

## OBSAH

1. Úvodník (Otec Klement) . . . . .	1
2. O křesťanském společenství (H. Buob) . . . . .	2
3. Schopnost rozlišování (W. Stinissen) . . . . .	2
4. Guy de Larigaudie . . . . .	6
5. Proč pracuji . . . . .	9
6. O křesťanské meditaci (W. Stinissen) . . . . .	9
7. Mystické spojení s Marií (XXIV. část) . . . . .	13
8. Modlitba srdce (W. Stinissen) . . . . .	15
9. Karmelitánské nakladatelství vydává . . . . .	16

## 1. ÚVODNÍK

Milí čtenáři a čtenářky,  
dostali jste do rukou nové číslo našeho časopisu. I když je jeho obsah pokaždé jiný, obálka zůstává stále stejná: nápis „KARMEL“ a pod ním symbolické ztvárnění stejnojmenné hory, od které odvozují svůj počátek společenství bratří a sester žijících podle vzoru a pod ochranou proroka Eliáše a Panny Marie. Od názvu této hory převzal své označení také náš časopis, který má napomáhat duchovnímu spojení všech, kdo se snaží žít karmelskou spiritualitu uprostřed světa. Hora Karmel není jen obyčejnou horou. Je to symbol našeho duchovního snažení, našeho životního putování „k pravé hoře - ke Kristu“, jak se říká ve vstupní modlitbě liturgie ze slavnosti Panny Marie Karmelské. Je to také obraz našeho srdce, kterým prochází dělící čára mezi dobrem a zlem, ve kterém se odehrávají porážky i vítězství v duchovním zápase. Jako je totiž Karmel zahradou Boží, rájem, oázou k osvěžení a odpočinku, místem, kde se „prochází Bůh“ a nad kterým bdí Matka Boží, tak je to také místo zápasu proroka Eliáše s falešnými Baalovými proroky, zápasem mezi dobrem a zlem, pravdou a lží, Bohem pravým a bohy falešnými. Každý, kdo se rozhodl jít touto duchovní cestou - stoupat na horu Karmel - musí víc než kdo jiný s tímto duchovním zápasem počítat. Ale „tam, kde se rozmnožil hřích, v míře ještě daleko štedřejší se ukázala milost,“ jak říká apoštol Pavel. Bůh to na Karmelu jasně dokázal: je Bohem pravým, živým a všemohoucím. Přeji bychom si, aby to, co vám v časopise předkládáme, bylo jedním ze zdrojů síly a povzbuzení v tomto duchovním zápase celého světa.

„Bůh je síla má i vojska mého,  
on působí volnou cestu mou,  
neboť dal mi štít spasení mého  
a dobrotivost Boha zvelebila mne.

Neboť kdo je Bohem, kromě Hospodina,  
a kdo je skálou, kromě Boha našeho?“  
(podle žalmu 18)

P. Klement M. Vecheta OCarm.

## 2. O KŘESŤANSKÉM SPOLEČENSTVÍ

### Hans Buob

Lidské společenství spočívá na sympatii. Chybí-li sympatie, zaniká i společenství. Naproti tomu duchovní společenství je založeno na povolání skrze moc Ducha. To je to na řádovém společenství v dějinách lidstva jedinečné, že se tu setkávají lidé, kteří se navzájem nevyvolili a nevyhledali, v noviciátě pak člověk poznává ty, se kterými má společně jít po celý život.

V dějinách lidstva je cosi jedinečného, že lidé, kteří se nemohli navzájem vyvolit, kteří se nesešli na základě sympatií, mohou spolu žít celý život.

To je možné jen na základě společenství vytvořeného Duchem svatým. Proto si také vždy znovu jasně uvědomuji: tam, kde mezi sebou máme třenice, je právě Boží požehnání ve své hloubce citelné a účinné. Protože tam, kde se přeme, se příliš nesblížíme a Boží Duch tu má možnost spojit nás mnohem hlubším způsobem ne proto, že jsme si sympatičtí, ale kvůli Pánu. A to je ono společenství utvořené Duchem.

Právě naše hranice jsou velkou pomocí, abychom se v nějakém společenství nedostali k sobě příliš blízko a nestali se tak čistě lidským společenstvím, které se může zakrátko rozejít, nýbrž že neustále umíráme, zápasíme, a tím dáváme možnost Božímu Duchu, aby do našeho umírání přivedl nový život, který nese, který jediný skutečně nese, a který nás vzájemně činí mnohem sympatičtějšími duchovními sympatií, než sympatií pouze vnějškovou, která by nás jen spoutala a svázala.

Proto, kdo žije ve společenství - a to je přece většina - od manželství až k duchovním společenstvím, nesmí nikdy zapomínat, že hranice druhého jsou velkým požehnáním. A dojde-li ke střetu, máte možnost se hlubším způsobem znovu sejit - ve větší oddanosti, kvůli Pánu. Tak vzniká mnohem hlubší a trvanlivější vztah, než skrze čistě lidskou sympatii.

(Z knihy Dar rozlišování duchů, přeložila Alžběta Sirovátková)

## 3. SCHOPNOST ROZLIŠOVÁNÍ

### Wilfrid Stinissen

Každý člověk má povinnost a odpovědnost rozeznávat, co je v jeho životě vůle Boží. Většina z nás však k tomu potřebuje pomoc. Čím větší harmonie vládne mezi duchovním rádcem (zpovědníkem) a Duchem svatým, jenž je vnitřním

pomocníkem vedeného, tím citlivější antény má zpovědník k dispozici, aby jimi mohl zachytit signály Ducha svatého, a tím lepší plody může nést jeho vedení u vedeného.

### *Jak získáme schopnost rozlišovat?*

Kdo je zvyklý v modlitbě se otevřít Duchu svatému, snadno rozezná, zda penitentova slova, myšlenky a přání jsou v souzvuku s jeho osobou. Duchovní rádce, který se nemodlí, nemívá zájem o to, co Duch svatý říká, ať už jemu či tomu, o něž má péči. Takovýto duchovní rádce mívá v zásobě názory a principy, které aplikuje na všechny své svěřence bez rozdílu.

Jako duchovní rádce se máme také věnovat lectio divina, tedy čtení Bible, a to pomalu, v atmosféře modlitby, s otevřeným duchem přístupným tomu, co mu Bůh slovy Písma chce říci osobně. Protože slovo je inspirováno Bohem, získáme takto důvěrné spojení s Duchem svatým. Můžeme se stát „diaratikoi“, což jsou ti, kteří umějí prohlédnout jak Slovo, tak i svého bližního.

Avšak nestačí se jen modlit a číst Bibli. Je také zapotřebí mít znalosti o bohaté duchovní tradici církve. Duchovní rádce musí vědět, že existují různé cesty a způsoby jak se modlit a jak žít křesťanský život. Možná, že se duchovní rádce naučil jisté meditační metodě, avšak nezná-li o modlitbě víc, sotva může pomoci někomu druhému. Církev má nesmírně velikou duchovní zkušenost. Neosvojit si ji, je vůči našemu svěřenci hotovým zločinem.

V naší době mnoho lidí tíhne k prosté, tiché modlitbě. Lidé buď nemohou nebo si ani nepřejí hloubat nad biblickým textem. Chtějí vypnout všechny myšlenky a všechna slova a přejít si pouze „být“ před Bohem v atmosféře, kterou Jan od Kříže nazývá „atención amorosa“ (láskyplná pozornost). Označí-li duchovní rádce tyto snahy hned jako pohodlnost či kvietismus, riskuje, že zablokuje duchovní růst vedeného.

Jiní lidé možná hledali kontakt s orientálními meditativními metodami a naučili se meditovat pomocí mantry. Že se tolik lidí v naší době obrací k východním technikám modlitby, je znamením neschopnosti dnešní církve zprostředkovat svou bohatou tradici mystiky. Kdyby více kněží bylo obeznámeno s křesťanskou mystikou, nebylo by pokušení obracet se jinam tak velké. Avšak došlo-li již k tomu, že tito lidé hledali a našli něco u východních učitelů, např. naučili se používat „mantru“ (svatá věta), měli bychom mít tolik znalostí o naší vlastní křesťanské tradici modlitby, abychom jim ukázali, že nemusí chodit za poznáním tak daleko, že toto najdou u nás také, že mnoho světců se takto modlilo, dokonce i Ježíš sám. Evangelista Matouš (Mt 26,44) i Marek (Mk 14,39) dokládají, že Ježíš se v Getsemanské zahradě modlil opakováním stejných slov: „Otče, ať se stane tvá vůle.“ Apoštol Pavel píše, že Duch svatý

v nás stále opakuje: „Abba! Otče!“ (Gal 4,6). Sv. František se modlil celé noci pouze těmito slovy: „Dio mio e mio tutto“ (Můj Bože a mé všechno).

Ještěže duchovní rádce o tomto nic neví, a navíc ještě nikdy neslyšel o Ježíšově modlitbě, pak může snadno způsobit zmatek v duši toho, kdo k němu přišel pro radu. Může také vzbudit dojem, že křesťanská spiritualita je povrchní, že pojednává pouze o myšlenkách a slovech, že nemá cit pro mysterium, a tudíž že není otevřená pro apofatické metody modlitby, tj. takové, kdy se pouze hroužíme v mlčení tváří v tvář nevyslovitelnému.

Výborným pomocníkem je projít duchovními cvičeními sv. Ignáce. Avšak ten, kdo zná pouze tento spis, vystavuje se nebezpečí, že jej považuje za samospasitelný. Existuje mnoho jiných, legitimních a autentických cest. Duchovní rádce o nich musí něco vědět, jinak spíš omezuje svobodu svých penitentů, místo aby ji povzbuzoval, a tak způsobuje osudnou redukci.

Protože každý člověk je jedinečný, můžeme rozlišovat mezi různými druhy osobnosti. Křesťanská tradice vytvořila díky charismaticky obdařeným lidem několik druhů spiritualit, které se hodí různým osobnostním typům. Pravá osobnost každého jedince odpovídá cestě, k níž je při své duchovní pouti povolán. Duchovní rádce se nesmí lehkomyšlně domnívat, že dokonale zná typ osobnosti vedeného, má-li však dostatečné znalosti, může poukázat na různé cesty, a tím také pomoci svému penitentovi, aby sám vyzkoušel, na které z těchto cest se cítí nejvíce „doma“.

### ***Povrchní a hluboká vrstva nitra***

Z jaké úrovně svého nitra penitent hovoří? Četl-li něco z duchovní literatury, může se stát, že mluví na podkladě svých intelektuálních znalostí. Ví všechno, avšak jeho vědomosti vězí v hlavě a nemají žádnou souvislost se skutečností. Někteří mluví krásně a duchovně, avšak jejich život neodpovídá jejich slovům. Nezkušený duchovní rádce může toto jen těžko rozlišit. Penitent dokáže hovořit strhujícím způsobem a stejně tak odhaluje hluboké názory. Na tom ovšem není nic špatného, avšak není to zárukou, že jeho řeč je inspirována Duchem svatým. Zde lze vzpomenout tři kritéria Terezie z Avily o pravé modlitbě, jež nám pomohou zjistit, zda penitent upřímně hledá Boha: láska k bližnímu, nezávislost na věcech a skromnost. Penitentův postoj v těchto otázkách může duchovní rádce zjistit několika prostými otázkami. Rozhodující je, jako vždy, postoj, „mysl“.

Hovoří penitent z úrovně svých povrchních přání nebo z hloubi, ze „srdce“? Chová opravdovou touhu po Bohu, či není jeho „duchovní život“ ničím jiným, než povznesenou formou uskutečnění sebe sama? Má jeho snaha po svatosti kořeny v pýše a ambicích, nebo je dílem Ducha svatého? Medituje proto, aby

se uklidnil a uvolnil od spěchu, či proto, aby se přiblížil Bohu? Chce ozdobit svou „fasádu“, nebo je ochoten zemřít proto, aby Kristus mohl žít?

„Co doopravdy chceš? Po čem v hloubi svého nitra toužíš?“ by se měl duchovní rádce ptát znovu a znovu. Může tak činit přímo či nepřímou, podle okolností. Těmito otázkami může přivést penitenta k poznání, co je opravdu hodno jeho touhy. „Touha po Bohu je vryta do lidského srdce, neboť člověk je stvořen Bohem a k obrazu Božímu“ (Katechismus katolické církve). Povrchní přání zatemňují a blokují tuto vrozenou touhu a duchovní rádce, když staví penitenta tváří v tvář otázce, po čem vlastně v hloubi svého nitra touží, může mu pomoci tuto blokádu prolomit. Kdo má jemnocitné svědomí, dovede na vlastní pěst prohlédnout povrchnost a marnivost svých přání.

### ***Falešné a pravé pocity viny***

Duchovní rádce musí mít schopnost rozlišovat mezi falešnými a pravými pocity viny. Falešné nejsou podloženy opravdovou vinou. Jejich základem může být, že penitent měl například přehnaně přísnou a náročnou matku: nikdy nebyl podle ní dost dobrý, v ničem nedostačoval, vždycky přišel zkrátka. Nebo se zcela nevědomky dopustil omylu, který měl těžké důsledky pro něj či pro jiné. Vyžadovat v takovýchto případech Boží odpuštění by bylo naprosto chybné. Zde jde spíš o to pomoci penitentovi zjednat si víc jasno, dát mu shledat, že jeho pocity viny jsou neopodstatněné, iluzorní.

K tomu je však zapotřebí velké trpělivosti. Falešné pocity viny mohou být hluboko zakořeněné, proto by bylo nemoudré rovnou říci, že nejsou pravé. Duchovní rádce může začít asi s takovýmto postojem: „Třebaže se cítíš vinen a sám sebe obviňuješ, je Boží láska neskonale větší než cokoli jiného. Obrát proto svůj pohled k Bohu, a nikoli k svým vlastním pocitům.“ Když penitent uposlechne a skutečně se zaměří na Boha, dojde posléze k poznání, že jeho pocity viny jsou nepodstatné a nekonstruktivní.

Jsou-li pocity viny naopak důsledkem skutečné viny, nesmíme je bagatelizovat. Útěcha, kterou poskytujeme, nesmí spočívat v tom, že hřích zmenšujeme, ale že zdůrazňujeme velikost Božího odpuštění. Zároveň je naším úkolem uvést pocit viny do správných kolejí a dát mu vyvinout se v pravou lítost. Často jsou pocity viny spíš výrazem zraněné ješitnosti než opravdové lásky. Dotyčný je zklamán sám sebou, že neměl možnost ukázat se být tak zdatným, „jemným“ a ctnostným, jak by chtěl. „Lituji svého hříchu“ znamená často: „Mrzí mne, že nejsem tak dobrý, jak jsem si myslel.“ Takováto na sebe zaměřená lítost nemá nic společného se „zkroušeným srdcem“.

V opravdu křesťanské zkroušenosti stojíme pokorně a zdrceně před Bohem, protože jsme neopětovali jeho lásku nebo jsme na ni odpověděli nevděčností. Lásku jsme zranili, zároveň však spoléháme na bezmezný milosrdenství Boží.

Pravá lítost jde ruku v ruce se schopností přijmout Boží odpuštění, a proto obsahuje vždy zadostiučinění. Kdo nedokáže věřit v Boží odpuštění, je zablokovaný sám v sobě. Naopak člověk pokorný ví, že jeho slabost, když jí přizná a lituje jí, je otevřenou branou vůči Bohu. Něčeho litovat, to není hořké oplakávání vlastního osudu. Lítost je pozitivní síla, která obsahuje přání nápravy a důvěryplného odevzdání se Bohu. Toto všechno musí duchovní rádce nejdříve prožít ve svém životě, má-li k tomuto poznání dopomoci jiným. Sama na sebe zaměřená lítost zvyšuje sebelásku a činí hřích ještě větším. Opravdové pokání naopak zvyšuje lásku k Bohu, dává hříchu ve štědré míře ukázat milost (srov. Řím 5,20). „V každém hříchu spočívá odpovídající míra požehnání, neboť Bůh jest láska,“ píše Julian z Norwicheu.

Přeložila prof. Dagmar Chvojková

#### 4. GUY DE LARIGAUDIE

Bylo to 11. května 1940. Francie se zoufale bránila proti nepřátelskému vpádu. Na lucemburských hranicích padl v boji mladý Francouz Guy (Vít) Larigaudie, po celé Francii legendární sportovec - proslul zejména tím, že jako první projel autem trasu z Francie do tehdejší francouzské Indočíny. Po smrti u něho našli dopis adresovaný jedné řeholní sestře:

*Sestřičko,  
jsem nyní v zákopu. Možná, že se nevrátím. Měl jsem krásné sny a krásné plány, ale nebyť bolesti, kterou bude mít chuděra maminka a moje rodina, jásal bych radostí. Bylo mi tak teskně po nebi, a teď už se brána brzy otevře. Oběť mého života není ani obětí, tak nesmírná je má touha po nebi a po Božím objetí. Snil jsem kdysi o tom, abych se stal svatým a byl vzorem skautům a roverům. Ta ambice byla na mé možnosti možná příliš veliká, ale mým snem to bylo. Jsem v jezdeckém oddílu a jsem tak rád, že mé poslední dobrodružství bude na koni ...*

Tak mluví touha po Bohu, ale též vášnivá láska k životu a jeho hodnotám. Zbyly po něm jeho zápisky a hrst drobných próz, které jsou celistvým a plným výrazem jeho duše otevřené všem krásným láskám. Vyznívá-li jeho poslední dopis klidem a dokonce touhou po odchodu ze světa, není to planý romantismus člověka, který ve skutečnosti nemá ani tušení o smrti. Vít se už dříve dvakrát podíval smrti do tváře. Poprvé na ostrově Tahiti, když při seskoku z vysoké skály do horského jezírka měl dojem, že špatně mířil a že dopadne na okolní útesy; podruhé, když při plavbě po Gangu se jeho loďka překloupila

a on spící se probudil už s plícemi plnými vody a dlouho zoufale bojoval s dravým živlem. Dvakrát mu v okamžiku prolétl hlavou celý život a on bez přeludů poznal jediné, pravé hodnoty:

*Pochopil jsem, že na světě má cenu jen jedno, totiž láska k Bohu, láska nesmírná, která nerozumí, láska kloučka, který hledí u vytržení na maminku; láska naprostá, která nás cele uchvátí pro všechny okamžiky života. Tato láska dětská, podivuhodná, smaže později všechno, co je v nás ošklivého, a zbyde sama jediná a vítězná.*

Jak vlastně vypadá ta Vítova láska k Bohu? Je tak prostá a usměvavá, jako byl on sám - jemu je tak srdečně lhostejné, co právě dělá:

*Z lásky k Bohu je stejně krásné loupat brambory, jako stavět katedrálu.*

Dovedl ze svého života učinit rozhovor s Bohem:

*Při pletí plané mrkve se stéblem trávy v zubech nebo při ranním holení lze Bohu stále opakovat docela prostě, že jej máme rádi - a to stojí za víc, než potoky slz, které jsme prolili nad modlitebními knihami. Vypravovat sám sobě a zpívat si celý svůj život a sny, které se sprádaají do budoucna, a takto ve zpěvu mluvit s Bohem. Mluvit s ním i tehdy, když se radostí roztančíme, ať na slunci na pláži či na lyžích ve sněhu. Mít stále nablízku Boha jako přítele, kterému se svěřujeme.*

Vít vidí tolik lidí dobrých a poctivých, ale přece ne svatých, a poznamenává:

*Tak málo by to vyžadovalo, aby se ze života počestného stal život svatý. Prostě trochu víc lásky k Bohu, trochu víc odevzdanosti do jeho vůle, myšlenka oběti a dokonalost v drobných denních úkonech. To je všechno.*

Ano, to je všechno. Člověk se teskně ptá sám sebe: Když to mohl Vít, proč ne já? Opravdu nemohu? Vít se nevyhýbal dívkám. Rád uznává vliv dívky na utváření hochů. Dobře ví, jak nutné a zdravé je vzájemné doplňování. Nemusíme si ho však představovat jen a jen jako spiritualistu. On měl otevřené oči a uměl se radovat z krásy. Ve styku se ženami naprosto neviděl jen jejich duši, ale i jejich tělesnou krásu, která jemu, člověku jemného vnímání, byla zdrojem povznesení právě tak, jako krásná myšlenka. A tak se modlí ve svých zápiscích:

*Bože, dej, aby naše sestry dívky byly ladné zjevem, usměvavé a vkusně oblečené. Dej, aby byly zdravé a měli průzračně jasnou duši. Aby nesly čistotu*

*a milost po našich drsných cestách. Aby byly vůči nám prosté, mateřské, bez zálučnosti a koketerie. Dej, aby se nic zlého nevpřížilo mezi ně a nás. A aby-  
chom si všichni, chlapci i děvčata, byli vzájemně zdrojem nikoli pochybení, ale  
vnitřního bohatství.*

Vít byl velmi statečný, pevný a jistý. Byla to jistě velká milost, vliv zdravé a správné výchovy, ale také výsledek osobní přísnosti a askeze. Tento veselý chlapec, sportovec, milý kamarád a dvorný tanečník dovedl velmi přísně bdít nad nižší stránkou své povahy, která se probudí v každém člověku bez rozdílu. Vít dovedl proti pokušení bojovat také tak, že přespal noc na podlaze místo v peřinách. Dokázal trpělivě snášet obtíže, sice drobné, ale přesto velmi nepříjemné.

*Když zlo hrozí zaplavit duši, je dobré donutit se alespoň k malému umrtvení, a tak dokázat Bohu svou lásku. Nepřisolit polévku, která je bez chuti, neodstranit nějakou věc, která nám překáží. Tento nepatrný úkon lásky je jako volání milosti, a vůle se tak posílí.*

Jistě této mladé statečné duši nemálo prospěla zdravá skautská výchova. Styk s přírodou v tichu a samotě otevřel vnímavé srdce kráse a chápání nejvyšších ideálů. Vášnivě miloval toulky přírodou a říkával, že i tomu je třeba se naučit. Chodit bez cíle od květu ke květu, bez cest, bez měření času a kilometrů - sám. Jen v tichu a samotě se člověku ozve Bůh a vybrušuje do jemnosti duši světce a duši umělce.

Ještě jedno je třeba o Vítovi vědět: totiž to, co je klíčem k pochopení jeho čistoty, velikosti, vnitřní harmonie a krásy. Je to jeho láska k Matce Boží a k růženci. Měl jej při sobě na každém kroku a velmi tím připomíná dnes už blahoslaveného italského studenta, horolezce, motoristu Pier Giorgio Frassatiho (\*1901 - †1925). Víta provázal růženec na všech cestách jako živé pouto s Bohem a s Pannou Marií. Rytmu jeho kroků, otřesům vlaku, hučení motoru odpovídal tichý rytmus jeho Zdrávasů. Tento desátek za přítele, ten za pilota, tento za turisty, které potkal, jiný za kolegyni a ještě jeden za malé děti, která mu omylem ukázala špatný směr na rozcestí. Toto bylo jeho velké tajemství. Po takových cestách putoval Vít de Larigaudie k cíli, o němž zpívá nádherná píseň „Blíž k tobě, Bože můj, jen k tobě blíž“.

## 5. PROČ PRACUJI

Do kamenické hutě jedné středověké katedrály vstoupil cizí návštěvník, kterého velice zajímala práce tamních dělníků. Jak tak procházel mezi pracovišti, otázel se jednoho kameníka: „Příteli, copak to děláš?“ Tázaný ani nezvedl hlavu a zavrčel: „Však vidíš; dřu se tady.“ O kousek dále návštěvník opakoval svůj dotaz. Odpověď s povzdechem zněla: „Vydělávám na chleba pro sebe a pro svou rodinu.“ Cizinec šel dál a ještě do třetice se zeptal: „A co ty děláš?“ Kameník zvedl hlavu, usmál se a odpověděl: „Stavím katedrálu.“

## 6. O KŘESŤANSKÉ MEDITACI

### Wilfrid Stinissen

#### *Co je pro ni příznačné?*

V první řadě musí mít náboženský charakter, neboť v jejím centru stojí Kristus. V křesťanské meditaci se snažíme tím či oním způsobem přiblížit se Bohu. Synonymem slova meditace by tedy mohla být niterná nebo tichá modlitba. Pro křesťana je meditace článkem velkého dobrodružství lásky. Vkládá do ní celý svůj život. Vždyť jde o náš vztah k „živému Bohu“ (Sk 14,15) a k „Synu živého Boha“ (Mt 16,16), vztah, který pozůstává z akce a reakce, oslovení a odpovědi. Nic není tak živoucí, jako křesťanská modlitba, právě proto, že je symbolem otevřenosti vůči samému životu (Jan 14,6). Že křesťanská meditace je život sám, znamená též, že tu panuje vnitřní souvislost mezi meditací a jednáním. Meditace ovlivňuje naši činnost a naše činnost ovlivňuje meditaci. Kdo se nepokouší uvést svůj život v soulad s poselstvím lásky evangelia, nemůže očekávat, že v meditaci dojde daleko. Stejně tak, jako etika evangelia nefunguje bez mystiky, tak nefunguje mystika bez etiky. V křesťanství není meditace posledním stupněm. Meditovat neznamená blaženě se utápět v oceánu Boží lásky. Meditovat, to je otevřít se Duchu svatému a nechat se jím naplnit, meditovat je vystavit se vlivu Boha samého a nechat se pohánět k činu. Kdo medituje, prožívá již nyní moc Boží, avšak si tím bolestivěji uvědomuje, že Boží království je dosud velmi vzdálené. Kdo poznal mír, pro toho je válka ve světě nesnesitelná. Kdo si ve svém nitru uvědomuje, že celý svět byl stvořen k jednotě, nemůže jinak, než zaujmout stanovisko proti roztrfštění světa a zmatení lidstva. Prožitek Boha dává prohloubený náhled na stav, ve kterém se svět ocitl, a vůli stát se komponentou síly, která může svět vést směrem k Božímu království.

Stane-li se meditace pouhým vnořením do absolutna - a Bůh je absolutno - pak se může stát samoúčelnou, pasivizující. Vnímáme-li však Boha zároveň jako sebevydávající lásku a při meditaci se s touto láskou ztotožňujeme, pak se do nás vlévá vůle k dílu, činnosti, aktivnímu přínosu - pryč od pasivity a egoismu. Tedy, účastník křesťanské meditace má zájem přiblížit se Bohu. Tento zájem není pouze pasivní, nýbrž směle aktivní, protože věříme, že Bůh má péči o člověka. V Bibli čteme o člověku, který hledá Boha, avšak ještě více o Bohu, který hledá člověka. Proto můžeme postoj člověka vůči Bohu charakterizovat jako odpověď na Boží oslovení. Při meditaci nejen duch, nýbrž i tělo hraje důležitou úlohu. Tytam jsou doby, kdy tělo bylo považováno za nedůstojnou, špatnostmi proniknutou časnou stránku duše. Ovlivněna filosofii, našla posléze i teologie cestu zpět k původnímu náhledu Bible a křesťanství na člověka jako celek. Bůh přijal lidskou přirozenost, tedy i tělesnou schránku člověka.

Ježíš měl skutečné tělo, a nikoli pouze zdánlivé, byl člověkem z masa a krve, člověkem, který se narodil, žil a zemřel jako jiní lidé. Ideálem křesťanského člověka není být andělem, nýbrž být tím, čím byl Ježíš: opravdový Bůh a opravdový člověk.

Na rozdíl zvířatům stojí člověk vzpřímeně: Homo erectus. Spojuje nebe a zemi. Je připoután k zemi, neboť po ní chodí a na ní stojí. Zároveň však směřuje k nebi, obrací se k Bohu. Úkolem člověka je po celý svůj život udržovat tyto dvě síly, nebe a zemi, v rovnováze. Úkol vlastně paradoxální: člověk stojí napjat mezi nebem a zemí a má se cítit doma mezi oběma těmito póly. Proto je při meditaci povědomí o vlastním těle velmi důležité. Ať chceme nebo ne, naše tělo je při tom, když meditujeme, a pomáhá nám dosáhnout vnitřního usebrání. Dá se zde hovořit o duchovní a tělesné stránce jedné a téže aktivity. Když společně přinášíme oběť Bohu, stojíme. Chceme-li se pokořit a kajícíně přiznat svou vinu, padneme na kolena, a tím se před Bohem učiníme co nejmenšími. Chceme-li se však věnovat meditaci, která je pauzou uprostřed denního shonu, činíme tak vsedě. Sedíme-li při meditaci, musíme tak činit nehybně a v tichém prostředí. Vnější a vnitřní klid náležejí k sobě. Není náhodou, že i Tereza z Avily nazývá první stupeň na cestě mystiky „modlitbou pokoje“; v této modlitbě docházíme klidu, vnějšího i vnitřního.

Častou bývá otázka, jak dlouho a kdy máme medítovat. Za minimální dobu se pokládá dvacet minut. V době kratší dvaceti minut zpravidla nemůžeme dospět k hlubokému vnitřnímu klidu. Staletá zkušenost - a to ne jen klášterní - ukazuje, že nejlepší pro člověka je respektovat přirozený rytmus a vstávat časné ráno (za předpokladu, že jsme nešli spát příliš pozdě večer). Začít den s chvilí modlitby je také stará klášterní moudrost. Práce se nám bude lépe dařit a budeme k ní mít lepší postoj, když jsme se meditaci věnovali před jejím započatím. A přijde snad čas, kdy shledáme, že naše potřeba meditace je tak veliká, že si na ni můžeme udělat čas nejen ráno, nýbrž i večer. Ideální je najít

si též malý koutek, kam se uchylujeme pouze k modlitbě a k meditaci. Pověsme si tam ikonu nebo kříž, na němž můžeme během meditace spočinout pohledem.

Před začátkem meditace je důležité nejen zaujmout správný postoj těla, nýbrž i klidně dýchat a uvolnit všechno vnitřní i vnější napětí. Jen tak se můžeme náležitě otevřít Bohu a odevzdat se mu. V řádu karmelitánů je nejdůležitější zásadou „sequi flantem Spiritum Sanctum“ (podřídit se vedení Ducha svatého), neboť to je Duch svatý sám, který nakonec rozhoduje o tom, jak máme medítovat.

### *Několik meditací*

„Do tvých rukou odevzdávám svého ducha.“

„Ježíš vykřikl hlasitě a pravil: ‚Otče, do tvých rukou odevzdávám svého ducha.‘ A jakmile to dořekl, vydechl naposled“ (Lk 23,46).

Po dlouhá staletí církev užívá těchto slov při večerní modlitbě s vědomím, že každý večer máme možnost prožívat malou smrt. Upadnout do spánku znamená všechno od sebe odložit, radikálně se odloučit od své práce a svých plánů, dokonce se vzdát i svého vědomí. Vědomě odumíráš životu a s důvěrou se odevzdáváš Lásce.

„Nejmladší syn rabiho Sussji pravil: ‚Spravedlní musí znovu a znovu od sebe odvrhnout vlastní život, aby mohli přijmout nového ducha a aby je znovu a znovu osvěcovalo nové světlo. Toto je mystérium spánku‘“ (Martin Buber: Die Erzählungen der Chassidim, česky Chasidská vyprávění).

Spánek a smrt jsou blízcí příbuzní. O člověku, který zemřel, říkáme, že zesnul, a o zemřelé dceři Jairově praví Ježíš, že spí (Mk 5,39). Naše každovečerní malá smrt je přípravou pro velkou smrt. Odevzdáš-li každý večer s důvěrou svůj život do rukou nebeského Otce, nebude pro tebe těžké odcházet, až nastane ta chvíle, kdy bude třeba „jít k Otci“ (Jan 14,12).

Ve své večerní meditaci se naučíš usnout a zemřít. Zatímco dýcháš, opakuješ si ustavičně: „Do tvých rukou odevzdávám svého ducha.“ Nebo rozdělíš větu do vdechnutí („do tvých rukou“) a vydechnutí („odevzdávám svého ducha“). Přitom si víc a víc uvědomuješ nádheru noci: „Ó noci, praví Bůh, ó noci, má dceró ... ctíš mě v spánku mnohem víc, než tvůj bratr den mě ctí v své práci. Neboť v své práci mě člověk nectí jinak, než svou prací. Však v spánku jsem veleben tím, že člověk se mi odevzdává“ (Charles Péguy: Portál k mystériu naděje).

### *Vypočítávat jeho jména*

Zaujal jsi svou meditační polohu a dýcháš klidně. Ne příliš zhluboka: vše, co se podobá násilí, ruší pravý život. Vydechuješ a nadechuješ se a činíš tak zcela vědomě. Po chvílce začneš své vdechy a výdechy počítat. Při vdechnutí si

myslíš číslici jedna, při vydechnutí ji necháš klesnout hluboko do svého nitra, až do oblasti pupku. Tam ji podržíš po dobu pauzy mezi vdechem a výdechem. Potom se opět nadechneš a myslíš si číslici dvě. Tak pokračuješ až do desíti. Po první sérii začneš od začátku a počítáš opět do desíti. Potom snad bude následovat ještě jedna série. Chceš-li, můžeš si vzít na pomoc růženc. Nikoli za účelem zvýšení výkonu pro vlastní uspokojení, nýbrž proto, že ta drobná činnost klouzání prstů po kuličkách růžence může zabránit, abys propadl snění. Stěží se můžeš vyhnout obtěžování nepatřičnými myšlenkami a zvědavosti na to, jak daleko jsi dospěl v počítání. Nic si z toho nedělej a počítej dál. Důležité je, aby sis celou dobu uvědomoval své dýchání. Nakonec, místo abys vypočítával číslice, opakuj slova „Ježíš“ nebo „Otec“. Každým dechem v něm hlouběji a hlouběji zakotvuješ. Věděl jsi už dřív, že pupeční šňůra, která tě s ním spojuje, nikdy nebyla přestřižena. Teď se však z povědomí stala živá skutečnost. Stáváš se opět dítětem, které stejně tak, jako Syn, smí spočívat v Otcově klíně (Jan 1, 18). Pozoruješ, jak z tvého nitra vyrůstají paže, které se rozevírají a napřimují k němu. Až skončíš svou meditaci, budeš si vědom, že Otec zůstane navždycky s tebou a že jsi nepatrný človíček, který se směl na okamžik slunit v Božím světle a je teď znovuzrozený.

### Otevřené ruce

Podle jedné staré definice je člověk „ratio et manus“ (rozum a ruce). Svým rozumem člověk plánuje a rukama uskutečňuje to, co naplánoval. Tvé ruce jsou pružný nástroj uzpůsobený k tomu, aby sloužil světu a též aby sloužil Bohu. Vzhled tvých rukou prozrazuje, jak slouží světu. Jsou to tvrdé ruce dělníkovy, nebo jemné, citlivé ruce chirurgovy? Tvé ruce jsou také k tomu, aby sloužily Bohu. V rukou předkládáš sám sebe Bohu tak, aby Bůh mohl v tobě uskutečnit své dílo. „Nesu svou duši vždy na dlani“ (Ž 119,109). Slož ruce na sebe, dlaněmi vzhůru, prsty směřují na opačnou stranu, hřbet levé ruky spočívá na dlani ruky pravé. Palce obou rukou se stýkají. Nech ruce spočívat na kolenou. Tak vyjadřuješ to, čím chceš být před Bohem: doširoka otevřenou číši, do níž Bůh může vlévat svou lásku. Prázdné ruce jsou vždy svobodné ruce, hotové přijímat. Když otvíráš ruce v modlitbě, dáváš tím výraz svému vnitřnímu postoji: Nechci sám dávat podnět či cokoli měnit, jsem plně k dispozici tobě, Pane! Stavíš se před Boha s prázdnými rukama a necháváš jej tuto číši naplnit. Jan od Kříže hovoří o „téměř neomezené kapacitě“ duše. Tvé otevřené ruce jsou symbolem touhy tvého nitra po Bohu: Přijď, Bože, přijď! Nemusíš ani znovu a znovu ubezpečovat Boha, jak mu chceš být přístupný. Jediné, na co se máš soustředit, jsou tvé otevřené ruce. Prožívej je plně! Nemůžeš jinak, než cítit mravenčení života v každém svalu, v každém článku prstu. Otevřenost tvých rukou nechť proniká do celé tvé bytosti. On rozevřel tvé zatfáté pěsti a učinil z nich číši, do níž vylévá svou milost.

### Proud míru

„Hle, já chci seslat na Jeruzalém mír, mír jako proud řeky“ (Iz 66,12). Náš Bůh je Bohem míru (1 Kor 14,33). Svůj mír na tebe vylévá, nejen na tvou duši, ale také na tvé tělo. Jeho mír je jako „drahocenný olej na hlavě, který stéká do vousů ... přes obrubu šatu“ (Ž 133,2). Vnímej, jak tento posvátný olej pomalu, pomalu stéká po tvé hlavě, přes ramena a paže, dolů po hrudníku a po břichu, po nohou až k chodidlům. Nenech Boží balzám vynechat žádnou část tvého těla. Vnímej, jak tělo čím víc přichází do styku s Božím mírem, tím víc uvolňuje napětí. Tělo se již vzdalo odporu. Vše, co bylo křečovitě uzavřeno, se rozevírá; co bylo tvrdé, měkne. Cítíš, že mír postupně proniká uvolněným tělem až do tvého nitra. Bůh vlévá balzám do tvého těla i do tvé duše - balzám, který chladí, čistí a konejší.

Pak dáš Božímu míru ještě jednou proudit celou tvou bytostí, a potom snad znovu. Tak dlouho, až budeš moci říci: „Uklidnil a utišil jsem svou duši; tak, jako odstavené dítě spočívá v náručí své matky ... taková je ve mně moje duše“ (Ž 131,2). Bůh do tebe vлил něco ze svého věčného míru.

Bezpochyby se přihlásí myšlenky a starosti. Práce, kterou jsi odsunul, klepe na dveře tvé paměti a tvé fantazie. Nesnaž se myšlenky násilně zapudit, ale postav se na odpor jakékoli diskusi s nimi. Ponoř se místo toho opět do Božího míru. Snad ti při tom pomůže, když si po každém takovém vyrušení budeš tiše opakovat: „Navrať se do svého míru, má duše, neboť Hospodin ti dobře činil“ (Ž 116,7).

Prováděj často očistnou lázeň v Božím míru! Bez obavy, že jde o pouhý útěk ze skutečnosti. Naopak, pronikneš hlouběji do pravé skutečnosti, bude ti snazší rozlišit pravdu od lži, podstatu od věcí podružných.

„Boží mír, který přechází všechen rozum, bude uchovávat tvé srdce a tvé myšlenky v Kristu Ježíši“ (Fil 4,7).

(Ukázka z Knihy o křesťanské meditaci, přeložila prof. Dagmar Chvojková)

## 7. MYSTICKÉ SPOJENÍ S MARIÍ

### ČÁST XXIV.

Napadly mě myšlenky, co se teď se mnou děje, že jsem již dlouho nic nezakusila od své láskyplné Matky. Myslela jsem si, zda je snad něco ve mně, nebo zda se jí na mně nelíbí něco, co ji ode mne oddaluje. A ačkoli jsem v sobě

stále cítila, že je dosud velmi láskyplně a mile v mé duši, bylo to jako od vzdálené Matky, s níž nemám žádné spojení a o které neslyšíme žádných zpráv. Utěšovala jsem se myšlenkou: má láskynejhodnější Matka je uspokojena, že její milovaný Syn je u mne. Kdyby mi její milostná návštěva byla nutná, nepochybuji, že by ke mně přišla a zjevila se mi jako předtím, jak mi slíbila. To bylo den před svátkem Navštívení láskyhodné Matky.

Ve svátek Navštívení přesvaté Panny jsem v nitru cítila, jak se ve mně zažihá a plane oheň lásky k ní a zároveň k Bohu, a mé srdce bylo raněno onou nejněžnější láskou.

Když jsem se připravovala na svaté přijímání, vrátila se mi ona touha spojit se láskou spolu s ní v Bohu a s Bohem. Byla jsem, jak se zdálo, přetvořována v Boha a zároveň v Marii velmi podivuhodným vznešeným a duchovním způsobem, který nedovedu vysvětlit. Cítila jsem se jako ovládnuta Bohem a Marií a že přijímám v duši od Boha skrze Marii nadpřirozený život, a tak se zdálo, že žiji, dýchám a miluji skrze Boha a skrze Marii. Má duše, Bůh a Maria jsou sice tři, ale tito tři se zdají pouze jedno, láskou stráveni v jedno a splynulí v jedno.

Když jsem již měla přijímat, viděla jsem svou nejsladší, láskyhodnou Matku blízko sebe po mém pravém boku a zároveň jejího milovaného Syna Ježíše, mého jediného milovaného, přímo před sebou, a zdálo se mi, že dávám své srdce své láskyhodné Matce, aby je odevzdala mému milovanému Ježíši a prosila ho láskyplně, aby mi bylo dovoleno obnovit snoubeneckou věrnost jejímu nejmilejšímu Synu, mému milovanému. A to se i stalo ...

Po přijetí svatého přijímání zmizela ona obraznostní přítomnost či představa Ježíše a Marie, že jsem již neviděla jejich podobu. A zůstala jsem v jakémisi důvěrném, trpném spojení a požívání věčného, nekonečného, beztvárného a nejvyššího dobra. Přesvatá Matka Boží a má láskyhodná Matka byla, jak se zdálo, do tohoto spojení a požívání spolu pojata tak přejednoduchým, abstraktním a duchovním způsobem, že mi v duchu nezůstal žádný nebo jen nepatrný její obraz.

Zdálo se mi, že to Bůh působí naprosto trpně v duši, neboli zatímco se ona chová trpně, a že se tam nepřimíchává nic mého, neboť se to vykonává příliš čistě. Pociťuji, že bych v rozumu nemohla mít nebo vytvořit si nějaký tělesný obraz nebo podobu láskyhodné Matky. To, co mi zde Bůh dopřává, abych požívala, děje se velmi otažitou vzpomínkou, čistým poznáním a rozplývající se láskou v Bohu a v Marii.

(Přeložil P. Metoděj F. Mínařík OCarm.)

## 8. MODLITBA SRDCE

### Wilfrid Stinissen

Často se modlitba Ježíšova nazývá modlitbou srdce. Vlastně by každá modlitba měla být, nebo alespoň by se měla stát modlitbou srdce. Že to zvláštním způsobem platí o modlitbě Ježíšově, záleží na tom, že v ní srdce zaujímá zvláštní místo. Nejprve je ovšem třeba si všimnout, že se zde nemluví o srdci, jak se mu rozumí v dnešní (poetické) řeči. Ve skutečnosti nemá vůbec co do činění s povrchními city. V tradici východní církve, a také v řeči bible, je srdce jak ve svém fyzickém, tak ve svém duchovním významu nejdůležitějším lidským orgánem. A v srdci se člověk stýká s Bohem. Tam, v hloubi lidského srdce, dřímá Božský život.

V ráji žil člověk ve svém srdci. Byl v harmonii se svým Bohem a mezi jeho duševními schopnostmi rozumovými a citovými vládla dokonalá jednota. Pád do hříchu způsobil, že se něco z lidské přirozenosti zkazilo a rozpadlo. Člověk ztratil svůj střed, takže se teď utápí ve vnějších věcech. Rajská harmonie, která byla člověku dána a pro kterou byl stvořen, je ta tam. Myšlenky, obrazy, touhy a city se vzájemně potírají, takže je nám obtížné obrátit celé své já k Bohu. I když duše ve své hloubce pociťuje bolestnou touhu po Bohu, hemží se na povrchu malé a velké chtíče, které neustále křičí „ne!“ . Toto rozpolcení sídlí v myslí (hlavě), kde myšlenky a obrazy „tancují jak sněhové vločky nebo roje komárů v létě“ (Teofan Poustevník, 1815-1894). Pravoslavná antropologie klade velký důraz na toto rozdělení mezi myslí (hlavou) a srdcem padlého člověka. Hřích tvoří zmatek. Zlomila se jednota a harmonie, která kdysi vládla mezi srdcem, onou mohutností, kterou cítíme a zakoušíme Boha, a hlavou, sídlem rozumového vnímání a chápání vnějšího světa. Integrita, celistvost člověka přece spočívá v harmonickém vztahu mezi těmito dvěma póly a tato harmonie vzniká, když se rozum podřídí srdci.

Proto východní duchovní spisovatelé znovu a znovu zdůrazňují, že je třeba opustit hlavu a ponořit se do srdce. Nejedná se přitom o proces čistě a výlučně duchovní. Slovem „srdce“ se rozumí také tělesný orgán, který má své místo v hrudi „blízko levé prsní bradavky, trochu nad ní“, jak říká Ignác Brjanchaninov (1807-1867).

Tělesné srdce pak je symbolem srdce duchovního. Proto má hledání srdce význam tělesný i duchovní. Naslouchat tlukotu vlastního srdce nám také usnadňuje nalézt svůj duchovní střed.

(Ukázka z připravované knihy Modlitba Ježíšova, kterou vydá koncem roku Karmelitánské nakladatelství, přeložil P. Vojtěch Engelhart OSB)

## **9. KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ VYDÁVÁ:**

### **Paolo Giglioni SVÁTOSTI KRISTA A CÍRKVE**

Kniha docenta na papežské Urbanově univerzitě a uznávaného liturgisty chce čtenáři usnadnit pochopení vztahu viditelných znamení a neviditelných tajemství v liturgii, a odpovědět tak na aktuální pastorační potřebu. Jeho pojednání je jednoduché, ale teologicky a liturgicky přesné a pozorné pro katechetické a pastorační požadavky církve.

Po první kapitole, která staví svátostnost na pevný kristologický a ekleziologický základ, je látka týkající se jednotlivých svátostí rozdělena podle pořadí, jaké se nalézají v Katechismu katolické církve a jaké se osvědčilo v tradici. Má tři oddíly. První je věnován svátostem, jež uvádějí do křesťanského života (křest, biřmování a eucharistie), druhý svátostem „uzdravujícím“ (smíření a pomazání nemocných), třetí svátostem sloužícím křesťanské obci (kněžství a manželství). Knihu uzavírá stručné, ale obsažné pojednání o svátostinách. Přeložila sr.Terezie Brichtová OP.

### **Kardinál Leo Suenens KRÁL BAUDOUIN, ŽIVOT, KTERÝ OSLOVUJE**

Kniha seznamuje čtenáře s některými neznámými stránkami osobnosti belgického krále Baudouina, na nichž se čtenáři mohou názorně přesvědčit o jeho hlubokém lidství; křesťané pak o jeho neobyčejně čilém duchovním životě. Osobní svědectví kard. Suenense se dotýká důležitého úseku života zesnulého krále - od roku 1960 do roku 1993. Výraznost osobnosti krále Baudouina charakterizují i slova kard. Danneelse, který v jednom kázání o králi pravil: „Zažili jsme někoho, kdo byl víc než král; kdo byl pastýř lidu.“ V knize je nastíněn i portrét královny manželky královny Fabioly a jejich vzájemného vztahu. Oba manželé svou víru prožívali v hluboké důvěře v pomoc Matky Boží, o čemž svědčí mj. i jejich časté pouti do Lurd. Přeložila Helena Webrová.