna (usp. Lk 18,10). Zatim molitva u duhu Evandelja treba biti u ime Isusovo. »I što god zamolite u moje ime, učiniti ću da se proslavi Otac u Sinu. Ma što me zamolili u moje ime, ja ću učiniti« (Iv 14,13). Ona povezuje s Bogom i s ljudima, jer osluškuje Božju poruku i ljudsku potrebu. Zato je evandeoska molitva djelotvorna. »Neće svatko koji mi govori: 'Gospodine, Gospodine' ući u kraljevstvo nebesko, nego onaj koji vrši volju moga nebeskog Oca« (Mt 8,21).

Tako je kršćanska molitva nadnaravna tajna koja se najbolje uči moleći na temelju Evandelja. Ona je dubok izraz vjere u Boga, ali i djelotvorne ljubavi prema bližnjem. Ona treba biti povezana sa životom.

## 2. *Potreba molitve*

Na temelju Svetoga pisma molitva nije potrebna Bogu nego čovjeku. Čovjek, naime, tek po molitvi postaje svjestan da mu je potreban Bog. Isto tako Bogu nisu potrebne čovjekove informacije, jer Bog »zna što je čovjeku potrebno i prije nego ga se zamoli« (Mt 6,8). Čovjeku je potrebna molitva da bi saznao što mu je potrebno.

Uz to je čovjeku potrebna molitva da se stavi na Božju stranu, a ne da Boga predobije za sebe. Za svaku molitvu je bitno ono raspoloženje Isusa Krista u Getsemaniju: »Oče moj! Ako je moguće, neka me mimoide ovaj kalež! Ali neka ne bude moja nego tvoja volja« (Mt 26,39).

K tomu, molitva je potrebna i stoga što je Isus molio i učio je učenike moliti. Kazao je: »Bdijte i molite da ne padnete u napast« (Mt 26,41). Jedino uz molitvu može se čovjek uspješno boriti protiv duhovnih i moralnih teškoća, a ako prezre molitvu, jamačno će se duhovno izgubiti.

Bez molitve čovjek nema milosti koje su mu potrebne za spasenje. Koliko god je molitva potrebna da bi čovjek zadobio potrebne milosti od Boga, isto tako je ona potrebna da bi čovjek mogao sačuvati milost. Kao što je za tjelesni život potrebno dnevno uzimanje hrane, slično je potrebna molitva kao duhovna hrana za kršćanski život.

Uza sve darove naravi i nadnaravi koje je čovjek primio, te uza napretke i razvoje tehnike, što čovjeku služe, ipak čovjek nije sebi dovoljan. Molitva mu je potrebna da bi mogao pokazati svoju zahvalnost prema Bogu i svoju ovisnost o Bogu.

Mogli bismo reći da je molitva potrebna kršćaninu kao što je kiša potrebna suhoj zemlji. Zato mora imati svoje mjesto i vrijeme u životu svakog kršćanina.

## 3. *Učinci molitve*

Kao što se vrijednost stabla poznaje po plodovima, tako se i vrijednost molitve prepoznaje po učincima. Oni su mnogostruki.

Molitva je izvor nadnaravnih darova Božjih, koji mogu mijenjati ljude i događaje. Molitva može čak nadvladavati i prirodne zakone. Tako je Isus na vjeru i molitvu odgovarao čudesnim liječenjem različitih bolesnika. Izliječio je, primjerice, jerihonskog slijepca fizički i duhovno (usp. Lk 18, 35–43).

Molitva vjerne povezuje po Kristu i Duhu Svetom sa Svemogućim Bogom. A Bog daje nove duhovne energije za borbu protiv zla i grijeha u svijetu. Zatim molitva pomaže u krepostima vjere, ufanja, i ljubavi u kršćanskom životu. Uz to je molitva duhovni lijek za duhovne bolesti kao što su, recimo, teški grijesi.

#### 4. *Molitva kao duhovni lijek*

Molitva, koju prati vjera, može biti duhovni lijek za ozdravljenje od duhovnih bolesti, kao što su mržnja, osveta, oholost, duhovna sljepoća... Uz to, molitva može pozitivno utjecati na čovjekovu dušu i duhovno ga ojačati u bolesti. No, molitva redovito ne zamjenjuje potrebno medicinsko liječenje, npr. psihoterapiju. Čudesu su moguća, kako je pokazao i Isus liječeći neke bolesnike, ili kako se dokumentirano pokazuje, primjerice u Lurdu. No to nije redoviti kršćanski put.

Molitva kao duhovni lijek prvotno usmjeruje osobu prema Bogu i njegovoj volji. To osmišljava sve životne sastavnice, kako u zdravlju tako i u bolesti. Zrela i svjesno prihvaćena religioznost, kojoj molitva ima središnju ulogu, praćena je pozitivnim činima. Tako ona osmišljuje i organizira konkretni život, osmišljuje susret s neugodnim i teškim, pomaže pozitivno vrednovati sebe i druge... Na taj način religioznost može pridonositi duhovnom ozdravljenju, kako pojedinaca tako i obitelji.

Uz to molitva ima preventivnu ulogu s obzirom na duševno zdravlje, ukoliko se po njoj jača ono nutarnje i duhovno u čovjeku. Ujedno, molitva može služiti kao spontani ispravljač, jer se u religioznom doživljavanju događaju isti procesi koji se prirodno upotrebljavaju kao samoobrana protiv psihičke rastrojenosti, a psihoterapija ih umjetno primjenjuje (usp. 5. Szentmartoni, 113.).

#### 5. *Teškoće u molitvi*

Uza svu vrijednost i učinkovitost molitve, ona ostaje teška. Teškoće nekad dolaze same od osobe, od duhovnog stanja, a nekad dolaze od okoline, vanjskih utjecaja. Ponekad dolaze i kao sotonska napast.

##### 5.1. *Osobne teškoće*

Teškoće u molitvi katkad se javljaju zbog osobe kao takve. Naime, neka osoba ima određenu baštinu, takav temperament i takav značaj, određeni odgoj i vlastite poslove, pa sve to utječe i na molitvu, pa se iz svega toga mogu javljati neke teškoće.

U prvom redu te teškoće valja upoznati i priznati ih samomu sebi. Molitva ne može biti odvojena od onog što je čovjek i što on radi. I u molitvi treba prihvatiti osobne teškoće kao što ih prihvaćamo i u drugim poslovima. Kao što se u drugim dužnostima borimo protiv osobnih teškoća, tako se moramo boriti i u molitvi. Kao što smo ustrajni u drugim poslovima, usprkos teškoćama, tako trebamo ustrajati u redovitoj molitvi, usprkos javljanju osobnih teškoća.

Iluzija je misliti da će sve teškoće jednom svršiti. Kršćanska molitva nije matematički problem, što ga valja riješiti i teškoće prestaju. Bez obzira na to javljaju li se teškoće ili ne, kršćanska je molitva uvijek duhovna borba i duhovna pobjeda. I to do kraja života. Tek će u vječnosti biti moguće promatranje Boga bez teškoća. To nas nikako ne smije obeshrabriti, jer i za druge dužnosti i druge poslove također se ustrajno borimo, usprkos teškoćama (usp. 4. Stanić, 68–89.).

## 5.2. *Rastresenosti i brige*

Rastresenosti i razne brige, koje se javljaju u vrijeme molitve, česta su teškoća. Ta se teškoća rješava ustrajnim vraćanjem na molitvu, kad god shvatimo da smo se prepustili drugim poslovima. Ustrajno vraćanje na predviđenu i redovitu molitvu, pa makar čitavo predviđeno vrijeme bilo u tome, prava je kršćanska molitva.

Nestvarno je shvaćanje kao da je prava molitva jedino kad se moli bez rastresenosti. To je pogrešno, jer se u takvoj želji traži sebe, a ne susret i razgovor s Bogom. Rastresenosti, naime, koje se javljaju, nisu zapreka molitvi. Ustrajati u molitvi treba i s rastresenostima. Moramo nastojati da se uz pomoć milosti ne prestanemo ustrajno boriti protiv rastresenosti i tako ih smanjimo u molitvi (usp. 3. Guardini, 159–163.).

## 5.3. *»Nemam vremena«*

Neki kršćani kažu da imaju toliko poslova i obveza da jednostavno nemaju vremena za molitvu. Rad je obveza ljudskog života. »Ako tko neće da radi, neka i ne jede« (2 Sol 3,10). No i molitva je obveza kršćanskog života, pa treba imati svoje vrijeme i mjesto. Ne treba mjesto rada moliti, niti mjesto molitve raditi. Molitva je izvršavanje dužnosti prema Bogu kao što je rad vršenje dužnosti prema obitelji i društvu. A molitva upravo i pomaže da se ustraje u teškom radu, samo je treba prilagoditi svojim poslovima.

Kršćansko je načelo: Moli i radi. Nevjernik to preokrene: Radi i radi! To je praktično bezboštvo koje odbacuje vjerske vrednote i Boga, a u središte svega stavlja čovjeka i ljudske interese.

Što se tiče poslova i vremena za molitvu, iznimno se može dogoditi da se zbog neodgodivosti posla mora molitva odgoditi. No, tko stalno nema vremena za redovitu molitvu, kao što je jutarnja i večernja molitva, nedjeljna misa, ispovijed po potrebi, takva osoba ne cijeni niti vjeru niti molitvu. To je praktična nevjera. Ono što se cijeni, za to se redovito nalazi i vremena.

#### 5.4. *Duhovna suša*

Kao teškoća u molitvi može se pojaviti duhovna suša i pasivnost. Osjeća se nemoć i praznina.

Pomoć je ovoj duhovnoj bolesti voljom ustrajati u redovitoj molitvi, usprkos osjećaju neke besmislenosti. Uz to obnavljati voljom čin vjere i pouzdanja u Boga i u njegovu ljubav. Ta je samoprisila moguća kako u duhovnoj suši, tako i u tjelesnoj bolesti. Tako se čovjek sa svojim slabostima u vjeri susretne s Bogom.

Valja znati da se takvo duševno stanje mijenja, usprkos suprotnom osjećaju. Tko god je kadar nanovo započeti svoju redovitu molitvu, nakon doživljenog neuspjeha i duhovne suše, našao je tajnu uspjeha u molitvi.

### 6. *Praksa molitve*

Kršćanska molitva ulazi kao bitna sastojnica u vjerski život. Čovjek se u njoj uzdiže iznad sebe i u vjeri se susreće sa svojim Bogom. Tako je ta molitva teološka činjenica i nadnaravna tajna.

Ukoliko je pak molitva razgovor s Bogom, tada uposli cijelog čovjeka, njegove duševne i tjelesne moći. Molitva je, ne zaboravimo, psihološka činjenica koja ima svoje uvjete i načine ostvarivanja. To je čini različitom u metodama i vanjskom očitovanju.

Molitva, ukoliko je razgovor duše s Bogom, olakšana je, uz neke vanjske uvjete, kao što su: određenost vremena i mjesta, usklađenost vanjskog ponašanja s nutarnjim činima molitve.

#### 6.1. *Vrijeme molitve*

Sveto pismo kaže: »Sve ima svoje doba i svaki posao ima svoje vrijeme« (Prop 3,1a). Molitva je duhovni posao koji u svakom danu mora imati svoje vrijeme.

Korisno je za kršćanski život imati neki raspored osobne ili zajedničke molitve u obitelji ili zajednici. Taj raspored slijedi ritam običnog života i rada. Imajući u vidu život u obitelji, valja voditi brigu o posebnim okolnostima, primjerice, obveze, radno vrijeme, škola, umor, odmor... Iskustvo pokazuje da neodređenost vremena za molitvu, bilo osobnu bilo zajedničku u svakom danu, vodi do napuštanja i zanemarivanja molitve.

Osim izvanrednih molitava u posebnim okolnostima, recimo, neke teškoće, hodočašća kada se može dulje moliti, valja si odrediti vrijeme za ono redovito tijekom dana. Isto tako je korisno predvidjeti što ću moliti i kako ću moliti. To bi moglo izgledati ovako:

- Jutarnja molitva, npr. Anđeo Gospodnji i kratka molitva za dan...
- Večernja molitva, npr. Anđeo Gospodnji i pokajanje.



- Molitva prije i poslije jela.
- Nedjeljna misa je nezamjenljivo vrijeme tjedne molitve.
- Isповijed i pričest barem za veće blagdane.
- Povezivati svoje poslove i trpljenja s Isusovim križem. To svemu daje duhovnu vrijednost.

## 6.2. Mjesto molitve

Iako je Bog prisutan na svakom mjestu po svojim darovima, pa kršćanin može svagdje moliti, ipak postoje prikladnija i manje prikladna mjesta za molitvu.

Nedvojbeno je crkva najprikladnije mjesto za molitvu jer je u njoj prisutan Isus u sakramentu euharistije. No, za obitelji je obiteljski prostor najprikladniji za molitvu, bilo pojedinačnu bilo zajedničku. Svaka kršćanska obitelj ima u nekoj prostoriji križ ili svetu sliku, pa je ta prostorija posebno prikladna za zajedničku molitvu, ka što je molitva krunice. Vlastita soba je veoma prikladna za osobnu molitvu, recimo, jutarnju i večernju molitvu, ili čitanje Svetog pisma...

Također je prikladno mjesto za molitvu priroda sa svojim bogatstvom. Može se moliti idući ulicom ili čekajući prijevoz... No, suvremena žurba i stil života otežava to duhovno izdvajanje.

## 6.3. Tijelo u molitvi

Zbog jedinstva duše i tijela u čovjeku, odgoj za molitvu iziskuje: odgoj držanja tijela, raznih pokreta, izgovora riječi, pjevanja... Usiljeno i napeto držanje tijela neprikladno je za molitvu. Valja bdjeti nad položajem tijela. Korisno je pripaziti u molitvi na ovo: držati se prirodno i jednostavno; da čini odražavaju vjeru i iskrenu pobožnost; izgovarati razgovijetno usmene molitve; ne baviti se drugim poslovima; usmjeriti pozornost na predmet molitve; aktivno sudjelovati u zajedničkoj molitvi.

## 6.4. Priprava za molitvu

Iskustvo nam svjedoči da je molitva duhovno korisna toliko koliko je spremljena. Postoji dalja i bliža priprava. Dalja priprava se sastoji u budnosti protiv teškog grijeha. Uz to se osoba treba odlučnije boriti protiv zarobljenosti i ne stavljati ništa ispred Boga u životu i radu. Otvorenost prema bližnjima redovito oraspoložuje za molitvu. Što se pak tiče bliže priprave za molitvu, ona se sastoji u aktualnoj sabranosti i pozornosti na predmet molitve. Mnogo ovisi o sabranosti u molitvi. Sav trud koji se u nju uloži nije bačen uludo. Sabranost je već usebi molitva. Dapače, u vremenima nemira i bolesti ili velikog zamora, može se gdjekad zadovoljiti s tom »molitvom sabranosti«.

## *Zaključak*

Da bi se naučilo kršćanski moliti, potrebno je moliti kako znamo i možemo. Isus nam je ostavio primjer molitve. A Duh Sveti prati vjerne u njihovoj molitvi.

Molitva je duhovni lijek za duhovne bolesti. Ona nam pomaže za duhovno ozdravljenje i duhovno nas jača u svim bolestima.

Kršćanska je molitva djelotvorna. Ona je nužno povezana sa životom. Dobra molitva ovisi o dobru životu, a dobar život ovisi o dobroj molitvi.

Molitva je, uz to, veliko duhovno sredstvo za duhovnu obnovu, kako obitelji tako i naroda. Koliko god je potrebna materijalna obnova, još je više potrebna duhovna obnova naših obitelji.

Ako se pitamo što bi posebno trebali činiti za duhovno dobro naših obitelji, pa i čitavog naroda, onda je to molitva, kako pojedinačna tako i zajednička u našim obiteljima.

## *Literatura*

1. AA.VV. *Bibbia e preghiera* Roma 1962.
2. Ancilli, Ermanno, *Teologia spirituale*, Roma 1969.
3. Guardini, Romano, »Uvod u molitvu«, KS, Zagreb 1969.
4. Stantić, Ante, *Otajstvo krscanske molitve*, Župni ured Remete, Zagreb 1972.
5. Szentmartoni, Mihalj, »Religioznost i duševno zdravlje« *Obnovljeni život* 2/1983.

## *PRAYER AS A SPIRITUAL MEDICINE FOR THE SOUL*

*Roko PRKAČIN*

### *Summary*

*Christian prayer is a supernatural mystery which is revealed in the Holy Scriptures. Jesus Christ himself taught his disciples how to pray and through his example confirmed its necessity and effects.*

*Prayer is a spiritual medicine for spiritual illnesses. It is the remedy for spiritual recuperation and spiritual help for all sicknesses. Prayer is also a means for spiritual renewal for the individual and the family.*