Duchovná cesta podľa sv. Benedikta z Nursie

Inšpirácie pre saleziánov spolupracovníkov

Duchovné cvičenia 2020

DC zostavil Peter Lukáčik, SDB, pre interné použitie ako výber z kapitol z knihy:
Anselm Grün, SVÄTÝ BENEDIKT Z NURSIE Život a regula

Obsah

Obsah ... 2
1 *Úvod* ... 3
2 Predstavenie témy a ciele duchovných cvičení ... 5
2.1 Dialógy pápeža Gregora Veľkého ... 5
2.2 Život sv. Benedikta ... 5
2.3 Benediktov životopis podľa pápeža Gregora Veľkého ... 6
3 Pustovník - *kázeň* ... 8
4 Najlepší spôsob ako zmeniť iných je meniť sám seba - *ranná meditácia* ... 9
5 CESTA MODLITBY – *1. téma* ... 10
6 Duchovná cesta jednotlivca – *kázeň* ... 12
6.1 Cesta pokory ... 12
6.2 REBRÍK DO NEBA – *2. téma* ... 14
6.2.1 Prvý stupeň - vzťah k Bohu ... 14
6.2.2 Druhý stupeň - vzťah k sebe samému ... 15
6.2.3 Tretí stupeň - vzťah k ľuďom ... 15
7 Ver Božiemu slovu - *ranná meditácia* ... 17
7.1 EMÓCIE, MYŠLIENKY, POCITY – *3. téma* ... 18
7.1.1 Štvrtý stupeň - ako zaobchádzať s emóciami ... 18
7.1.2 Piaty stupeň - vyjadriť myšlienky a pocity ... 19
7.1.3 Šiesty stupeň - zmieriť sa s vlastnou priemernosťou ... 20
7.2 Prijatie reality - *kázeň* ... 22
7.2.1 Siedmy stupeň - stretnúť sa s vlastným tieňom - prijatie milosrdenstva ... 22
7.2.2 Ôsmy stupeň - vstup do reality, rešpektujem realitu a tá ma mení – nepredvádzam sa ... 22
7.2.3 Deviaty stupeň – KONFRONTÁCIA S PRAVDOU O SEBE – *4. téma* ... 24
7.2.4 Desiaty stupeň - stelesnenie pokory v smiechu ... 24
7.2.5 Jedenásty stupeň - stelesnenie pokory v reči ... 24
7.2.6 Dvanásty stupeň - stelesnenie pokory v držaní tela ... 25
7.3 Cieľ cesty pokory ... 25
8 Ľudská práca- *ranná meditácia* ... 27
9 MODLITBA A PRÁCA – *5. téma* ... 28
10 Umenie zdravého života - *kázeň* ... 31
11 HLAVNÉ ZÁSADY RIADENIA – *6. téma* ... 33
12 Stretnutie so Školastikou – *ranná meditácia* ... 36
13 SPOLOČNE HĽADAŤ BOHA – *7. téma* ... 37
Program DC : ... 40

1 *Úvod*

Naše saleziánske povolanie nás pozýva každoročne, aby sme si našli čas na duchovné cvičenia, ktoré sú centrálnou udalosťou nášho duchovného života. Takto to prežíval sám don Bosco, a tak to odporúčal svojim synom i dcéram. Denné modlitby, dvojtýždenná sv. spoveď (pre spolubratov a mladých na ceste k svätosti), mesačná duchovná obnova (cvičenie dobrej smrti), výročné duchovné cvičenia.

Odkiaľ vzal túto prax? Prijal ju v konvikte, kde popri don Cafassovi dozrieval v kňazstve. Don Cafasso a tradícia turínskeho kňazského konviktu sa zase opierali o tradíciu jezuitov. Už z tejto zmienky môžeme vidieť, že duchovný život don Bosca bol napojený na rôzne cirkevné tradície. Keby sme si podrobne pozreli jeho život zbadali by sme, že don Bosco je kňazom, ktorý čerpá všetko krásne, čo stretne v Cirkvi: okrem sv. Ignáca sa najviac inšpiruje sv. Alfonzom z Liguori, sv. Vincentom z Paoly, sv. Filipom Neri a samozrejme sv. Františkom Saleským. Je zaujímavé, že don Bosco nebol nejakým hlbokým znalcom spisov sv. Františka Saleského, ani nenapísal nejaké zaujímavé komentáre k jeho dielu Filotea alebo k niečomu inému. On tak intuitívne vytušil, že dobrota a láskavosť, ktorú sv. František predkladal, je to najdôležitejšie pre prácu s mládežou.

Píšem vám toto všetko aj preto, aby ste neboli prekvapení z témy duchovných cvičení, ktoré budú v tomto roku. Prehovorí k vám vyše 1500 ročná duchovná tradícia, ktorej praotcom je sv. Benedikt. Na ňom a na jeho postojoch vyrástla naša Európa a benediktínske kláštory priniesli veľké ovocie aj v našej krajine. *Duchovná cesta sv. Benedikta z Nursie,* ktorú nám spracoval náš spolubrat Peter Lukáčik, nás uvedie do základov kresťanského duchovného života. Tak ako don Bosco, salezián si vie zobrať zo všetkého to hlboké a pekné a premýšľa, ako mu to pomôže žiť viac pre mladých a pre Boha.

A ešte niekoľko slov k prežívaniu duchovných cvičení.

Vypočujme si pozorne nasledujúce podobenstvo: Mt 22, 1-14: *Nebeské kráľovstvo sa podobá kráľovi, ktorý vystrojil svadbu svojmu synovi. Poslal svojich sluhov, aby zavolali pozvaných na svadbu. Ale oni nechceli ísť. Znova poslal iných sluhov s odkazom: „Povedzte pozvaným: Hostinu som už prichystal, voly a kŕmny dobytok sú pozabíjané a všetko je pripravené; poďte na svadbu!“ Ale oni na to nedbali a odišli: jeden na svoje pole, iný za svojím obchodom. Ostatní jeho sluhov pochytali, potupili a zabili. Kráľ sa rozhneval, poslal svoje vojská, vrahov zahubil a ich mesto podpálil. Potom povedal svojim sluhom: „Svadba je pripravená, ale pozvaní jej neboli hodni. Choďte preto na rázcestia a všetkých, čo nájdete, zavolajte na svadbu.“ Sluhovia vyšli na cesty a zhromaždili všetkých, ktorých našli, zlých aj dobrých; a svadobná sieň sa naplnila hosťami. Keď kráľ vošiel pozrieť si hostí, zbadal tam človeka, ktorý nebol oblečený do svadobného odevu. Povedal mu: „Priateľu, ako si sem mohol vojsť bez svadobného odevu?“ On onemel. Tu kráľ povedal sluhom: „Zviažte mu nohy i ruky a vyhoďte, ho von do tmy; tam bude plač a škrípanie zubami. Lebo mnoho je povolaných, ale málo vyvolených.“*

Duchovné cvičenia sú pozvanie, dar a miesto, kam prichádzam s mojím životom, s mojím rokom života a v tom čase a priestore sa ku mne prihovára Boh. Je veľa foriem a prejavov „nezáujmu“ – ale uvedomme si, že nezáujem je tu nielen nevhodný, ale priamo urážka.

Kazateľ i téma sú len prostredníkmi, môžu nám pomôcť. Účastník duchovných cvičení prijíma pozvanie a počúva, zachytáva oslovenie. Možno to bude jedno slovo, jedna myšlienka, jedna z tých tém. Nie je úlohou kazateľa všetko brilantne vysvetliť a ani úlohou účastníka všetko do posledného súvisu pochopiť. Chcem vás všetkých povzbudiť, aby sme sa oslobodili od predstavy dokonalých kazateľov a dokonalých tém, ktoré boli „úžasné, zrozumiteľné, jednoduché, hlboké a také, ktoré nás potešili“.

Pokúsme sa pochopiť, že duchovné cvičenia sú viac o tom, aby sme zistili, kde sme, aby sme dali priestor Bohu, aby sme mu kládli otázky a hľadali odpovede v jeho svetle. A ak tie témy nie sú „saleziánske“, saleziánske má byť srdce, s ktorým ich počúvam a taktiež hľadanie jej významu pre môj saleziánsky život. Don Bosco poznával rôzne dobré zdroje, zostal však vždy sám sebou – jedinečný.

Sv. Pavol musel Korinťanom pripomínať, že nie sú schopní pevného pokrmu, ale len mlieka ako malé deti (1Kor 3,2). Nevyčíta im to, že na začiatku to musel tak robiť, ale mrzí ho to, že nepodrástli. Malým deťom sa dáva vždy len mliečko, ktoré im tak chutí, staršie deti vedia, že treba jesť aj to, čo už mliečko nie je, ale je to dôležité.

Preto vás chcem všetkých povzbudiť aby ste zodpovedne pomocou tejto témy, pomocou ticha, pomocou Ducha, ktorý tam bude prítomný – počúvali. Benediktova voľba musí byť aj našou voľbou, nie voľbou tej istej cesty, ale voľbou toho istého srdca, ktoré chce žiť v duchu Don Boscovej charizmy len pre Boha. Pretože Benediktova voľba a voľba dona Bosca sú v spôsobe cesty rozličné, ale v srdci rovnaké. Boh je ten, ktorý volá, my len počúvame... Amen!

2 Predstavenie témy a ciele duchovných cvičení

Svätého Benedikta na rozdiel od svätého Františka alebo svätého Ignáca sotvakto pozná, hoci Benedikt patrí medzi „otcov Európy" a „patrónov - ochrancov Európy", týmito titulmi ho vyznačil pápež Pavol VI. Ide však len o tituly, alebo aj dnes prichádza Benedikt so svojím posolstvom medzi európske národy? V minulosti bola Európa husto posiata benediktinskými kláštormi. Okolo týchto kláštorov vznikli mnohé mestá, napríklad Fulda a Goslar, Mníchov a Salzburg. Turisti obdivujú kláštorné ruiny v Cluny, alebo ešte aj dnes zachované kláštorné budovy v St. Gallen či v Reichenau. Gregoriánsky chorál, ktorý si spievali benediktínski mnísi, sa i dnes teší novej popularite a liturgická reforma Druhého vatikánskeho koncilu sa vracia k duchovnému odkazu benediktinských kláštorov.

Teda má nám Benedikt aj dnes čo povedať? Aký odkaz nám chcel zanechať kardinál Razinger, keď si po zvolení za pápeža vybral meno Benedikt?

O živote sv. Benedikta sa len na základe historických dokumentov nedá toho veľa povedať. Predsa však jestvujú dva dôležité pramene, z ktorých môžeme čerpať. Prvým je Regula benediktínskej rehole, ktorej autorom je sv. Benedikt. V nej nachádzame nielen duchovnú cestu, ktorá priťahuje ľudí dneška rovnako ako kedykoľvek predtým, ale stretáme sa v nej aj s osobnosťou svätca. Máme však aj ďalší Benediktov životopis, z ktorého môžeme spoznávať jeho vnútorný vývin:

2.1 Dialógy pápeža Gregora Veľkého

Pápež Gregor (540 - 604) popri mnohých svojich biblických komentároch vydal aj knihu, ktorá sa v stredoveku tešila veľkej obľube. Táto kniha sa skladá zo štyroch častí, ktoré majú spoločný titul: *Dialógy*. V prvej a v tretej časti nám pápež rozpráva o živote mnohých svätcov, ktorí pôsobili na európskom Západe. Druhá časť *Dialógov* v plnom rozsahu patrí životu svätého Benedikta a už toto svedčí o zvláštnom význame, ktorý pápež Gregor pripisuje svätému Benediktovi.

Gregor neponíma svoju správu o živote Benedikta ako historický záznam, ale ako zobrazenie príkladného duchovného života. Na jeho živote nám chce ukázať, ako sa môže podariť kresťanská cesta premenenia podľa vzoru Ježiša Krista a aké stupne musíme prekročiť na tejto myšlienkovej ceste rastúcich skúseností s Bohom.

Prv než vytýčime túto Benediktovu vnútornú cestu, považujeme za potrebné uviesť najdôležitejšie historické údaje. Gregorove *Dialógy* majú spoľahlivé historické jadro, lebo vznikli približne v roku 593, teda ani nie päťdesiat rokov, ba možno len dvadsaťpäť rokov po Benediktovej smrti. Mená jeho žiakov, ktorí v Gregorových časoch ešte žili, si pápež nemohol vymyslieť.

2.2 Život sv. Benedikta

Traduje sa, že Benedikt sa narodil v roku 480 v meštianskej rodine v Nursii. Po krátkom študentskom pobyte v Ríme sa vracia späť do Enfide a pripája sa k asketickému spoločenstvu. Potom žije tri roky ako pustovník v jaskyni pri Subiacu. Stáva sa známym a ľudia ho prosia, aby viedol mníšske spoločenstvo vo Vicovare. No odpor mníchov proti jeho prísnemu riadeniu ho donúti znova sa vrátiť do Subiaca. Zhromažďuje sa okolo neho množstvo študentov. Rozdelí ich do dvanástich malých kláštorov. Približne okolo roku 530 zanecháva so svojimi mníchmi Subiaco

a zakladá kláštor na vrchu Monte Cassino. Pápež Gregor ako dôvod tohto vysťahovania uvádza výmenu názorov s istým závistlivým kňazom. Podľa niektorých historikov Benedikt vtedy vypracoval iný koncept kláštorného života, a preto zmenil svoje pôsobisko.

Na Monte Cassine boli staré pohanské svätyne, v ktorých sa pestovali ešte pohanské kulty. Benedikt tieto svätyne ničí, alebo ich premieňa. Tak mení Apolónov chrám na Kaplnku svätého Martina. A na vrchole hory stavia okolo oltára Kaplnku Jána Krstiteľa. Benedikt Monte Cassino už nikdy neopúšťa. Udalosti, o ktorých nám podáva správy pápež Gregor Veľký, sa dajú historicky overiť. Podľa tradície Benedikt zomrel v roku 547. Dnes prevláda názor, že Benedikt sa narodil až okolo roku 500 a jeho úmrtie možno datovať medzi rokmi 555 - 560.

Doba, v ktorej Benedikt žil, bola tak po politickej, ako i cirkevnej stránke pohnutou epochou. Prvá perióda Benediktovho života spadá do obdobia vlády ostrogótskeho kráľa Theodericha (zomrel v roku 526). Ostrogóti boli ariáni, ktorí popierali, že Ježiš je jednej podstaty s Otcom. Cirkev sa rozštiepila. Probyzantské kruhy postavili proti pápežovi Symmachovi (498 - 514) protipápeža. To vyvolalo schizmu medzi Rímom a Byzanciou. Keď vplyv Byzantíncov zosilnel aj na území dnešného Talianska, kráľ Theoderich začal proti katolíkom uplatňovať tvrdšie praktiky. Dáva popraviť filozofa Boethia (480 - 524). Za cisára Justiniána I. (527 - 565) si byzantské vojská na čele s vojvodcom Belisarom podmaňujú Rím. V období medzi rokmi 535 a 553 sa dnešné talianske zmieta vo vojne až do konečnej porážky Gótov. Byzantský cisár a ostrogótsky kráľ striedavo dosadzujú a zosadzujú pápežov. Vnútri Cirkvi panuje veľký zmätok. Mnohí veriaci nevedia, koho sa majú držať. Cisár Justinián rozpúšťa v roku 529 Aténsku filozofickú školu - práve v tom roku podľa tradície Benedikt zakladá kláštor na vrchu Monte Cassino. Po roku 553 zavládne na niekoľko rokov mier. Lenže od roku 568 napadajú Taliansko Longobardi a zničia všetky kláštory, ktoré sú v dosahu ich skazonosnej cesty. V roku 577 Monte Cassino Longobardi vypália. Mnísi utečú do Ríma. Benedikt teda pôsobí v nepokojnej dobe. Jedného z jeho priateľov biskupa Germana z Capuy posiela pápež Hormisdas ako veľvyslanca do Konštantínopolu. Benedikt dobre pozná protirečenia svojej epochy, tak v politike, ako aj v oblasti teológie a niektoré konštatovania v jeho regule nadobúdajú na pozadí vtedajších konfliktov nový význam.

2.3 Benediktov životopis podľa pápeža Gregora Veľkého

Pápež Gregor Veľký videl v Benediktovi jednu z ústredných postáv dožívajúcej antiky. Jeho život nám dnes môže pomôcť zorientovať sa v dnešnej postmodernej dobe. Pri Benediktovi cituje štyridsať zázrakov. Dnes je nám ťažké akceptovať mnohé zo zázračných príbehov. Pápež Gregor však týmto sleduje jasný plán: chce dokázať, že aj európsky Západ má veľké duchovné osobnosti, ktoré sú porovnateľné s tými, ktoré daroval svetu kresťanský Východ. A tieto zázraky vyjadruje obraznou umeleckou rečou. Pápež Gregor vykresľuje Benedikta tak, že jeho konanie porovnáva s biblickými vzormi Mojžiša, Elizea, Petra, Eliáša a Dávida.

Takéto umelecké stvárňovanie *Dialógov* svedčí o tom, že Gregorovi v *Dialógoch* nejde o kronikárske záznamy, ale o teologickú výpoveď. Tento špecifický charakter *Dialógov* nám umožňuje, aby sme scény, ktoré nám opisuje Gregor, vnímali ako obrazy duchovnej cesty svätého Benedikta. Tieto obrazy svedčia o tom, ako sa svätý Benedikt i ako človek duchovne prehlboval. Prežiaruje ich fakt, že Benedikt čoraz viac preniká do tajomstiev nepochopiteľného Boha. Tieto obrazy tiež odhaľujú trasu cesty, na ktorej sa Benedikt čoraz viac stáva sám sebou, spoznáva aj svoje ľudské nedokonalosti, ktoré zanecháva rovnako ako prepiaty osobný egoizmus, čo ho oprávňuje viesť aj iných mníchov.

Benedikta poslali rodičia na štúdium do Ríma. Lenže život vo svetovej metropole Ríme sa mu sprotivil. Prejavovali sa tam dekadentné javy dožívajúcej antiky. Staré hodnoty viac neplatili a nové

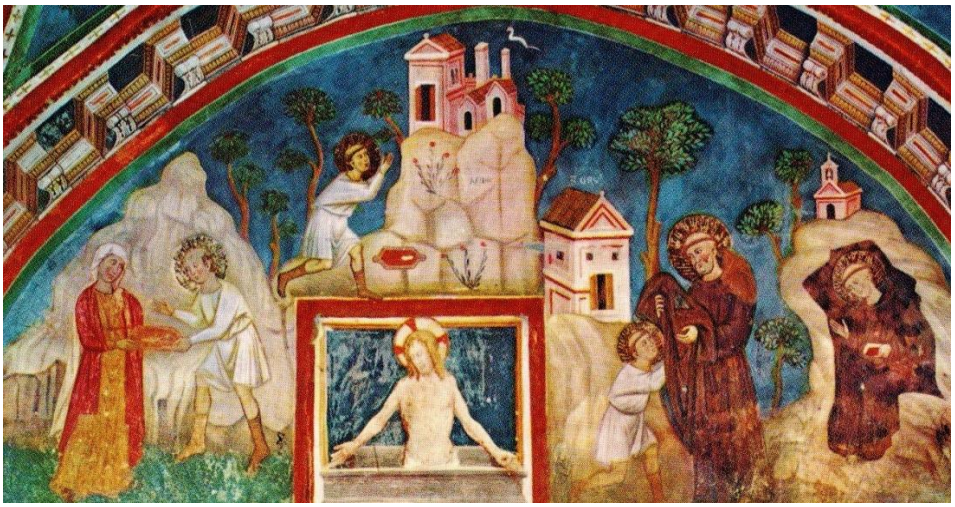
neboli v dohľade. (Nepripomína nám to niečo? Nepripomína nám to tak trochu aj dnešnú dobu v ktorej žijeme?)

Benedikt sa utiahne. Vzdáva sa formálnych vedomostí, len aby sa stal vnútorne múdry. Pre Rimanov byť múdry značilo: vychutnávať si život, vychutnávať skutočnosť. Benedikt nechcel rozmnožovať svoje vedomosti prostredníctvom vecí, chcel preniknúť do podstaty vecí. Chcel spoznávať realitu svojej vlastnej duše. Preto zanechal cestu vedomostí a vydal sa cestou skúseností.

V tejto analógií so sv. Benediktom sú duchovné cvičenia pre nás časom utiahnutia sa. Aj my sme pozvaní zanechať cestu vedomosti, či informácií. Tie teraz nie sú dôležité. Vydajme sa po ceste skúsenosti. Ide o mystickú cestu, na ktorej mám možnosť lepšie spoznať seba samého, preniknúť viac do svojich nedokonalostí a zanechať ich. Je to cesta, na ktorej sa môžem viac stať sebou samým a to všetko prostredníctvom zážitku Boha.

3 Pustovník - *kázeň*

Benedikt opustil mesto **v spoločnosti svojej pestúnky**. Pestúnky mali v antickom období často bližší vzťah k deťom ako ich vlastné matky. Benedikt je teda ešte **naviazaný na matku**. Keď sa pestúnke rozbije nádoba, Benedikt sa pomodlí a časti opäť splynú, nádoba je zasa celá. Benedikt potom opúšťa toto miesto a uchyľuje sa do samoty, do jaskyne neďaleko Subiaca.



Rozbitie nádoby je symbolom rozviazania materského puta. Zázračná príhoda s nádobou neobnovuje opäť staré väzby, ale ukazuje, že modliaci sa Benedikt nachádza svoj domov v Bohu. To vyjadruje aj jaskyňa, ktorá je zároveň aj materským symbolom. Benedikt v nej ostáva tri roky, celkom odlúčený od ľudí. Musí sa znovu narodiť v Bohu, aby mohol, vstať ako nový človek.

Po troch rokoch samoty slávi Benedikt svoje vzkriesenie *(tak ako bol Kristus tri dni v hrobe)*. Na Veľkú noc prichádza k nemu istý kňaz. Vo svojom videní dostal poverenie, aby navštívil Benedikta a podelil sa s ním o jedlo. Prichádza k pustovníkovi a zhovára sa s ním o duchovnom živote. Potom ho slovami: „Lebo dnes je Veľká noc", pozýva, aby si spoločne zajedli. Benedikt odvetí: „Viem, že je Veľká noc, lebo mi bolo dopriate stretnúť sa s tebou."

Po troch rokoch samoty a askézy sa Benedikt teší, že si môže zajesť v spoločnosti iného človeka. **Absolvoval školu samoty, zoznámil sa so všetkými svojimi priepasťami a nebezpečenstvami a teraz je pripravený stretnúť sa bez predsudkov a otvorene s iným človekom**. Ako Ježiš po troch dňoch vstal z mŕtvych, tak aj Benedikt oslavuje po troch rokoch svoje zmŕtvychvstanie. **Stal sa novým človekom**. Aj tu sa nám črtá jeden z cieľov DC.

Už ako znovuzrodený stretá pastierov, ktorí ho kvôli kožušine, ktorú nosil, považovali za zviera. On sa však s nimi rozpráva. A oni sa odvracajú „od svojho zversky primitívneho zmýšľania a začnú viesť bohabojný život". Každá osobná zmena má dopad na zmenu ostatných.

Lenže znovuzrodenie sa nezaobíde bez nebezpečenstiev, môžeme ich nazvať pokušeniami. Najprv náš Boží človek stretne čierneho vtáčika, ktorý mu poletuje a čviriká okolo tváre. Benedikt sa prežehná a vtáčik, obraz čerta, odlieta. Nato sa objavuje pred Benediktovým duchovným zrakom obraz istej ženy, ktorú predtým raz videl. Spomienka na jej krásu vznietila v Božom služobníkovi taký plameň, že si pomyslel - „žiarom lásky mi pukne srdce". Benedikt túžbu po žene nepotláča, ale reaguje na ňu tak, že sa vrhne nahý do tŕnia a - ako vraví pápež Gregor - premieňa predstavu rozkoše na bolesť. Túto ranu musí vydržať. Vyrovná sa s ňou tak, že ju premení na bránu, ktorá mu otvorí cestu do života i k Bohu. Možno je tŕnie, na ktoré sa vrhol, obrazom horiaceho tŕňového kra, v ktorom Mojžiš uzrel Boží plameň. Gregor zavŕšil túto scénu vetou: „Tak sa stal víťazom nad pokušením, lebo dokázal premeniť plameň tohto pokušenia."

4 Najlepší spôsob ako zmeniť iných je meniť sám seba - *ranná meditácia*

Bratia, všetko, čo bolo kedysi napísané, bolo napísané nám na poučenie, aby sme skrze trpezlivosť a útechu z Písma mali nádej. Boh trpezlivosti a potechy nech vám dá, aby ste jedni o druhých zmýšľali podľa Krista Ježiša, a tak jednomyseľne, jednými ústami oslavovali Boha a Otca nášho Pána Ježiša Krista.

Preto prijímajte jeden druhého, ako aj Kristus prijal vás, na Božiu slávu. Hovorím totiž, že Kristus bol služobníkom obriezky v záujme Božej pravdy, aby potvrdil prisľúbenia dané otcom a aby pohania oslavovali Boha za milosrdenstvo, ako je napísané: „Preto ťa budem velebiť medzi národmi, a ospevovať tvoje meno.“ (Rim 15,4-9)

Benediktova schopnosť byť duchovným sprievodcom sa šíri po okolí. Keď v istom blízkom kláštore vo Vicovare zomiera opát, mnísi prosia Benedikta, aby zaujal jeho miesto. Po opätovnom úsilí Benedikt súhlasí. Potom však musí zažiť bolestnú skúsenosť. Keďže je na mníchov veľmi prísny, reagujú na to pokusom zabiť ho. Chcú ho otráviť. Benedikt však požehná kalich s otráveným vínom, ktorý mu mnísi núkajú. Pred očami všetkých sa kalich rozbije.

Ide o liečivú skúsenosť, ktorú tu Benedikt musí prežiť. Zjavne ešte nedorástol na to, aby mohol viesť ľudí, ktorí jeho prísnosti kladú odpor, vyvoláva v nich len jedovaté pocity. Pri ľuďoch, ktorí cítia málo chuti pustiť sa na duchovnú cestu, si Benedikt uvedomuje svoje hranice. Neprebúdza v nich nijakú túžbu po živote. Dokázal z nich dostať iba smrtonosné myšlienky. **Benedikt spozná svoje hranice** a vyvodzuje z toho dôsledky. Opúšťa kláštor a znova sa uťahuje do samoty. A „**úplne vstúpil do seba** - sám - tvárou v tvár Bohu“. Spoznáva sám seba.

Po sexualite je agresivita najsilnejším zdrojom životnej energie, ktorou človek disponuje. V agresivite mníchov z Vicovaru spoznáva Benedikt aj svoju vlastnú agresivitu, ktorú potláčal. No **potlačená agresivita pôsobí na mňa samého aj moje okolie**. Potláčaním vlastnej agresivity dokážeme vyvolať agresivitu v iných ľuďoch. O tomto sa Benedikt bolestne presvedčil. Teraz sa uťahuje späť do seba a zameria sa len na svoje vnútro. Ostražito sa pozoruje. Nenecháva, ako o tom píše Gregor, „svoj vnútorný zrak túlať sa mimo seba“. Benedikt tu zjavne nadobudne skúsenosť, že len vtedy v ňom prebýva Boh, keď aj on sám v sebe prebýva. Iba vtedy, keď bude Benedikt obývať celý svoj dom, aj izby svojej sexuality a agresívnosti, naplní Boh jeho dom svojím svetlom. Benedikt prestane prenášať svoju sexualitu a agresivitu na iných. Vidí ich v sebe samom. Takto sa môžu obidve tieto životodarné energie premeniť a slúžiť mu na jeho duchovnej ceste.

5 CESTA MODLITBY – *1. téma*

V liturgickom hnutí mali benediktíni povesť špecialistov na liturgiu a na spoločnú liturgiu hodín. To však bola až príliš jednostranná interpretácia benediktínskej modlitbovej cesty. Benedikt opisuje podrobné rozdelenie žalmov do siedmich časových okruhov, v ktorých sa mnísi schádzajú, aby spoločne chválili Boha. Zmysel spoločnej modlitby sa vyjasní až vtedy, keď v nej vidíme aj *Benediktovu aplikáciu tradície ranomníšskeho obdobia*. Najdôležitejším prívlastkom mníšskeho života bola nepretržitá modlitba. Požiadavku apoštola Pavla *„modlite sa bez prestania“* chceli mnísi uskutočniť tým, že sa nemodlili len v určenom čase, ale tak, že celý ich život sa im stal modlitbou. Origenes to vysvetľuje tak, že ruky, ktoré pri modlitbe máme dvíhať k Bohu, sú aj našimi činmi, našou prácou. „Svoje ruky pozdvihuje do výšky, kto svoje diela zdvíha nad povrch zeme, a kým ešte chodí po zemi, jeho zásluhy sú už v nebi."

Benedikt v 8. až 18. kapitole vecne a rozvážne vyratúva, ktoré žalmy treba spievať v liturgii hodín, podľa časových úsekov. V tom sa však **vytráca hlbší teologický zmysel liturgie hodín**. Iba v 16. kapitole nájdeme krátke teologické zdôvodnenie spoločnej zborovej modlitby. Tu Benedikt zdôvodňuje sedemnásobnú liturgiu hodín v jednom dni žalmovým veršom: **„Cez deň ťa chválim sedemkrát.“** (Ž 119, 164) A pre nočnú službu Benedikt cituje iný verš: **„Uprostred noci vstávam a zvelebujem ťa.“** (Ž 119, 62) Mnísi teda svojou spoločnou modlitbou spĺňajú to, čo Sväté písmo opisuje ako znak pravej zbožnosti. **Ich modlitba sa pridŕža písomných textov**.

A vzápätí rozvíja Benedikt teológiu liturgie hodín jedinou vetou: „Týmito časovými úsekmi modlitieb prinášame chválu nášmu Stvoriteľovi za jeho správne rozhodnutie." (REGULA SV. BENEDIKTA, ďalej RB 16, 5) Spoločná liturgia hodín večne velebí Stvoriteľa. Neslúži nijakému bezprostrednému cieľu, ale vedie ku konaniu dobra. V prvom rade tu nejde o formu orodovania, ale o formu chvály. Počas chvál sa v nich nesústreďuje na svoje problémy, ale zameriava sa na Boha ako na svojho Stvoriteľa. V prvej línii Boh nie je Spasiteľ, ale Stvoriteľ. Liturgia má velebiť krásu stvorenstva. To sa deje vtedy, keď sa krása zračí aj v liturgickej osnove svätej omše, v spevoch, gestách i v spôsoboch jej slávenia. Stredobodom zborových modlitieb je Boh. Nejde tu o otázku, aké miesto patrí v tomto kontexte konkrétnemu mníchovi, ale o to, či velebíme Boha primeraným a vhodným spôsobom. Dodržiavanie tohto všetkého si vyžaduje vzdať sa ustavičného krúženia okolo seba samého. Duchovná cesta nie je narcistickou cestou, na ktorej mních stretá vždy len samého seba, ale cestou oslobodzovania sa od samého seba. Benedikt tu preberá teologický názor zo Starého zákona, že život pochádza z chvály, že iba taký človek skutočne rozumie životu, ktorý sa dokáže pohľadom povzniesť hore a ponad seba, ktorý je schopný obdivovať Božiu krásu a primerane ju chváliť a vzdávať jej úctu.

Druhou príčinou spoločnej modlitby je to, že Boha chválime „**pre jeho spravodlivé rozhodnutie“**. V tomto sa zohľadňuje popri stvoriteľskom akte aj konkrétny mníšsky život, ba život celého ľudstva. Ako s nami Boh zaobchádza, či už ide o úspech, že sa nám darí, alebo pokoj, a či o chorobu, nešťastie, núdzu, **všetko je to spravodlivé a správne. Mních vo svojej modlitbe akceptuje život taký, aký je**. Nezľahčuje problémy všedného dňa, ale ich v liturgii hodín **predkladá Bohu**. V denných konfliktoch a výmenách názorov vidí duchovný význam. Boh mu pripočíta k dobru to, čo ho denne zaskočí. To neznamená, že so všetkým z toho hneď aj súhlasí. Veď aj v žalmoch sa dosť často zápasí s Bohom. Boha obviňujú, že neodvráti nešťastie, že zlému človeku sa darí a zbožný je na tom zle. Kto sa modlí žalmy, na konci svojho zápasu vždy súhlasí s Bohom. Odovzdá sa do Božej vôle. Spoločná modlitba má mnícha privádzať do stále väčšieho súladu **so sebou a svojím životom**, aby tak vo všetkom mohol spoznávať správne Božie rozhodnutia.

V 19. kapitole Benedikt opisuje **duchovný rozmer zborovej modlitby**. Nazývajú „disciplina psallendi = ako sa správať pri spievaní žalmov". Základným predpokladom pri spoločnej liturgii hodín je vedomie Božej prítomnosti. **Modlitba zaznieva pred Božími očami**. Mních má byť pri modlitbe vo všetkom úplne a výlučne zameraný na Boha. Modlitbou sa dostáva do vzťahu s Bohom a modlitba tento vzťah živí.

Správnym spôsobom spieva žalmy ten, kto ich slová oceňuje, vychutnáva, hľadá ich hlbší zmysel, kto ich zakúša, prežíva, a tak ich vníma všetkými zmyslami. Pri spievaní žalmov sa má stať aktívnym celý človek a to, o čom spieva, si má prezrieť, vypočuť, ochutnať, ovoňať, ohmatať. Spievaním žalmov mníchovi **zachutí Boh**. A Božia skutočnosť preniká jeho telo i dušu. *Postoj celého tela – spev, státie, sedenie, počúvanie... všetko má svoj význam.*

V treťom citáte žalmov poukazuje Benedikt na **nebeskú liturgiu**, na ktorej sa svojou zborovou modlitbou mnísi zúčastňujú: „Budem ti hrať a spievať žalmy, pred tvárou anjelov." (Ž 138,1) Anjeli odkazujú na nebeskú liturgiu. **V liturgii hodín sa otvára okno do neba**. Nejde len o nábožné konanie mníchov, ale o ponáranie sa do večného chválospevu anjelov. Mnísi, ktorí v kláštorných priestoroch žili a po celý svoj život tam velebili Boha, teraz naďalej v nebi prespevujú na Božiu chválu. A pozemskí mnísi majú **spoluúčasť na tomto večnom chválospeve**. Lebo anjeli neprestajne hľadia na Božiu tvár. Tak sa stali vzorom kontemplácie. Liturgia hodín chce priviesť mnícha k mystickému zážitku s Bohom. Anjeli vyjadrujú jeho túžbu uvidieť Boha a zakúsiť ho. Keďže mních spieva pred tvárou anjelov, vie sa anjelmi obkolesiť. A cez nich sa mu približuje samotný Boh, na ktorého anjeli hľadia dňom i nocou.

Duchovní spisovatelia sa oddávna usilovali porozumieť poslednej vete 19. kapitoly: „Sic stemus ad psallendum, ut mens nostra concordet voci nostrae = Pri speve žalmov stojme tak, aby naša myseľ a naše srdce harmonizovali s naším hlasom." Výraz mens sa tu nevzťahuje len na rozum, ale i srdce. Ide o duševný základ človeka, ktorým sa otvára Bohu. Výraz vox sa v prvej línii nevzťahuje na mníchov hlas, ale na hlas Boha, na Božie slovo. **Spievajúc žalmy, spievame samotné Božie slovo, a tak zaznieva Boží hlas**. Pri speve žalmov má naše srdce **vytvárať jednotu so slovami**, ktoré spieva, s Božím hlasom, ktorý prostredníctvom spevu môže prijímať nielen širšie okolie, ale rozozvučí aj naše srdce. Benedikt tu napokon myslí na **cestu premeny pomocou spievania žalmov**. Pri speve srdce stále viac **splýva so slovom i s Božím hlasom a stále viac ho preniká Boží duch**. Srdce prežíva súlad s Bohom, ale aj samo so sebou. Keď Boží hlas zaznie v hlase ľudského speváka, vtedy sa človek stále viac dostáva **do harmónie s Bohom**. A keď je v harmónii s Bohom, bude v harmónii aj sám so sebou. Spev je podľa Augustína cestou do ľudského vnútra, cestou do vnútorného priestoru ticha, v ktorom v nás prebýva Boh. Benedikt tu má na mysli **kontemplatívny rozmer zborovej modlitby**. Spoločná modlitba nás chce vždy hlbšie privádzať k jednote s Bohom a k zhode s naším duševným základom.

****

Porov:

Štatút, Čl.19 Štýl modlitby
Štatút, Čl. 20, 3
Štatút, Čl. 6
Pravidlá, Čl. 6, 2, 3
Pravidlá, Čl. 16, 2
Úradný komentár k PAŽ Čl. 41
Pietro Zerbino, Sny Don Bosca
A. Auffray, Za bezpečným vodcom

6 Duchovná cesta jednotlivca – *kázeň*

Benedikt chápe duchovný život mnícha ako cestu. Na túto cestu premeny pozýva každého mnícha osobitne. Pre Benedikta je to **cesta spásy**, na ktorej sa jednotlivec **stáva šťastným a úplným**. **Duchovný život** pre Benedikta znamená: **byť na ceste**. Ide o cestu námahy a úsilia. Aby sa po tejto ceste mohlo napredovať, potrebné **sú metódy postupu**. Takto môže Benedikt opísať túto cestu aj ako obraz **duchovného umenia** (ars spiritalis).

V 4. kapitole reguly nás oboznamuje s nástrojmi duchovného umenia, ktoré nám pomôžu na tejto ceste napredovať. Výrazom „ars spiritalis“ prekladá Benedikt grécky pojem „askesis“. Askéza „znamená v pôvodnom význame umelecké sformovanie predmetu, ale aj telesné cvičenie a duchovné školenie. V stoickej filozofii askézou označujeme nácvik čností" (RB 31). V duchovnom umení mních formuje svoje telo a dušu nástrojmi, ktoré mu Benedikt ponúka, aby sa čoraz väčšmi prejavila pôvodná a jedinečná ľudská bytosť, ktorá je Božím dielom. Benedikt vymenúva **nástroje** duchovného umenia a **dielňu**, v ktorej sa toto umenie praktizuje: „A **dielňou**, v ktorej máme toto všetko starostlivo uskutočňovať, je **priestor kláštora a stálosť v spoločenstve**.“ Kláštor, alebo pre nás kruh rodiny je teda dielňou, v ktorej sa duchovne pracuje, v ktorej sa formuje a vzdeláva osobnosť nášho opravdivého ja.

6.1 Cesta pokory

Vlastná **vnútorná cesta** každého mnícha je opísaná v kapitole o pokore. Spočiatku to znie skôr odstrašujúco, lebo pokora nie je bezpodmienečne tým, čo nás dnes fascinuje a oslovuje. No ide o opis cesty duchovného dozrievania. Už v úvode sa udáva **cieľ cesty pokory**.

Benedikt stavia pred mníchov zrak obraz nebeského rebríka. Jakubovi sa na úteku pred svojím bratom Ezauom - na úteku pred svojím vlastným tieňom - na púšti prisnilo o tomto nebeskom rebríku. Po tomto rebríku vystupovali a zostupovali anjeli. A hore, na vrchu rebríka, stál Boh a sľúbil Jakubovi: *„Hľa, ja som s tebou a budem ťa chrániť všade, kde pôjdeš, a privediem ťa späť do tejto krajiny, lebo ja ťa neopustím, kým nesplním, čo som ti prisľúbil.“ (Gn* 28, 15)

V prvotnej Cirkvi považovali nebeský rebrík vždy za **symbol kontemplácie**. Duchovní autori odjakživa považovali duchovnú cestu za **výstup k Bohu**. Kresťanský paradox spočíva teraz v tom, že k Bohu **vystupujeme tým spôsobom, že zostupujeme do vlastnej reality**. Len ten, **kto stretá sám seba, stretne sa aj s Bohom**. Bez čestného stretnutia sa so sebou samým sa budeme stretávať len s našimi vlastnými projekciami, nie však so skutočným Bohom. Benedikt komentuje vystupovanie a zostupovanie anjelov takto: „Sebapovyšovaním zostupujeme dolu a pokorou vystupujeme hore.“ *(RB* 7,7)

Pokora sa v latinčine nazýva „humilitas“. Toto slovo pochádza z výrazu „humus – zem“. Len ten, kto má odvahu a **prizná si svoju vlastnú pozemskosť a ľudskosť**, môže v kontemplácii vystúpiť k Bohu. Na **ceste k Bohu sa stretám s mojimi vlastnými tienistými stránkami**, mojimi vášňami, potrebami a emóciami. Kto sám seba povyšuje, chce preskočiť vlastnú psychickú realitu. Prostredníctvom **„spirituál bypassingu“**, čiže duchovnej zbernej cesty, chce využiť Boha na to, aby mu pomohol vyhnúť sa, či ustúpiť pred tým, akým v skutočnosti je.

Benedikt objasňuje nebeský rebrík veľmi osobným spôsobom: „Žrde rebríka označujú naše telo a dušu. Na pokyn Božej výzvy sú na týchto žrdiach rôzne šteblíky pokory a výchovy, po ktorých máme vystupovať hore.“ *(RB* 7, 8 a ďalej) Náš konkrétny pozemský život, **naše všedné dni rozhodnú** o tom, či dospejeme k Bohu, alebo nie. Telo a duša sú žrde. Na duchovnej ceste je telo rovnako dôležité ako duša. Cestu k Bohu musíme vykonať aj s telom, aj s dušou. **Spiritualita nemá len duchovný, ale rovnako tak aj telesný rozmer**. Keď sa telo nepremení, ani duch nenájde skutočnú cestu k Bohu. Telo a duša sa **navzájom ovplyvňujú**.

Do tela i duše vsadil Boh dvanásť šteblíkov **pokory a výchovy (disciplíny)**. **Pokora je viac vnútorný postoj**. **Disciplína znamená konkrétne cvičenie**. Disciplína pochádza z latinského slova „discipere = uchopiť, vziať do rúk, rozčleniť“. Disciplína znamená, že svoj život vezmem do vlastných rúk. Duchovný život je tiež konaním, vedením boja s celkom presnou metódou. Mnísi z raného obdobia vraveli: **„Kto bojuje bez metódy, bojuje nadarmo.“** A duchovný život znamená, že **zodpovednosť za svoj život vezmem do svojich rúk**. Nestačí iba sa ľutovať pre epizódy vlastného života, ktoré nás zranili. Svoj život si môžem formovať, vziať do rúk a utvárať ho tak, aby zodpovedal môjmu pôvodnému a nesfalšovanému obrazu, ktorý vložil do mňa Boh.

Pri čítaní Benediktovej kapitoly o pokore by sme mali mať na mysli tradíciu cirkevných otcov. Výklad cirkevných otcov nás **uchráni** pred tým, aby sme videli ***v pokore ponižovanie človeka***, ktoré ho robí malým a hodným opovrhnutia. A zabraňuje nám chápať pokoru ***jednostranne ako etickú cnosť***.

Pokoru Benedikt považuje za **cestu výcviku k dokonalej láske, k zjednoteniu sa s Bohom** v kontemplácii. Táto dokonalá láska (caritas, *RB* 7, 67 a ďalej) je poznačená **láskou ku Kristovi** (amor Christi = erosom presiaknutá láska ku Kristovi, intímny vzťah k nemu) a radosťou z cností (dilectatio virtutum), pričom sa cnosť nekategorizuje podľa morálneho hľadiska, ale ako **sila človeka, ktorú mu daroval Boh (**Mám vnútornú aj vonkajšiu silu aby som žil podľa Krista, aby som žil kresťanstvo). Pokora teda vedie človeka k radosti z jeho vitality, sily, života, sformovaného Božím duchom. Takto cieľom pokory nie je humilitatio, ponižovanie človeka, ale jeho pozdvihnutie, premena vplyvom Božieho ducha, ktorý ho celkom a úplne prenikne a jeho radosť z tejto novej kvality jeho života.

Paradox spirituálnosti zdola, ako ju opisuje Benedikt vo svojej kapitole o pokore, je v tom, že práve naším zostupom do vlastnej ľudskej reality vystupujeme k Bohu.

6.2 REBRÍK DO NEBA – *2. téma*

Obraz Jakubovho rebríka už od čias Benedikta pokladajú za opis nášho výstupu k Bohu. Augustín nazýva samého Krista naším rebríkom – „scala nostra“. Kristus zostúpil medzi nás, aby sme my jeho prostredníctvom mohli vystúpiť k Bohu. Cieľom výstupu je zjednotenie sa s Bohom. Dvanásť priečok pokory preto netreba chápať ako cestu askézy, ale ako mystickú cestu, cestu kontemplácie, cestu **nadobúdania skúseností** s Bohom, ktorý sa nám chce darovať. Boh medzi nami a ním urobil rebrík, ktorý nás s ním spája, aby mohol náš život čnieť až po nebo.

Z nasledujúceho textu má jasne vyplynúť, že **dvanásť stupňov** pokory nás má priviesť k **ľudskej zrelosti**, **do spoločenstva** našich bratov a sestier a **k Bohu**, s ktorým môžeme vytvárať jednotu prostredníctvom kontemplácie. Na pochopenie a členenie schémy dvanástich stupňov jestvuje viacero možností.

Stupne možno rozdeliť do štyroch oblastí: prvá až tretia **ako vzťah** k Bohu, k sebe samému a k ľuďom, štvrtá až šiesta ako cesta k Bohu **cez myšlienky a pocity**, siedma až deviata ako cesta k Bohu **cez prijatie reality** a desiata až dvanásta **ako prežitie skúsenosti** s Bohom a sebou samým. Ich poradie nie je náhodné.

6.2.1 Prvý stupeň - vzťah k Bohu

Prvé tri stupne opisujú vzťahy, ktoré **sú potrebné pre našu vnútornú cestu**: vzťah k Bohu, k sebe samým a k našim blížnym. Len vtedy bude náš život plnohodnotný, keď ho budú napĺňať vzťahy k Bohu, k blížnym a k sebe samým. Niektorí psychológovia si myslia, že chorobou dneška je strata vzťahov. Mnohí ľudia nemajú už vzťah k ničomu, ani k Bohu, ani k iným. Nedokážu si vytvárať vzťahy. Lenže ten, **kto žije bez vzťahov, stráca svoj stred** a jeho život sa stáva prázdnym a nezmyselným. Strata vzťahov sa prejavuje vo všetkých spôsoboch správania zničujúco. Kto si nevie vytvoriť vzťah k inému človeku, nemá ani vzťah sám k sebe. Žije akoby mimo seba, nedotýka sa svojho vlastného srdca. Preto sa neprestajne snaží nájsť vo **svete lásku a istotu**. Keďže však nie je schopný vzťahu, nenachádza ich. Táto jeho „bezvzťahovosť“ sa prejavuje aj v jeho zaobchádzaní so stvorením. Nemá vzťah k prírode, ale ani k svojmu pracovnému nástroju. Keď Benedikt píše, že máme starostlivo zaobchádzať aj s pracovnými nástrojmi, že ich máme naozaj považovať za čosi posvätné, tak sa v týchto slovách odráža vzťah človeka k Bohu, k ľuďom a k prírode. Keď je človek chorý, pokiaľ ide o jeho **schopnosť mať vzťah**, stáva sa jeho život bezcieľny, stráca svoj stred a oporu.

Na prvom stupni ide o vzťah k Bohu. Ten je predpokladom nášho života. Dokážeme byť šťastní, len keď sa všetky naše myšlienky a pocity stále upriamujú na Boha. Benedikt nás varuje pred tým, aby sme zabúdali na Boha, k čomu nás za normálnych okolností núti náš život. Prvý krok spočíva v tom, že máme pred **Bohom bázeň**, že ho vnímame s plnou ***vážnosťou***, a tak získavame ***cit a zmysel pre jeho tajomnosť*** a ***veľkosť***. Vo všetkom sa máme k nemu utiekať. Boh sa na nás pozerá. Vždy a všade žijeme pod jeho pohľadom, očami, ktoré na nás hľadia s láskou, ktoré nás však dokážu aj úplne preskúmať a nútia nás spoznávať vnútornú pravdu o sebe samých.

Boh pozná naše **myšlienky a pocity**, vie preniknúť do nášho srdca, sídla našich myšlienok a do našich obličiek, sídla našich pocitov. Vzťahovať myšlienky a pocity na Boha znamená opatrne zaobchádzať so sebou a s poryvmi svojho srdca. Čo mi chce Boh povedať prostredníctvom mojich pocitov? Čo sa vo mne vtedy ozýva? Benedikt si myslí, že Boh je prítomný v našich myšlienkach. Môžeme ho teda stretnúť, keď pozorne vnímame vlastné myšlienky a pocity. Všetko, čo hýbe naším srdcom, má v niečom do činenia aj s Bohom, aj s naším vzťahom k nemu. Keď je Boh tým, kto už zďaleka pozná naše myšlienky a kto skúma naše srdce a obličky, tak potom nás môže **pozorné vnímame našich myšlienok a pocitov spolu s čestným sebapoznaním priviesť k Bohu**.

Boh vníma našu vôľu. Aj my sa teda musíme **otvoriť voči Božej vôli**. Svojvôľa, ktorá sa stavia proti Bohu, nás vedie do bludov. Zaslepuje nás proti vlastnej realite. Boh vidí do nášho srdca ešte hlbšie než my. Preto pozná aj naše túžby, želania a potreby, žiadosti a chcenia. Benedikt cituje zo Žalmu 38,10: „Pane, ty poznáš každú moju túžbu..." K životu, v ktorom je vzťah s Bohom, patrí aj to, **aby sme poznávali túžby nášho srdca**, aby sme sa s nimi obracali k Bohu, otvorene mu ich predkladali, aby sme **ich domýšľali až do konca** (k čomu nás vedie táto túžba) a ich prostredníctvom prišli k Bohu. V latinčine môže „desiderium" znamenať túžbu, ale zároveň aj potrebu a každú **žiadostivosť**. Ako však vraví Benedikt, aj v našich pudoch, i v sexuálnom, je prítomný Boh. Ani naše pudy nesmieme pred Bohom uzatvárať. Ak mu ich sprístupníme, budú v poriadku. Nejde o potláčanie vášní, o potláčame sexuality, ale o to, sprístupniť ich Bohu a dať ich do vzťahu s ním. Vo vzťahu k Bohu môže byť všetko a všetko dostane svoju pravú mieru.

Byť vo vzťahu s Bohom je **podmienkou našej vnútornej slobody**, toho, aby nás viac **neovládali hocaké myšlienky a pocity**, ale aby nás vo všetkom napĺňal Boží duch a aby sme aj voči sebe samým boli slobodní. Rozhodujúce je žiť v Božej prítomnosti. Potom bude náš život uzdravený. Našou odpoveďou na Božiu blízkosť, ktorá nás obklopuje, by mala byť pozorná vnímavosť srdca, našich myšlienok a pocitov, našich túžob a potrieb a vnímavosť voči uzdravujúcej a milujúcej Božej blízkosti.

6.2.2 Druhý stupeň - vzťah k sebe samému

Druhý stupeň znamená vzťah k sebe samému. Nemáme milovať svojvôľu, ale Božiu vôľu, to znamená, že nemáme dať prednosť našim, želaniam a potrebám a trvať na nich, ale máme ísť do hĺbky a započúvať sa do seba, až kým nenarazíme na bod, v **ktorom dosiahneme súlad** medzi našou a Božou vôľou. To je zároveň aj bod, v ktorom sa dotýkame nášho nesfalšovaného jadra, našej najvnútornejšej podstaty. Popri tom v našom vnútri objavujeme **rôzne hlasy**. Je tam hlas na povrchu, ktorý Benedikt spája s našou svojvôľou: „Teraz chcem ísť hentam, chcem to mať, bezpodmienečne to potrebujem, nechcem to, o čo ma prosíš." Keď sa pri modlitbe dostatočne hlboko započúvame do nášho vnútra, objavíme však aj iný hlas, ktorý harmonizuje s našou vlastnou podstatou. Je to Boží hlas. A hlas Božej vôle. **Božia vôľa nie je niečo cudzie, čo nás obmedzí, ale vôľa, ktorá chce naplniť náš život, našu slobodu, našu pravosť**. Len keď žijeme z Božej vôle, z našej vnútornej pravdy, môže sa náš život vydariť. Čím viac budeme počúvať svoje vnútro, tým viac budeme spoznávať, že nežijeme len zo seba, ale z Boha, že Boh nás povolal, aby sme v sebe vyformovali jeho obraz. A len vtedy budeme na správnej ceste, pokiaľ ide o naše najvnútornejšie povolanie, keď vycítime tento Boží obraz v nás a budeme vnímať jeho vôľu. Z tohto dôvodu nás Benedikt necháva hovoriť s Kristom: „Lebo som nezostúpil z neba, aby som plnil svoju vôľu, ale vôľu toho, ktorý ma poslal." *(Jn* 6, 38; *RB* 6, 13) Cez pokoru si máme **osvojiť Kristovo zmýšľanie** a cezeň sa dostať k Bohu. Pokora je konkrétnym nasledovaním Krista (imitetur), cez ňu napĺňame naše konanie Kristovým slovom.

6.2.3 Tretí stupeň - vzťah k ľuďom

Ignorovaním ľudí nikdy nedôjdeme k Bohu. Vzťah k iným ľuďom potrebujeme a musíme byť otvorení voči tomu, čo nám chce iný človek povedať. Musíme načúvať, **čo nám Boh hovorí cez iných ľudí**, ba práve aj cez našich predstavených, cez manželku, manžela. Keď počúvame len sami seba, môžeme sami sebe tiež niečo predstierať. Sme v nebezpečenstve, že naše myšlienky, ktoré vnímame v popredí, budeme považovať za Božiu vôľu. Ako ľudia sme navzájom na seba naviazaní. Prostredníctvom blížnych sa nám prihovára Boh. A práve cez predstaveného, či manžela/ku nám Božie slovo skríži cestu a zabráni nám tak považovať naše vlastné myšlienky za Božie.

Poslušnosť však neznamená len počúvať, ale aj konať. V našom konaní máme byť **nezávislí od našich zvykov**, ktoré nás usmerňujú. Poslušnosť znamená vždy vnútornú nezávislosť od zvyklostí a stanovísk, aj **nezávislosť od mienky ľudí**. V našom srdci sa máme nechať usmerňovať jedine Bohom. Poslušnosť predpokladá slobodu a zároveň vytvára slobodu, ktorú potrebujeme na to, aby sme skutočne našli Boha. Benedikt volá poslušnosť dokonalou a ukazuje nám tým, že poslušnosť má niečo do činenia s dokonalosťou a plnosťou Boha. Preto nám dáva za vzor Krista, ktorý bol poslušný až na smrť. Ježiš tak jasne nasledoval vnútorný hlas vo svojom srdci, že sa v tom nedal zastaviť ani ľuďmi, ani ich odmietaním. Poslušnosťou nazývame túto **vnútornú jasnosť**, tú otvorenosť pre Boží hlas, ktorý nás volá k nášmu opravdivému obrazu a k nášmu najhlbšiemu určeniu. Aj tu Benedikt opäť hovorí o imitatio Christi, o napodobňovaní a nasledovaní Krista, ktoré sa prejavujú v tejto poslušnosti.

****

Porov:
Štatút, Čl. 18
Pravidlá, Čl. 6, Čl. 7
Pravidlá, Čl. 12
Štatút, Čl. 19

7 Ver Božiemu slovu - *ranná meditácia*

A hneď rozkázal učeníkom, aby nastúpili na loďku a išli pred ním na druhý breh, kým on rozpustí zástupy. Keď rozpustil zástupy, vystúpil sám na vrch modliť sa. Zvečerilo sa a on tam bol sám. Loďka bola už mnoho stadií od zeme a zmietali ňou vlny, lebo vietor dul proti nim. Nad ránom sa, kráčajúc po mori, blížil k nim Ježiš. Keď ho učeníci videli kráčať po mori, vzrušení vraveli: „Mátoha!“ A od strachu vykríkli. Ale Ježiš sa im hneď prihovoril: „Vzchopte sa! To som ja, nebojte sa!“ Peter mu povedal: „Pane, ak si to ty, rozkáž, aby som prišiel k tebe po vode.“ On povedal: „Poď!“ Peter vystúpil z loďky, vykročil po vode a šiel k Ježišovi. Ale keď videl silný vietor, naľakal sa. Začal sa topiť a vykríkol: „Pane, zachráň ma!“ Ježiš hneď vystrel ruku, zachytil ho a povedal mu: „Maloverný, prečo si pochyboval?“ A keď vstúpili do loďky, vietor utíchol. Tí, čo boli na loďke, klaňali sa mu a vraveli: „Naozaj si Boží Syn!“ (Mt 14, 22-33)

Pápež Gregor prirovnáva sv. Benedikta k sv. Petrovi. Placidus, najmladší Benediktov žiak, padne pri naberaní vody do jazera. Benedikt to vidí zo svojej cely a prikáže Maurovi, aby išiel Placidovi na pomoc. Maurus v poslušnosti prebehne po jazere a vytiahne chlapca z vody za vlasy. Až keď znova pocíti pevnú pôdu pod nohami, uvedomí si, že sa stal zázrak. Pripisuje ho Benediktovi. Benedikt si však myslí, že zázrak sa stal vďaka Maurovej poslušnosti. Z tohto je jasné, že Gregor nerozpráva o zázrakoch len preto, lebo v tých časoch po nich ľudia dychtili, ale preto, aby **ohlásil duchovné posolstvo**. Prostredníctvom zázraku chce poukázať na to, aká je poslušnosť pre mnícha dôležitá a čo môže spôsobiť. No ešte aj iný aspekt je v tomto príbehu dôležitý. Peter sa nachádza medzi prorokmi a vodcami Cirkvi. Pre pápeža Gregora je **Benedikt svätým Cirkvi**. Môžeme vidieť ako **sa** v svätých Cirkvi **napĺňa** všetko, čo nám Kristus učí v evanjeliu.

7.1 EMÓCIE, MYŠLIENKY, POCITY – *3. téma*

7.1.1 Štvrtý stupeň - ako zaobchádzať s emóciami

Ďalšie tri stupne pokory sa vzťahujú na **zaobchádzanie s myšlienkami a pocitmi**. Do procesu dozrievania nevyhnutne patrí, aby sme sa dotýkali našich pocitov a našli cestu, ako s nimi dobre zaobchádzať. A základným predpokladom kontemplácie je, aby sme sa **oslobodili od negatívnych emócií**. Cesta k Bohu nevedie mimo našich pocitov, ale práve cez ne. Štvrtý stupeň pokory sa zaoberá negatívnymi emóciami, ktoré sa v nás vynárajú pri nepríjemných pracovných úkonoch, keď s nami nespravodlivo zaobchádzajú, ale i v čase choroby či zranenia. Benedikt ráta s týmito negatívnymi pocitmi, ktoré vyvolávajú nepriaznivé podmienky a zraňujúci ľudia. Ukazuje nám však cestu, ako máme s týmito pocitmi zaobchádzať.

Máme mlčať a trpezlivo sa ovládať, a **tak si vytvoriť priestor, v ktorom si môžeme emócie prezrieť a spracovať ich.** Spracovanie pocitov prebieha prostredníctvom konfrontácie so slovami Biblie.

Metóda boja a víťazstva

Pri pocite sklamania a pocite z preťaženia máme meditovať Ježišove slová: „Ale kto vytrvá do konca, bude spasený.“ (Mt 10,22) Naše pocity nemáme znásilňovať, ani ich kŕčovite potláčať. Keď sa vo svojom sklamaní pridržame Ježišových slov, tak sa toto sklamanie **postupne premení**. To je cieľ – nie potlačenie, ale premena.

Uprostred frustrácie sa dotkneme vlastnej sily a odolnosti, našej ctižiadostivosti a vydržíme. Áno, tak zmýšľa Benedikt. V protivenstvách života je aktuálna otázka: Nestretáme v nich samého Boha? Preto by sme si mali premeditovať verš zo žalmu: „... srdce maj silné a drž sa Pána!" (Ž 27, 14).

Metóda šance

Hnev nad neprávosťou a nepriaznivými okolnosťami života nám bráni vidieť šance, ktoré sa nám otvárajú práve v životných ťažkostiach. Keď meditáciou nad žalmovým veršom zistíme, že práve vďaka týmto ťažkostiam sa stretáme s Bohom, potom môžeme s týmito problémami zaobchádzať inak a prebudia sa v nás pozitívnejšie pocity. Benedikt tu vraví o pocite našej odolnosti a vnútornej sily. Konfrontáciou s nepriaznivými okolnosťami v Božom svetle sa naše pocity premenia a naplnia nás vnútornou silou. Žalmom 27, 14 si môžeme pripomenúť Jakubov boj. Tým, že Jakub bojuje s Bohom, dostane požehnanie a stane sa otcom mnohých národov. S Bohom sa stretáme uprostred toho, čo nás postihlo, čo na nás útočí, nech už ide o bratov, ktorí nám činia neprávosť, či o vlastný tieň, ktorý na nás padá. Tu, uprostred každodennej driny, sa rozhoduje o tom, či niekto v každodennej frustrácii zatrpkne a zatvrdne, alebo sa odtiaľ vydá na cestu k Bohu a nechá sa premeniť Božím duchom.

Metóda spojenia sa s Kristovým utrpením

Benedikt ukazuje **rôzne cesty, ako zaobchádzať s pocitmi**. **Raz prehlbuje negatívny pocit, aby dosiahol jeho premenu, inokedy ho konfrontuje s pozitívnym.** To nám ukazuje pri skúsenosti s utrpením. Veď utrpenie nás môže gniaviť a vyvolávať v nás depresie. Benedikt utrpenie nebagatelizuje, ale ešte ho vyostruje tým, že na meditáciu nám odporúča žalmový verš: „Veď pre teba nás usmrcujú deň čo deň, pokladajú nás za ovce na zabitie.“ (Ž 44, 23, porov. *Rim* 8, 36) Naše utrpenie je realitou, ba môže sa ešte zintenzívniť, až napokon budeme vydaní smrti. Keď

však porovnávam svoje utrpenie s Ježišovým, ktorý bol pre nás odvedený na popravisko ako baránok, môžem sa s ním zmieriť a zakúsiť spoločenstvo s Ježišom. Ak sa so svojím utrpením zmierim a prijmem ho, zavládne v mojom vnútri pokoj. Ale to by išlo len o čisto pasívnu reakciu, keby som sa utrpeniu odovzdal. Potrebujeme, aby bol v nás prítomný aj iný pól: **bojový pól.** Preto môžeme zároveň hovoriť s apoštolom Pavlom: „Ale v tomto všetkom slávne víťazíme skrze toho, ktorý nás miluje.“ *(Rim* 8, 37) Len ak si ponecháme v našom vnútri obidva tieto póly: uzmierenie i protest, sebaodovzdanie i boj, pasivitu i aktivitu, len tak budeme môcť dobre zaobchádzať s protivenstvami života a z nich vyplývajúcimi pocitmi strachu a depresívnosti.

Metóda vysvetľovania významu

Iný spôsob ako zaobchádzať s našimi negatívnymi pocitmi spočíva vo vysvetlení, aké pripisujeme našim vlastným skúsenostiam. Benedikt vykladá ťažkosti nášho života **ako skúšku a očistu Božím zásahom**. Všetko, čo nám spôsobuje bolesť a zdá sa, že nás premáha, máme vnímať vo svetle žalmového verša*: „Veď ty, Bože, si nás vyskúšal, pretavil si nás ohňom, ako sa taví striebro. Voviedol si nás do osídla, na plecia si nám naložil súženia.“ (Ž 66, 10)* Ak svoje utrpenie chápem ako skúšku a očistu, **tak v ňom nachádzam zmysel**. A preto, že má zmysel, môžem ho pretrpieť. **Utrpenie sa stáva neznesiteľným, len keď je nezmyselné**. Len čo odhalím jeho zmysel, môžem s ním zaobchádzať. Tu je zjavná spiritualita zdola. Práve v mojich ťažkostiach a problémoch, ktoré so sebou ťahám, sa stretám s Bohom, ktorý sa mnou zaoberá a premieňa ma. Metódu vysvetľovania významu používa Benedikt aj pri negatívnych skúsenostiach s predstaveným, ktoré v nás môžu zanechať hlbokú stopu. Keď nám predstavený spôsobuje utrpenie, máme sa s tým zmieriť tým, že sa pomodlíme: „Nechal si ľudí chodiť po našich hlavách.“ (Ž 66, 12)

Metóda žehnania

S ďalšou metódou zaobchádzania s pocitmi nás Benedikt oboznamuje vtedy, keď nás vyzýva, aby sme na negatívne skúsenosti reagovali takým konaním, aké nám ponúkol Ježiš. Veď aj konanie môže zmeniť naše pocity. Benedikt nám radí, aby sme sa pri krivde, príkorí, či urážke a nespravodlivých prejavoch voči nám správali tak, ako to od nás žiada Ježiš vo svojej Reči na vrchu. „Ak ťa niekto udrie po pravom líci, nadstav mu aj druhé. Tomu, kto sa chce s tebou súdiť a vziať ti šaty, nechaj aj plášť. A keď ťa bude niekto nútiť, aby si s ním išiel jednu míľu, choď s ním aj dve.“ (Mt 5, 39-41) Ak si toto osvojíme, vyvolá to v nás pozitívne pocity. Pokorou spĺňame odkaz Reči na vrchu a takto vnikáme do Ježišovho ducha. Reč na vrchu však môžeme žiť iba vtedy, ak máme istotu, že sme Boží synovia a dcéry Božie. Keďže naše právo máme v Bohu a od Boha, nemusíme oň bojovať. Preto teda pokora nie je ani sebaponižovaním, ani potupou, ale výrazom slobody Božích detí, výrazom Božej dôstojnosti. Táto pokora vrcholí v benedictio maledicentes, v žehnaní tých, ktorí nás prenasledujú, v dobrorečení tým, ktorí nám zlorečia. Už z tohto plynie, že pokora nie je ničím iným, než cvičením sa v láske tak, ako nám to vysvetlil Ježiš vo svojej Reči na vrchu a ktorá dosiahla svoj vrchol v láske k nepriateľom i v modlitbe za nepriateľov.

7.1.2 Piaty stupeň - vyjadriť myšlienky a pocity

V piatom stupni pokory Benedikt odporúča, aby sme naše myšlienky a pocity odhalili opátovi. Vyslovenie myšlienok, a predovšetkým vyslovenie našich negatívnych pocitov a našej viny, patrí medzi veľmi rozšírené cvičenie mníchov a má terapeutický účinok. Dokedy budeme naše **negatívne emócie pred inými skrývať, dovtedy nás budú vnútorne ovládať**. Nebudú determinovať len náš rozum a naše srdce, ale budú deformovať aj naše podvedomie. A odtiaľ budú deštruktívne vplývať

na naše telo i dušu. Keď o mojich pocitoch **poviem** inému človeku, **získavam od nich odstup** a môžem s nimi lepšie zaobchádzať. Hovoriť o nich s inými ľuďmi pôsobí oslobodzujúco. Cítim, že vďaka pocitom **som takým istým človekom** ako iní ľudia a že je to celkom normálne, keď to takto vnímam. Tým, že sa vyjadrujem, zároveň sa presviedčam o tom, že ma **iní ľudia prijímajú a milujú takého, aký som**, so všetkým, čo je vo mne. Na to sa odvoláva Benedikt pri citovaní žalmového verša: „Oslavujte Pána, lebo je dobrý, lebo jeho milosrdenstvo trvá na veky.“ (Ž 106,1; Ž 118,1) Ide tu o veľkonočný žalm, ktorý Benedikt cituje. Čiastočka vzkriesenia prebieha v nás, ak sa osmeľujeme hovoriť o našich myšlienkach s jedným z našich bratov a v tom nadobúdame skúsenosť z Božej dobrotivosti a milosrdenstva (nežnosť, zľutovanie, lásku). A zakúšame odpustenie: „...Vyznám Pánovi svoju neprávosť. A ty si mi odpustil zlobu môjho hriechu a vinu môjho srdca.“ (Ž 32, 5) Opäť ide o samé verše žalmov, ktorými Benedikt pozýva mnícha, aby vyslovil svoje myšlienky. Je to duch starozákonného náručia, do ktorého nás privádza pokora, náručia, ktorým Kristus ohlasuje svoju radostnú zvesť.

Otcovské ponaučenia vždy znova a znova odporúčajú, aby sme sa s našimi najtajnejšími myšlienkami zdôverili niektorému z patriarchov, lebo tým strácajú negatívne myšlienky svoju moc. Takto hovorí jeden z patriarchov: „Keď ťa sužujú nečisté myšlienky, neskrývaj ich, ale vyznaj ich svojmu duchovnému otcovi a zbav sa ich. Lebo čím viac skrývame svoje myšlienky, tým viac sa množia a silnejú. Tak ako had vyliezajúci zo svojho brloha sa snaží čím skôr dostať von, takou istou rýchlosťou mizne aj vyjadrená zlá myšlienka. A ako črvotoč ničí drevo, tak aj zlá myšlienka srdce. Kto svoje myšlienky vyslovuje, ten sa aj skoro uzdravuje, ale kto ich skrýva, ochorie pýchou.“ Cassian to opisuje podobne: „Len čo sa zlá myšlienka vysloví navonok, stráca svoju silu a odporný had ešte pred vynesením rozsudku múdrosti bude na základe sily tvojho priznania vytiahnutý z jeho temného podzemného brlohu na svetlo a ľahko usvedčený a odvtedy vystavený hanbe. Lebo dovtedy nás ovládajú naše škodlivé našepkávania, kým sa ukrývajú v našom srdci.“ Všetko, čo v sebe potláčame, zadržame a ututlávanie, pôsobí deštruktívne na naše vnútro. Podľa C. C. Junga to, čo zaháňame do tieňa, vplýva na nás z podvedomia v negatívnom zmysle. Len čo to vynesieme na svetlo, stráca to svoj deštruktívny účinok.

Toto podvedomé môžeme vyniesť na svetlo tým, že o ňom **povieme** duchovnému otcovi. Môžeme to však vyjadriť aj iným spôsobom. Môžeme to **namaľovať alebo napísať**, môžeme to pre seba vysloviť nahlas, môžeme to **zhudobniť alebo vytancovať**. Rozhodujúce pri tom je, aby sme tento stav nášho vnútra dostali von, aby sme si mohli o ňom urobiť vlastnú predstavu, a potom sa od neho dištancovať. Aj keď si to však takto dokážeme pre seba vytvoriť a sformulovať, urobí nám dobre oboznámiť s tým aj niekoho iného a pohovoriť si s ním o tom. Takýto rozhovor objektivizuje v hlbšom zmysle tento proces a môžeme sa ním účinnejšie vymaniť spod moci deštruktívnych myšlienok a pocitov.

7.1.3 Šiesty stupeň - zmieriť sa s vlastnou priemernosťou

Šiesty stupeň sa vzťahuje na naše pocity vzbury a nespokojnosti s priemernosťou a banálnosťou nášho života. Každý človek si aspoň raz v živote položí otázku, či to, čo robí a ako žije, je všetko. Pri tom odhaľuje, že život je všedný, banálny, že očakával viac. A potom sa vynorí otázka, či sa budem pridržať svojich ilúzií o živote, alebo či sa zmierim s tým, že je to tak, ako je. V tejto situácii nám Benedikt radí „uspokojiť sa s najminimálnejším a posledným“, akceptovať to, na čo natrafím, zmieriť sa s banálnosťou svojho života. Pri tom môže pomôcť meditácia žalmového verša: „Hlúpy som bol a nechápavý a pred tebou som bol ako dobytča. Ale ja som stále pri tebe.“ (Ž 73,22-23) Niekedy považujeme náš život za skľučujúci a tiesnivý. Keď sa tomu prispôsobíme, zmení sa náš všedný deň. Nerezignujeme. Nezatrpkneme. Prenesieme sa nad každodenné konflikty, ktoré sa nám občas javia také banálne a malicherné. A tak práve uprostred banálnosti zakúsime uzdravujúcu

Božiu prítomnosť. Niekedy nám môže pomôcť len vernosť ťažného zvieraťa - dobytčaťa, aby sme v tvrdosti nášho života nepodľahli, ale **vytrvali s Bohom**. Stačí, keď so všetkým trápením predstúpime pred neho: to premieňa môj život, to mi daruje pocit pokoja a porozumenia so všetkým, čo existuje. „Ale ja som stále pri tebe.“ Povedať áno banálnosti vlastného života, krížu, ktorý pretína moje ilúzie o perfektnom živote, to vedie k osobnej skúsenosti so vzkriesením. Prežiť uprostred všednosti vzkriesenie, to je podľa Benedikta cesta pokory. Pokora spočíva v odvahe **zostúpiť do hrobu všednosti**, aby som na Kristových rukách odtiaľ znovu povstal a vzpriamený znovu kráčal životom.

****

Porov:

Pravidlá, Čl. 7 § 2
Štatút, Čl.7
Štatút, Čl. 26, 3
Pravidlá, Čl. 12, 4

7.2 Prijatie reality - *kázeň*

7.2.1 Siedmy stupeň - stretnúť sa s vlastným tieňom - prijatie milosrdenstva

Na ďalších troch stupňoch pokory ide o to, ako sa zmieriť s realitou, prijať realitu takú, aká je a ako sa stretnúť s vlastnou pravdou. Pokora je odvaha k pravde. Témou siedmeho stupňa je stretnutie sa s vlastným tieňom. Keď som sa stretol s vlastným tieňom a v ňom so všetkým, čo som v sebe potláčal, s mojimi vražednými tendenciami, so sadizmom a s brutalitou, ktoré vládnu v mojom podvedomí. Tu nejde o nijakú umelú degradáciu vlastnej osoby, ale o spoznávanie pravdy o sebe samom. Benedikt hovorí o „intimo cordis affectu“, o skúsenosti srdca, nie iba obyčajnom ústnom priznaní. Cítil som, čoho som schopný. Bolestivo som si uvedomil, kto som. Nejde o nijaké umelé sebaponižovanie, ale o odvahu k pravde, ktorá mi daruje hlboký vnútorný pokoj. Toto vyjadruje aj žalmový verš, ktorý mi Benedikt odporúča premeditovať: „Že som bol pokorený dobre mi, aspoň som si tvoju spravodlivosť a prikázania osvojil.“ (Ž 119, 71-73) Práve tým, že ma život ohýba, že mi uštedruje rany, otvára ma pre Boha. Skúsenosti s vlastnou bezmocnosťou, ranami, vlastnými dotykmi so zemou (humiliasti me), s mojou pozemskosťou a ľudskosťou sa stávajú skúsenosťami s Bohom. Cítim, že je pre mňa dobré, keď ma Boh upozorňuje na skutočnú pravdu o mne, keď stretám svoju vlastnú slabosť, vlastnú vinu. To je predpokladom, aby som rozumel Bohu. Cestné stretnutie sa so sebou samým je podmienkou stretnutia s Bohom. Podľa Augustína pokora spočíva v sebapoznaní, ktorým sa intuitívne približujeme zároveň aj k Božiemu tajomstvu: „Boh sa stal človekom, ty, človek, spoznaj, že si človek! Všetka tvoja humilitas väzí v tom, že spoznáš sám seba.“

7.2.2 Ôsmy stupeň - vstup do reality, rešpektujem realitu a tá ma mení – nepredvádzam sa

Pri ôsmom stupni Benedikt od nás požaduje, aby sme pristúpili na vopred daný koncept života. Máme zanechať zdôrazňovanie vlastnej osoby, **„robiť sa zaujímavým“**, čo nás vedie k tomu, že stále viac **opúšťame vopred stanovenú regulu** (vnútorné reči typu: **t**o je blbosť, toto už som zažil, to určite nebude fungovať) a uplatňujeme tým v praxi na jej úkor vždy len vlastné názory. Na prvý pohľad táto Benediktova požiadavka akoby obstrihávala ľudskú kreativitu. No obmedzenie sa na vopred daný koncept ma môže konfrontovať s vlastnou skutočnosťou a čoraz viac ju premieňať. Ukazuje mi, že nie zmena týchto vopred daných pravidiel vyjadruje moje najvnútornejšie ja, ale práve **tým, že ich rešpektujem**, dosiahnem svoju pôvodnú identitu, dotyk s mojím najvnútornejším bytím. **Zriekam sa posudzovania tejto regule podľa vlastných kritérií**. Lebo potom by som nikdy nemohol prejsť tou skúsenosťou, ku ktorej by ma regula chcela priviesť. Vždy by som si všímal a bral do úvahy len to, ako pôsobí navonok, a nevychutnal by som ju zvnútra. Ôsmy stupeň ma pozýva k tomu, aby som k regule pristupoval bez výhrady tak, **aby som sa stále viac menil pod jej vplyvom**. Nikdy ma však nemôže zmeniť to čo odmietam.

Zrieknutie sa excentrického správania nevedie k nivelizácii, či k mníšskej uniformite. Oveľa viac je to cesta, na ktorej sa oslobodzujeme od falošných obrazov nášho ega a za týmto egom odkrývame naše skutočné ja. Tak sa o tom hovorí v príhode duchovného otca: „Istý brat sa , spýtal opáta Mathoisa: Keď sa vyberiem na cestu a zastavím sa na novom mieste, ako sa tam mám správať? Predstavený mu odpovedal: Kdekoľvek budeš bývať, nepokúšaj sa vynikať nápadnosťou a nesnaž sa získať si meno tým, že začneš o sebe šíriť čosi ako: Na zhromaždenie rehoľných bratov neprídem! Alebo: Toto nejem, ani tamto! Tým si získaš iba pseudomeno. Potom tým budeš trpieť: keď ľudia počujú o komsi takom nezvyčajnom, ako si ty, hneď sa tam rozbehnú!“

Ôsmy stupeň pokory by ma chcel ochrániť pred tým, aby som si vytváral **pseudomeno**, aby som sa snažil len vyniknúť a pritom si pomýlil moju skutočnú podstatu. **Vzdám sa vynúteného sebapotvrdenia**. Len tak sa stanem slobodným. Henri Nouwen pri svojom pobyte v trapistickom kláštore získal skúsenosť, do ktorej nás chce uviesť ôsmy stupeň pokory. Píše o tom, že **vždy chcel byť čímsi zvláštny**. Keď písal, ku zvyčajným slovám chcel pridať vždy aj čosi extra, čím by upútal pozornosť ľudí. Chcel sa nejakým spôsobom stať hviezdou. V jednotvárnosti trapistického všedného dňa spoznáva, že v rovnakosti môže objaviť svoju jedinečnosť. „Táto jedinečnosť nemá nič spoločné so zvláštnosťami, ktoré by sme za normálnych okolností chceli ponúkať svetu a ktoré sa ligocú ako umelé strieborné gule na vianočnom stromčeku, ale táto jedinečnosť pochádza z nášho najhlbšieho osobného a intímneho vzťahu k Bohu."

Nejde pri tom o to, aby som zaprel svoje najvnútornejšie ja. To nikdy nesmiem. Oveľa viacej sa pokúšam odhaliť moje vlastné ja tým, že sa vzdám toho, aby som svoje ego stále tisol do popredia len preto, aby som sa **pred inými predvádzal**. Tým, že sa zriekneme vlastných zvláštností, „vytvára sa priestor pre naše stretnutie s Bohom, ktorý nás oslovuje naším vlastným menom a pozýva nás, aby sme sa k nemu priblížili v najhlbšej hĺbke svojej duše". Ide zjavne o jedno z rozhodujúcich cvičení na mojej ceste dozrievania, aby som sa nadlho vzdal toho, robiť všetko ináč ako ostatní. Zriekam sa toho, aby som sa od iných líšil len vonkajším konaním. Keď je všetko navonok rovnaké, dokážem objaviť moje najvnútornejšie jadro, tú jedinečnú bytosť, ktorú jej vlastným menom povoláva Boh.

7.2.3 Deviaty stupeň – KONFRONTÁCIA S PRAVDOU O SEBE – *4. téma*

Mlčaním, ktoré je náplňou deviateho stupňa pokory, chceme ďalej pokračovať v konfrontácii s najvnútornejšou pravdou o sebe. Tak ako sa môžem robiť zaujímavým prostredníctvom svojich zvykov, ktorými prekračujem rehoľné pravidlá, tak sa aj svojou rečou môžem stavať do stredobodu pozornosti. Mnoho rečnenia mi bráni dostať sa do dotyku so sebou samým. **V prúde reči môžem pred sebou utiecť. Keďže sám seba nedokážem zniesť, musím rozprávať.** Rečnením však sotva uniknem hriechu, tým len znova budem podliehať nebezpečenstvu stavať sa do stredobodu pozornosti, predstaviť sa v lepšom svetle, než aký som, preháňať a robiť sa zaujímavým. To zakúsil Henri Nouwen, keď si v rámci svojho pobytu v trapistickom kláštore v Genessee odskočil do New Havenu: „Keď sa medzi nami vytrácalo mlčanie, rozvíjal sa v človeku zvláštny pocit vnútorného znečistenia. Spočiatku som nevedel, prečo sa cítim akýsi špinavý, zaprášený a nečistý, ale časom mi svitlo, že hlavný dôvod väzí v nedostatku mlčania. Uvedomil som si, že cez slová vnikajú do môjho života dvojvýznamové pocity. Zdá sa, že je takmer nemožné hovoriť a pritom nehrešiť. Aj pri tej najnáročnejšej diskusii sa do nej pripletie čosi, čo akoby pošpinilo jej atmosféru.“

„Muž zlého jazyka sa neudrží na zemi.“ (Ž 140, 12) Kto veľa rozpráva, často sa vyhýba svojej najvnútornejšej pravde. Reční, aby sa vyhol samému sebe. Kým melie jazykom, nemusí sa zaoberať svojou najvnútornejšou osamelosťou. To mu však prekáža v tom, aby spoznal svoju vlastnú cestu. Bezcieľne behá v kruhu. Mlčanie je pre mníchov tá najrozhodujúcejšia cesta, aby sa osobne stretli so sebou a s Bohom. V mlčaní sa stretáme s vlastnou chudobou a zraniteľnosťou. A v mlčaní objavujeme našu najhlbšiu túžbu zanechať seba samých, aby sme sa mohli zjednotiť s Bohom.

7.2.4 Desiaty stupeň - stelesnenie pokory v smiechu

Benedikt nás chce desiatym stupňom pokory upozorniť na to, že naše skúsenosti zo sebaspoznávania a skúsenosti s Bohom sa prejavujú aj na našom tele. Skúsenosť s Bohom sa prejavuje aj cez ľudské telo, v reči a v smiechu. Jestvuje druh smiechu, ktorý vnútorne rozorváva (typu: Cha-cha-cha – chi-chi-chi), ktorý skúsenosť s Bohom vylučuje alebo potláča. Jestvuje hlučný smiech, ktorý prezrádza blázna, ako vraví Sirachovec: „Pochabý pri smiechu zosilňuje hlas...“ (Sir 21, 23) A opačne, známa je tiež jedna forma askézy, tej zlostnej a zamračenej tváre, ktorá protirečí Bohu ako Otcovi. Ježiš vo svojich kázňach bičoval zachmúrený výraz tvárí postiacich sa farizejov a nás pozýva, aby sme si umyli tvár a vlasy natreli olejom. Klement Alexandrijský vo svojej knihe *Paidagogos* rozvinul etiku smiechu. Smiech je typický znak človeka. Origenes ho považuje za „výraz radosti a veselosti" a podľa Gregora Naziánskeho smiech „je znakom vnútornej veselosti“.

Cieľom duchovnej cesty medzi mníchmi je veselosť, jarosť (hilaritas). Vnútorná radosť patrí ku kritériám duchovného človeka. Nedostatok humoru je vždy nedostatkom spirituality. Jestvuje radosť a veselosť, ktoré svojou úsmevnosťou vyslobodzujú iných ľudí spod ťažoby prostredia, v ktorom žijú. No jestvuje aj smiech, ktorý zraňuje iných ľudí. Takýmto smiechom sa my sami staviame do stredu pozornosti, a tak sa vytrhávame zo vzťahu k sebe samým a k Bohu.

7.2.5 Jedenásty stupeň - stelesnenie pokory v reči

Jedenásty stupeň sa vzťahuje na rozprávanie. Keď hovoríme, vravíme vždy zo svojho vnútra. Z nášho hlasu sa dá spoznať, v akom stave je naše srdce. Hlasom sa nemôžeme pretvarovať. **V hlase sa prejaví, či sme v poriadku, či sme v súlade so svojím vnútrom, či žijeme v harmónii s hlasom nášho srdca**. Jestvuje burácajúci hlas, ktorý prezrádza vnútornú brutalitu. Takýto hlas má Benedikt na mysli, keď príliš hlasnú a hlučnú reč považuje u mníchov za neslušnú. Kto kričí,

ukazuje, že je málo citlivý nielen voči ľuďom, ale aj voči Bohu. **Kto má skúsenosti s Bohom a kto sa stretol sám so sebou, ten to vyjadruje aj svojím hlasom**. A podľa Benedikta takýto hlas bude pokojný, jasný, skromný, s citom pre Božiu prítomnosť (gravitas). Ostrý hlas naznačuje vnútornú rozorvanosť toho, kto hovorí. Benedikt má zjavne cit pre to, ako znie **hlas, ktorý vyjadruje vnútorný pokoj a stretnutie s Bohom.**

Neprezrádza nás len **hlas, ale aj slová**, ktoré z nás vychádzajú. Niektorí musia na všetko odpovedať **prívalom slov, doslova ním prepadnú poslucháča**. Benedikt má na mysli krátke, uvážené slová. Tieto prezrádzajú múdreho: „Niekto mlčí, a predsa ho majú za múdreho, iný zasa mlčí, lebo vie, kedy je príhodný čas hovoriť.“ (Sir 20, 5-7) Ani tu nejde o to, aby sa ustanovili vonkajšie pravidlá používania reči, ktorých sa každý mních musí pridržiavať. Oveľa viac ide **o cit pre to, čo vyjadrujeme našimi slovami**, či nimi vyjadrujeme len samých seba a náš vnútorný nepokoj, či hovoríme len o našom hneve a osobných želaniach a potrebách, alebo či v našich slovách osobitne zaznieva aj čosi z Božieho slova.

7.2.6 Dvanásty stupeň - stelesnenie pokory v držaní tela

Dvanásty stupeň sa vzťahuje na držanie tela. Svojím telom vyjadrujeme našu skúsenosť so sebou, prejavujeme ním, či máme strach, či sa spoliehame len na samých seba, či niečo v našom vnútri odstrihávame alebo potláčame, alebo či sme vnútorne pevní a spojení s Bohom. Keď niektorý človek ustavične vysúva hore plecia, vyjadruje tým strach. Keď vypína hruď, spolieha sa na svoje malé ja, ktorým chce zapôsobiť. Určité držanie tela zasa vyjadruje otvorenosť, priepustnosť, miernosť a dôveru v Božiu blízkosť. Rovné držanie tela prezrádza schopnosť byť otvorený pre Božiu blízkosť. Benedikt oproti tomu uprednostňuje sklonené držanie tela. To vyvolalo veľa protestov. Pripomína to prihrbený typ pokory, ktorá sa navonok prejavuje umenšovaním sa. O to tu však určite nejde.

Benedikt na dvoch príkladoch ilustruje, ktoré držanie tela má na mysli. Prvým príkladom je samotný Ježiš. „Inclinato capite" pripomína naklonenú hlavu Krista na kríži, keď vyslovil svoje posledné slovo. „Je dokonané. **Naklonil hlavu** a odovzdal ducha." (Jn 19, 30) Pokora má teda mnícha **voviesť do postoja Ježiša**, ktorý na kríži završuje dielo svojej lásky a seba i svojho ducha vydal nám, ľuďom. Aj mních má žiť z rovnakého ducha obetavosti. **Jeho obetavosť symbolizuje naklonená hlava**, ktorou sa stáva podobný Ježišovi. **Sklonená hlava je výrazom lásky**.

Druhým biblickým príkladom, ktorým Benedikt zdôvodňuje význam sklonenej hlavy, je colník, o ktorom nám hovorí Lukáš. Kým farizej sa stavia pred Boha a modlí sa k sebe mnohými slovami, colník stojí celkom vzadu a neodváži sa ani oči zdvihnúť k nebu. Bije sa do pŕs a modlí sa: „Bože, buď milostivý mne hriešnemu!“ (Lk 18, 13) Farizej sa modlí len k sebe samému. Krúži okolo seba. Využíva Boha na to, aby ho iní ľudia vnímali v dobrom svetle. Colník vstupuje do seba. Bije sa do pŕs a tým vyjadruje, že sa dotýka svojho srdca. Keďže je v dotyku so sebou, otvára sa pred ním aj Božie tajomstvo.

Benedikt vie, že mních môže svoju modlitbu zneužiť na to, aby sa vyvyšoval nad iných ľudí. Preto ho v dvanástom stupni pokory varuje pred nebezpečenstvom jeho modlitby. A zároveň v tom Benedikt opisuje zavŕšenie modlitby, tak ako sa toto zavŕšenie prejavuje v modlitbe Krista na kríži a v modlitbe colníka. Pokora je teda cestou ku stále čistejšej a dokonalejšej modlitbe, k modlitbe s čistým srdcom.

7.3 Cieľ cesty pokory

Cieľom vnútornej cesty je dokonalá láska, ktorá zaháňa všetok strach. Cesta pokory vedie cez poníženie k Božej láske, ktorá nás povyšuje a priťahuje k sebe.

Cieľom pokory je teda duchovné, a nie morálne. Nejde o jednu z cností, ale ide o schopnosť kontemplácie, o čistú modlitbu, v ktorej sa môžeme zjednotiť s Bohom.

Benedikt opisuje mníchovu cestu dozrievania; mnícha, ktorý **nachádza samého seba, naučil sa zaobchádzať so svojimi pocitmi, vo všetkom dáva na prvé miesto vzťah k Bohu a má správny vzťah k realite svojho života.** Opisuje aj **vonkajší vzhľad mnícha, ktorého telo už vyjadruje skúsenosť s Bohom a stav zrelosti**.

****

Porov:
Štatút, Čl. 7, Čl. 9, §.1...
Štatút, Čl. 13, Čl. 18-19
Prísľub
Pravidlá, Čl. 11-12, 16
Pravidlá, Čl. 15-16

8 Ľudská práca- *ranná meditácia*

„Uzdravený odišiel a povedal Židom, že je to Ježiš, kto ho uzdravil. Židia prenasledovali Ježiša aj za to, že to robil v sobotu. Ale Ježiš im povedal: Môj Otec pracuje doteraz, aj ja pracujem. Preto sa Židia ešte väčšmi usilovali zabiť ho, lebo nielenže rušil sobotu, ale aj Boha nazýval svojím Otcom a robil sa rovným Bohu. Ježiš im povedal: Amen, amen, hovorím vám: Syn nemôže nič robiť sám od seba, len to, čo vidí robiť Otca. Lebo čo robí Otec, to podobne robí aj Syn. Veď Otec miluje Syna a ukazuje mu všetko, čo sám robí. A ukáže mu väčšie skutky ako tieto, aby ste sa čudovali.“ (Jn 5, 15-20)

Pápež Gregor informuje o piatich Benediktových znameniach, ktoré zodpovedajú zázrakom Mojžiša, Elizea, Petra, Eliáša a Dávida. Tieto zázraky sú navonok premietnuté výjavy z jeho duše. Ukazujú jeho vnútorný stav.

Druhým znamením si pripomíname zázrak proroka Elizea. Benedikt dáva do rúk istého Góta, ktorý vstúpil do kláštora, železný nástroj, aby ním klčoval tŕňové kroviská na brehu jazera. Gót sa púšťa do práce s takým elánom, že sa železný sekáč oddeľuje od drevenej rúčky a padá do jazera. Zarmútený Gót sa obracia na Benediktovho žiaka Maura a oznamuje mu, akú škodu spôsobil. Benedikt vezme drevenú rúčku a podrží ju na hladine jazera. V tom okamihu z vodných hlbín vyletí železný sekáč a pripojí sa k rúčke. Benedikt vracia Gótovi nástroj so slovami: **„Pracuj a nesmúť."** Týmito prekrásnymi slovami vyjadruje Benedikt svoj postoj k práci. **Práca oslobodzuje od smútku**. Stáva sa pre človeka dobrodením. Osoží **nielen jeho telu, ale aj duši**. Tieto Benediktove slová sú však aj mottom, **ako má pracovať** každý mních. Ak sa vrhne do práce, pritom **sa preťaží a topí sa v smútku**, v takom prípade jeho činnosť nezodpovedá Benediktovmu názoru na prácu. Mníchovi má **byť práca potešením**. Má pri nej dodržiavať **správnu mieru, aby sa neprepínal**. Treba sa v nej **vyznať a pracovať s prehľadom**. Musí **chápať jej zmysel**. A v práci musia mnísi vedieť **spolupracovať**. Inak budú prácu narúšať nejasné emocionálne vzťahy.

9 MODLITBA A PRÁCA – *5. téma*

Život benediktínov sa často charakterizuje krátkym heslom: „ora et labora - modli sa a pracuj“. V Benediktovej regule túto formuláciu nenájdeme, lebo prvýkrát ju použil až Benedikt von Aniane, ktorý žil v 9. storočí a mnohým kláštorom v Karolínskej ríši vryl charakteristické znaky. Benediktovi ide o zdravú **rovnováhu** medzi modlitbou a prácou. Predovšetkým mu však ide o novú **teológiu práce**. Benediktínsky étos práce v rozhodujúcej miere prispel k postoju krajín európskeho Západu k práci. Prácu, ktorá bola zameraná na tvorbu zisku. Gréci hodnotili prácu ako otrockú. Ideálom im bol slobodný a plnoprávny občan, ktorý slúži štátu bez práce zameranej na zisk a ktorý sa môže tešiť pracovnému voľnu či odpočinku. Rimania prevzali tento negatívny vzťah k práci. Podľa Cicera každý, kto pracuje za peniaze, sa znižuje až na úroveň otroka. Ako prvý rozvinul kresťanský étos práce sv. Augustín. Práca je pre človeka Božím prikázaním. Slúži nielen ako prostriedok na živobytie, ale je zároveň aj **cestou duševného zdokonaľovania**. Benedikt svoj pozitívny vzťah k práci pravdepodobne odvíja od Augustína. Podľa neho je práca **určitým druhom duchovnej cesty**, na ktorej človek **stretá Boha i sám seba**, na ktorej sa **otvára Bohu i ľuďom** a na Boží pokyn sa **dáva do Božích služieb**.

Benedikt priznáva práci tri významy: slúži na to, aby si mnísi sami zaslúžili svoje **živobytie**. Toto vedie k vnútornej slobode a uplatňovaniu správnej miery v prístupe k zaobchádzaniu s vecami. Kto si vie zarobiť prácou na všetko, čo potrebuje k životu, je nezávislý od dobrodincov. Zároveň vie precítiť aj ťažkosti a starosti ľudského života. Druhý význam práce spočíva v **službe ľuďom**. Práca slúži blahu a záchrane človeka. Je vyjadrením lásky k blížnemu. A napokon práca slúži na **oslavu Boha**. Práca má duchovný význam. Je testom toho, či sa skutočne otváram v modlitbe Bohu a odovzdávam sa mu, alebo len narcisticky krúžim okolo seba. Práca je dôležitým prostredím na **sebapoznávanie**. V práci **stretám sám seba**. V práci sa odráža moja duša. Keď pracujem chaoticky, prejavuje sa v tom vnútorný chaos mojej duše. Keď pracujem s ochromenou aktivitou, je to signál toho, že príliš veľa energie potrebujem na to, aby som sa udržiaval v psychickej kondícii. Chyby v práci vedú k záveru, že štruktúra mojej duše je chybná.

Benediktov pohľad na prácu vyjadruje veta: „... aby bol vo všetkom zvelebený Boh." Toto je mottom kapitoly o remeselníkoch. Pri tvorbe cien remeselníckych výrobkov v kláštore nemá do nej vkĺznuť lakomstvo ani hrabivosť’. Tieto výrobky sa majú predávať o niečo lacnejšie, „aby bol vo všetkom oslávený Boh = ut in omnibus glorificetur Deus“ (RB 57, 9 – 1Pt 4,11). Začiatočné písmená u. i. o. g. D. zdobia všetky benediktínske diela, začiatky kníh a listín, stavieb a portálov. Všetko, čo bude vytvorené, bude vytvorené na Božiu česť. Prácou sa človek **zúčastňuje na stvoriteľskom Božom diele**. Preto môže krásu, ktorú Boh necháva vyžarovať zo svojho stvoriteľského diela, aj človek rozžiariť vo svojich umeleckých a remeselníckych dielach. Všetko, čo bolo stvorené, bude oslavovať Boha, vlastného tvorcu všetkých vecí.

Ako treba vykonávať prácu, aby oslavovala Boha? Benedikt vo svojej kapitole o remeselníkoch uvádza tri stanoviská: pokoru, poslušnosť a nezávislosť od hrabivosti.

Pokora hovorí, že remeselník (artifex, tak ho označuje regula a je to aj pomenovanie pre umelca) je v dotyku s tým, čo robí. Svoju prácu nemá zneužívať na to, aby vyzdvihoval sám seba a dokazoval svoj talent. Len vtedy, keď v práci zabudneme na seba samých a úplne sa odovzdáme tomu, čo robíme, prinesie takáto práca plody. Potom sa práca stane aj vyjadrením našej modlitby. Potom aj našu prácu bude môcť prenikať Božia stvoriteľská sila. Mnohých ľudí dnes práca preto tak rýchlo vyčerpáva, lebo so svojou prácou spájajú postranné úmysly. Chcú si niečo dokazovať. Alebo preto, lebo pracujú len vlastnými silami. A prameň vlastnej sily sa rýchlo vyčerpá. Preto si pokora žiada, aby som napriek všetkým svojim emóciám a bočným úmyslom zostúpil do seba a nadviazal kontakt s vnútorným prameňom, s prameňom Ducha Svätého. Keď pri práci vychádzam z tohto

vnútorného prameňa, budem môcť vykonať množstvo práce bez toho, aby ma vyčerpala. Lebo prameň Ducha Svätého je nevyčerpateľný.

Istá sestra, napriek silnej vôli dokázala podať len obmedzený pracovný výkon. Z rozhovoru vysvitlo, že pre seba spotrebuje príliš veľa energie. Úplne sa dostala pod vnútorný tlak chcieť robiť všetko perfektne, aby s ňou boli ľudia spokojní. A tieto tlaky **viažu na seba energiu, ktorá jej potom v práci chýba**.

Efektivita práce bola v dávnych mníšskych časoch dôležitým kritériom správnosti duchovného života. Takto sa prejavuje, či je niekto prístupný Božej sile, alebo či niekto do centra záujmu chce postaviť len seba a svoju vlastnú silu.

Druhou podmienkou toho, aby človek svojou prácou zveleboval Boha, je **poslušnosť**. Poslušnosť nevyžaduje odo mňa len to, že svoju prácu vykonávam v poslušnosti voči opátovi, ale aj to, že v práci dbám na to, ako ju formujem, či tvarujem, že pozorne **načúvam ľuďom, s ktorými spolupracujem**. Každá **práca je v podstate spolupráca**.

V mnohých firmách a kláštoroch sa aj veľa pracuje, ale nič z toho nevzíde. Chýba im totiž vzájomná **komunikácia**. Komunikácia a práca s informáciami sú dnes základnými predpokladmi efektívnej práce. Spolupráca sa vydarí len vtedy, keď sa spolupracovníci navzájom počúvajú a keď rešpektujú toho, kto zodpovedá za ich tím. A zároveň to vyžaduje aj odpovedať na skutočné potreby ľudí. Ak má práca slúžiť" človeku, tak musím dbať na ľudí a ich najhlbšie túžby. Ináč bude moja námaha márna.

Tretím predpokladom duchovného rozmeru práce je **vnútorná sloboda**. Mnísi nemajú prepadať neresti hrabivosti a lakomstva. V práci majú zostať čestnými a nemajú si dovoliť nijaký podvod. Benedikt tu pripomína podvod Ananiáša a Zafiry v Skutkoch apoštolov. Obidvaja predali pozemok a peniaze priniesli apoštolom. Časť peňazí si však ponechali, ale tvárili sa tak, akoby celý výnos boli darovali spoločenstvu. Keď Peter odhalil ich lož zomreli. Keď mnísi pri predaji myslia len na seba a nie čo si ponechajú len sami pre seba, vedie to k smrti duše, vtedy niečo v ich duši zomiera. Strácajú svoju vnútornú slobodu a čistotu. Chamtivosť vedie k neslobode. Taký človek krúži stále okolo toho, čo by chcel mať. Predávanie má však do činenia s opúšťaním, s niečím, čo už nedržíme pevne. Teším sa z diela, ktoré som vytvoril, ale zároveň ho opúšťam. Prirodzene si to zaslúži spravodlivú cenu. Výsledok práce však nesmie slúžiť tomu, aby som chcel mať stále viac. Inak sa stanem závislým. Zrazu budem závislý od toho, čo sa zvonka javí ako môj zisk. Vonkajším ziskom sa neraz premárňuje vnútorný étos práce. Benedikt chce touto vnútornou slobodou vytvoriť predpoklady na to, aby mnísi mali zo svojej práce radosť a aby sa jej celkom odovzdali, bez poškuľovania po vlastnom pôsobení a po výške výnosu, či zisku.

Benediktínskym „ora et labora“ sa nemyslí len na zdravé spolužitie a vyvážené vzťahy medzi obidvoma pólmi nášho života. „Ora et labora“ sa oveľa viac vzťahuje na **vnútorné spojenie** medzi modlitbou a prácou. Pri práci ide **o tie isté postoje ako pri modlitbe**. Pri modlitbe **nekrúžim okolo seba, ale otváram sa Bohu**. Modlitbou spoznávam, že môj život patrí Božej službe, že celým svojím pôsobením chcem zvelebovať Boha. Pri práci ide aj o to, aby som sa odpútal od seba a vlastných potrieb a zapojil sa do Božích služieb. **Nepracujem pre seba, ale pre Boha a ľudí.** Keď som v ťažkej práci ustal, práve vtedy môže únava vyvolať zážitok s Bohom. Preto ma potom prenikne pocit, že som pracoval pre Boha až do únavy. Takáto únava však prináša zadosťučinenie, cez ktoré pociťujem vo svojom tele Božiu prítomnosť. V centre tejto únavy vládne hlboký pokoj. Nejde o nijaké vyčerpanie, pri ktorom by som mal pocit prázdnoty, ale o únavu, ktorá mi sprostredkuje pocit spokojnosti. Práca je vždy službou iným ľuďom. Chceli by sa na moju solídnu prácu spoľahnúť. Na mojej práci sa tak prejaví, či narcisticky krúžim okolo vlastnej osi, alebo sa modlitbou a prácou odosobním a som otvorený Bohu a ľuďom. V dnešných časoch práve

v duchovnej oblasti je veľa narcistických ľudí, ktorí si nábožnosť mýlia s krúžením okolo seba. Modlitba a práca ma chcú oslobodiť od seba samého tak, aby sa život ďalej rozvíjal a bol plodný.

Benedikt vie, kedy sa **modlitba a práca dobre dopĺňajú**. Mnísi sa venujú nepretržitej **modlitbe aj vtedy, keď pracujú**. Vnútorná modlitba pokračuje aj uprostred práce. Mních nemyslí stále na Boha, ale koreňmi svojej duše kotví v Bohu. Svojím **vnútrom si uvedomuje Božiu prítomnosť**. Tak ako radšej pracujeme v slnečnom než v daždivom dni a nemusíme pritom stále myslieť na slnko, tak nás v práci obklopuje blahodarná a milujúca Božia blízkosť. Božia prítomnosť vytvára náš pracovný priestor. Božia prítomnosť dáva punc našej práci. Vnútorná modlitba nám vždy znova pripomína sprítomňujúcu sa Božiu lásku.

Benedikt pozná modlitbu aj ako uzdravujúce prerušenie práce. Prácu bude vždy znova prerušovať nielen liturgia hodín, ale aj **úder vežových hodín alebo bitie zvona**, ktoré mi pripomínajú Boha a krížovú cestu, ktorú napĺňa Božia prítomnosť. Takéto malé uzdravujúce prerušenia otvárajú nad mojou prácou nebo. Rozbíjajú emocionálny čertovský kruh zranení, hnevu, stresu, smútku a usmerňujú ma na Boha. **Pohľad na Boha relativizuje** konflikty, hnev, sklamanie. Zameriava ma na pravú skutočnosť. Takto môžem uprostred hektiky znova získať pokoj, uprostred horúčavy okúsiť chládok. Keď mi na modlitbu zostane viac času, okolo poludňajšej prestávky alebo večer, tak sa v nej vrátim k mojej práci a pritom si uvedomím, kde som sa nechal viesť hnevom alebo túžbou po moci a kde som skutočne svoju prácu mohol považovať za službu iným ľuďom. Modlitba mi teda odkrýva moje pracovné motivácie. A zároveň si môžem v takej modlitbe nacvičiť primerané správanie v práci. Toto správanie je rovnaké ako pri modlitbe: služba, otvorenosť, rešpekt pred ľuďmi i vecami, pokora, poslušnosť, láska, jasnosť, nezištnosť.

Prácu preruší modlitba, lebo modlitba je vyústením práce. V modlitbe sa môžem z práce uvoľniť. **Robil som tak dobre, ako som len vládal**. Teraz zanechám uvažovanie o svojej práci a odovzdám ju Bohu. Prenechám Bohu, čo z mojej práce urobí. Dávam si zákaz mudrovať nad tým či všetko, čo som vykonal, povedal, alebo rozhodol, bolo správne. Nechávam to bokom a dôverujem tomu, že u Boha je moja práca v dobrých rukách a že on dokončí to, čo som svojou prácou začal. Mnohí ľudia dnes nevedia zo svojej práce vypnúť. Práca ich prenasleduje ešte aj v spánku. **Práca ich ovláda. Modlitba ma odbremeňuje od práce**. Považujem to vždy za dôležitý osobný test, či pri večernej liturgii hodín ešte stále rozmýšľam o práci. Keď sa viac nedokážem sústrediť na žalmy, ale mysľou sa krútim len okolo peňažných kšeftov, tak s mojou prácou čosi nie je v poriadku. V takom prípade zaberá príliš veľký priestor. Keď to zbadám, pokúšam sa svoju prácu vedome odovzdať Bohu a seba i svoje starosti zahrnúť do modlitby. To mi vytvára vnútornú slobodu a pokoj.

****

Porov:
Štatút, Čl. 3 § 2
Štatút, Čl. 6
Štatút, Čl. 8 § 1 - 2
Štatút, Čl.13- 14 §1
Štatút, Čl. 19
Štatút, Čl. 17
Pravidlá, Čl. 11-12
Štatút, Čl. 7
Štatút, Čl. 9 § 3
Charta identity Čl. 36
Životopis dona Bosca

10 Umenie zdravého života - *kázeň*

Keď niekto nezasvätený číta Benediktovu regulu, čuduje sa, že je v nej všetko zatriedené podľa pravidiel, že štruktúra spoločenstva, vzájomné vzťahy bratov, denný poriadok, práca, stravovací čas sú presne stanovené. Nie je to priveľa dobra? Načo je takýto presný opis konkrétneho života? Nebráni regulovanie všetkých životne dôležitých činností spontánnosti a životaschopnosti? Kde ostali sloboda a osobná zodpovednosť? Je vôbec možné pri toľkých predpisoch kráčať špecifickou cestou osobného dozrievania?

Benedikt chce svojou regulou konkrétne vysvetliť evanjelium živému spoločenstvu mníchov. Ukazuje, ako to môže vyzerať, keď chce tridsať mníchov spolu kresťansky žiť. Benedikt si nemyslí, že len plnenie reguly zodpovedá evanjeliu. Jestvuje veľa spôsobov, ako žiť podľa evanjelia. Lenže Benediktovi ide o **konkretizáciu evanjelia v celkom určitej životnej situácii.** Pri tom sa riadi antickým názorom, že dobrý a **vhodný vonkajší poriadok môže človeka aj vnútorne zharmonizovať**. A zodpovedá aj **cieľu antickej medicíny, ktorá za svoju najdôležitejšiu úlohu považovala uvádzať ľudí do umenia zdravého života** (Nechýba to dnes?). Aby mohol človek zdravo žiť, potrebuje **vyrovnaný životný štýl**. Podľa Benedikta je regula charakteristikou takého životného štýlu, ktorý jednotlivcovi i spoločnosti robí dobre. Vlastnou regulou prvotných mníšskych rádov je vždy Sväté písmo. Benediktínska regula chce len vysvetliť regulu Biblie vo vzájomnosti konkrétneho mníšskeho spoločenstva.

Podľa antickej medicíny o zdravý životný štýl ide vtedy, ak vytvára medzi rôznymi silami ľudského organizmu **vzájomnú rovnováhu**, keď vytvára **zdravé napätie medzi protikladnými snaženiami** ľudskej duše. **Napätie medzi modlitbou a prácou, osamelosťou a spoločenstvom, mlčaním a rozhovorom, milosťou a prírodou, medzi požiadavkou a porozumením** pre situáciu jednotlivca musí pretrvávať. Vždy, keď jeden pól príliš zdôrazňujeme, zoslabí sa druhý pól až na svoj vlastný tieň a ako taký bude negatívne pôsobiť na ľudskú dušu. **Napätie vyrába energiu**. Ak sa stane napätie priveľkým, dôjde k explózii. Ak zostáva napätie prislabé, život sa stáva plytkým, povrchným. Regula dbá o to, aby napätie medzi pólmi ľudského života umožňovalo prúdenie životnej energie a Ducha Svätého.

V regule sa zračí, ako sa Benedikt vždy znova pokúša o vyrovnávanie medzi rôznymi pólmi: od mníchov nežiada priveľa, ale ani primálo, jeho metódy či spôsoby sú v súlade s Bibliou a zároveň neodstrašujú mníchov. Benedikt chce byť hodný tradície prvotných mníšskych komunít bez toho, aby ignoroval situáciu doby, v ktorej žil. Chce sa vážne zaoberať potrebami spoločenstva, ale aj potrebami jednotlivca. Nechce jednotlivca obetovať na oltár kolektívu, ale ani otvárať bránu čisto individuálnym potrebám.

Každému sa má prideliť toľko, koľko potrebuje. Pritom Benedikt ráta s tým, že slabší potrebujú viac ako silní. To sa má zohľadniť. „Kto potrebuje o to menej, nech ďakuje Bohu a nesmúti, kto však potrebuje viac, nech sa pokorí pre svoju biedu a nech sa nenadáva kvôli svojej výhode." (RB 34, 3 a ďalej) Nikto sa nemá povyšovať nad druhého. Od každého jednotlivca sa požaduje, aby sa čestne, sám vysporiadal s vlastnými potrebami. Keď stále potrebuje viac ako priemer, mohol by sa spýtať sám seba, na čo jeho premrštená potreba poukazuje. Možno ho v detstve ukracovali. Možno, že potrebami po vlastníctve a podpore si kompenzuje svoju nedostatočnú duchovnosť. Benedikt sa neuspokojuje jednoducho s tým, že si každý môže uspokojiť svoje potreby. Každý sa má aj s nimi čestne konfrontovať. Na základe toho bude v konkrétnom spolužití, v zaobchádzaní s vlastníctvom, s jedlom a pitím stále lepšie spoznávať svoju vlastnú dušu a telo. **Dôležité je, aby si každý priznal svoje potreby.** Nesmie však rozvíjať nijakú ideológiu uspokojovania potrieb. Keď sa domnieva, že v kláštore musia uspokojiť všetky jeho potreby, je infantilný. **Kto si všíma svoje potreby, musí sa**

úplne slobodne rozhodnúť, či ich chce bezpodmienečne splniť, alebo sa ich radšej vzdá. Obidvoje udržiava človeka pri živote.

Pri konzumácii Benedikt poskytne mníchom dve uvarené jedlá „zodpovedajúce rôznym potrebám. Kto azda nemôže jesť prvé, tak nech sa nasýti druhým jedlom“ (RB 39,1 a ďalej). Benedikt je **k potrebám ohľaduplný, ale neabsolutizuje ich.** Zároveň varuje pred prejedaním sa. Správna miera platí aj pri jedení. Lenže každý človek má **inú mieru**. Toto si priznať, pokiaľ ide o seba i druhých, je dôležitým krokom na ceste vnútorného dozrievania. V kapitole o miere nápoja je Benedikt ešte opatrnejší: *„Len s istou dávkou obavy preto určujeme mieru potravy pre iných. Zvažujúc nedostatočnosť slabých, predsa si len myslíme, že na jeden deň postačuje pol litra vína*“ (RB 40, 2 a ďalej). Benedikt by sa najradšej vína vzdal. Jasne si však uvedomuje, že by tým mníchov preťažil. Tak im priznáva každodennú, predovšetkým však primeranú dávku vína. Víno potešuje ľudské srdce. Len nemiernosť škodí. Benedikt nie je fanatikom zdravia. Je ostražitý, pokiaľ ide o zásady stravovania. Napriek tomu určuje ich medze.

Popri všetkých návodoch je podľa Benedikta rozhodujúce vyhnúť sa hriechu reptania: „Predovšetkým je neprípustné zlo reptania, z nijakého dôvodu, nijakým slovom ani žiadnou narážkou.“ (RB 34, 6) Aj citáciu príkazov o miere nápoja končí Benedikt vetou: „Predovšetkým napomíname: zanechajte reptanie!“ (RB 40, 9) **Reptanie je forma vnútorného vzdoru** proti životu, blížnym a sebe. Reptanie vyvoláva choroby. Produkuje hnus zo života. S ničím nebyť spokojný. Takí ľudia sa už nedokážu ničomu tešiť. A keďže sa už nemôžu ničomu tešiť, sú z toho chorí. Domnievajú sa, že iní ľudia, alebo vzťahy sú príčinou ich nespokojnosti. Lenže príčina väzí v ich duši. Svojej nešťastie si spôsobujú sami. „Každý si je kováčom svojho šťastia!“ hovorí porekadlo. Základ spokojného života je v nás samých. Náš postoj k ľuďom a veciam vyvoláva vnútorný pokoj alebo nepokoj. Byť vďačný je predpoklad psychického i fyzického zdravia. Reptanie je jeho opak. Rozvracia človeka. Preniká jeho dušu trpkosťou. Trpkosť sa dá dokonca aj v tele odmerať ako zvýšenie kyseliny. Nepôsobí dobre na telo ani na dušu. Podľa Benedikta sú vnútorný pokoj, vďačnosť a radosť zo života predpokladom zdravej kultúry života. Vonkajší poriadok a uzavretosť života pôsobia na mnícha ako dôležitá výzva, aby základ svojej spokojnosti nachádzal v sebe. Keď sú vonkajšie možnosti ohraničené, potom objavím v sebe bohatstvo svojej duše. Učím sa byť vďačný za to, čo je.

Istý medik tvrdil, že denný program, ktorý vypracoval Benedikt pre mníchov, zodpovedá prirodzenému biorytmu človeka. To svedčí o tom, že Benediktovi nejde o vonkajšie normy, ale o primeraný život, o takú **kultúru života, ktorá liečivo pôsobí na všetky sféry človeka**. Podľa antickej medicíny jestvuje šesť okruhov pravidiel, ktoré treba rešpektovať: 1. svetlo a vzduch, 2. nápoj a jedlo, 3. pohyb a pokoj, 4. spánok a bdenie, 5. oddeľovanie a odstraňovanie 6. afekty duše (emócie a vášne). Benedikt vo svojej regule berie ohľad na týchto šesť oblastí. Celý život má byť usporiadaný tak, aby to zodpovedalo ľudskej podstate.

11 HLAVNÉ ZÁSADY RIADENIA – *6. téma*

V obidvoch kapitolách o opátovi (RB 2 a 64) a v kapitole o cellerarovi, správcovi kláštora (RB 31), rozvíja Benedikt dôležité zásady riadenia. Nie nadarmo Benediktovu regulu využívali v stredoveku ako učebnicu výchovy pre kniežacích synov. Aj dnes hľadajú manažéri v múdrosti reguly podnety na ich vlastné úlohy pri riadení. Mnohí odborníci zodpovední za ekonomiku pociťujú, že stále sa meniace modely riadenia majú veľmi krátky život. Túžia po solídnych zásadách a **po duchovnom rozmere pri vychádzaní s** ľuďmi a zaobchádzaní s vecami. Pred konkrétnymi pokynmi, **ako má opát viesť**, Benedikt opisuje, **aký má opát byť**. Dôležité je, aby mal **predpoklady na riadenie**. Opát „má byť mravne čistý, zdržanlivý, triezvy, súcitný až milosrdný a súcit má vždy predchádzať usmerňovanie, aby on sám zakúšal to isté. Nech nenávidí zlo a **miluje svojich bratov**." (RB 64, 9-11) „Nemá byť podráždený, ani bojazlivý, bez zmyslu pre mieru alebo úzkoprsý, žiarlivý alebo ináč nedôverčivý, lebo inak nikdy nedospeje k pokoju." (RB 64, 16) Predpokladom všetkých týchto vlastností je opátovo **dobré sebapoznanie**. Lebo len keď má odvahu konfrontovať sa so svojimi vlastnými tienistými stránkami a priznať si ich, bude **môcť byť milosrdný a oslobodí sa** od žiarlivosti a nedôvery. Kto nepozná sám seba, všetky svoje tienisté stránky **prenáša** na iných. Musí si ustavične s nedôverčivosťou všímať, či si iní neužívajú to, **čo sám sebe zakázal**. Kto pozná sám seba, púšťa sa do riadiacich úloh s pokojom. „Byť zdržanlivý a triezvy" predpokladá, že opát je vnútorne čistý, že jeho myslenie **nie je zakalené** emóciami, zatrpknutosťou a precitlivenosťou. Kto pozná sám seba, bude priehľadný a jasný. A takáto jasnosť prospieva riadeniu.

Najdôležitejším prvkom vedenia je však používanie **správnej miery**. Benedikt vyžaduje od opáta cnosť, discretio, ktorá znamená oboje: používať správnu mieru a dar rozlišovania duchov. „Či sa pracovná úloha, ktorú opát prideľuje, vzťahuje na božské, či na svetské záležitosti, musí v nich vedieť rozlišovať a dodržiavať mieru. Nech myslí na rozlišovací talent svätého Jakuba, ktorý hovoril: „Keď cestou moje stáda nechám, aby sa presilili, v jednom jedinom dni všetky kusy uhynú. Takéto a ďalšie svedectvá v prospech rozlišovacieho talentu - matky cností — kladie si pred oči; tak organizuje všetko **s mierou, aby tak silní našli, čo hľadajú, a slabí nezutekali.**" (RB 64, 17-19) Uplatňovaním diskrétnosti, discretio, bude opát **spravodlivý k slabým ako aj k silným**. Silní budú môcť svoju silu ešte viacej rozvíjať. A slabí nebudú zastrašení, ale povzbudení žiť podľa svojej miery. Discretio sa nesmie zamieňať ani s laxnosťou, ani s rigoróznosťou. Je oveľa viac umením prebúdzať v jednotlivých ľuďoch život a schopnosti, ktoré sa v nich skrývajú.

V 2. kapitole opísal Benedikt dar rozlišovania ako umenie byť ku každému jednotlivcovi spravodlivý. Opát „má vedieť, aká ťažká a vyčerpávajúca je úloha, ktorú na seba vzal: viesť duše a slúžiť toľkým rozmanitým ľuďom, jednému priateľskými slovami, druhému výčitkou, tretiemu dobrou radou. Hľadať zodpovedný prístup k charakteru a duševným danostiam každého jednotlivca a všetkým sa chápavo prispôsobiť, aby zverenému stádu nielenže nespôsobil škody, ale mohol sa tešiť prospievaniu dobrého stáda" (RB 2, 31 a ďalej). Z tohto je zrejmé, že predpokladom daru rozlišovať je **poznanie srdca**. Opát musí dobre **poznať sám seba**, **ako aj bratov**, aby vedel rozhodovať, čo je pre ktorého dobré, **čo jeho život podporí a čo ho preťaží**. To ho uschopňuje prispôsobiť vlastné reakcie duševnej kapacite a charakteru konkrétneho jednotlivca a s každým udržiavať osobný kontakt.

Pritom Benedikt pozná rôzne vzory, ktoré vytvárajú pozadie vždy iného prejavu správania. **Opát má byť pre mníchov otcom**. Otec je tým, kto posilňuje jednotlivcov a drží im chrbát, kto im upevňuje chrbtovú kosť, dodáva odvahy ísť do rizika a robiť chyby. Otec je tým, o ktorého sa možno oprieť, ktorého možno vždy navštíviť, keď človek nevie, ako ďalej. **Opát je učiteľ**. Nesmie učiť nič iné než to, čo je v Písme. Preto musí dobre poznať Krista, aby vedel svojimi slovami, ako aj

správaním Krista hlásať. **Opát je pastier**. Ako pastier pasie svoje stádo, aby sa nasýtilo a malo ochranu pred nepriateľmi. To znamená, že svojim mníchom dáva duchovnú potravu, aby mohli ďalej pokračovať vo svojej vnútornej ceste. Musí dávať pozor, aby nijakí vlci nevtrhli do stáda a neroztrhali ho. Opát býva pre mníchov **lekárom**. Úlohu lekára plní predovšetkým medzi tými bratmi, ktorým je ťažko a živoria na pokraji seba a svojej pravdy. Benedikt pripomína opátovi Kristovo slovo: „Lekára nepotrebujú zdraví, ale chorí. Preto musí ako skúsený lekár použiť všetky prostriedky." (RB 27, 17) Opát si musí uvedomovať, čo prevzal: „starosť o slabé duše, nie tyraniu nad zdravými" (RB 37, 6). Benediktovi v prvej línii nejde o poslušnosť a disciplínu, ale o liečenie zranených ľudí. Ráta s tým, že do kláštora vstúpia aj chorí ľudia. A práve o nich sa musí postarať.

Popri všetkej lekárskej starostlivosti opát jednoducho nesmie nechať bujnieť zlo, lebo inak to poznačí a skazí celé spoločenstvo. „Nesmie ignorovať hriechy vinníkov, ale hneď na začiatku tieto hriechy vyrezať aj s koreňmi, ako to len bude možné." (RB 2, 26) Kto vedie, musí často **vynášať aj nepríjemné rozhodnutia**. Jeho úlohou je vedieť jednotlivcovi správne vytknúť chyby, vedieť ho pokarhať a pohroziť mu následkami, ak sa správa na škodu spoločenstva. No zároveň má prejavovať aj druhú stránku vedenia: posmeľovať a vedieť sa k jednotlivcovi láskavo priblížiť.

Pokiaľ ide o správcu, aj tu Benedikt hovorí najprv o jeho vlastnostiach. Má byť múdry a zrelý, triezvy, nie nafúkaný, podráždený či urážlivý ale bohabojný. Zaujímavé je, že Benedikt od neho vyžaduje bohabojnosť. Poukazuje na to, že pri zaobchádzaní so svetskými záležitosťami predpokladá duchovnú hĺbku. To vrcholí slávnou vetou: „Všetko náradie a všetok majetok kláštora považoval za posvätné súčasti oltára." (RB 31, 10) Aj svetské je sväté. Z bohabojnosti vyplýva, že **realitu tohto sveta beriem vážne**. Niektoré kláštory chudobnejú, lebo **ich spiritualita neberie tento svet vážne**. Tieto kláštory sa utiekajú do neporušeného sveta ich spirituality, do sveta ilúzií, ktorý neberie na vedomie náš reálny svet. Správca prejavuje bohabojnosť predovšetkým svojou **úctou voči jednotlivcovi**. Benedikt vie o nebezpečenstve, že kto má peniaze, má aj moc, že finančnú závislosť spolubratov musí mať jasne na zreteli. Najdôležitejšou požiadavkou voči správcovi je, aby nezarmútil ani jedného z bratov. „Nezarmucuje bratov. V prípade, že niektorý brat žiada niečo nerozumné, nemá mu hospodár ubližovať pohŕdaním, ale mu odmietne jeho neprimeranú prosbu rozumne a s pokorou." (RB 31, 6 a ďalej) Bohabojnosť sa prejavuje **úctou k človeku**. Každý si zaslúži úctu a práve ten, kto sa ocitol v ťažkostiach a má prehnané potreby. Správca nemá moralizovať, nesmie odsudzovať, ani zahŕňať výčitkami toho, kto vyjadruje svoje želania. Každého musí rešpektovať, ale musí rešpektovať tiež **vlastné hranice a hranice svojich finančných možností**.

Riadiacu úlohu správcu považuje Benedikt za službu. „Kto svoju službu koná dobre, dosiahne vysokú hodnosť." (RB 31, 8) Slúžiť má pre mňa dva významy. Latinské slovo pre „sluhu" je „servus". Pôvodne tak označovali bežca, ktorý prináša z bojiska posolstvo veliteľovi. Slúžiť teda znamená: **udržiavať komunikáciu** na úrovni, v pohybe, starať sa o to, aby všetci, čo pracujú, navzájom dobre komunikovali a aby sa tak informačný tok dostával rovnakou mierou všetkým. **Dobrá informácia je predpokladom vydarenej práce**. Grécke slovo na označenie sluhu je „diakonos". Myslí sa tým na obsluhujúceho pri stole. Dalo by sa povedať, že sluha je ten, kto slúži životu a kto prebúdza v ľuďoch život. Podľa mňa je to pekný **vzor úlohy riadenia**: vmyslieť sa do ľudí, aby som spoznal, **aké životné možnosti sa v nich skrývajú, čím by mohli život zdokonaliť.** Úlohou správcu je prebúdzať vo svojich spolubratoch a spolupracovníkoch život. To je z hľadiska trvania hospodárskych výkonov konkrétneho kláštora alebo podniku najefektívnejšie.

Benedikt vždy znova napomína správcu, aby s každým bratom zaobchádzal priateľsky a nie povýšenecky. Cieľom jeho riadenia je, „aby v Božom dome nikto nebol zmätený alebo smutný." (RB 31, 19) Smútok ťahá človeka dolu. Kalí mu myseľ. Vytvára atmosféru ťažoby a depresie, ktorá všetkých ťahá dolu a prekáža životu. Benedikt tu hovorí o Božom dome. Boží dom je skutočný

priestor, v ktorom sa ľudia cítia prijatí a milovaní, priestor, v ktorom žijú v dotyku s vlastnými dušami, tvorivosťou a fantáziou. Keď správca plnením svojej riadiacej úlohy slúži Božiemu domu, zároveň v mníchoch prebúdza život. Tak pôjdu do práce s fantáziou a láskou. Tým sa ich práca zdokonalí. Práca sa stane terapiou pre ich telo a dušu.

Správca sa však má **starať aj sám o seba**. „Dáva pozor na svoju dušu.“ (RB 31, 8) Má si všímať svoje pocity, telo, sny. Keď bude vo svojej práci zatrpknutý a tvrdý, tak čosi s ním už nebude v poriadku. V takom prípade bude šíriť okolo seba aj agresivitu a nespokojnosť. Keď sa cíti ako štvanec, tak znenávidí seba aj svojich spolubratov. Zo **svojich pocitov správca zbadá**, či svojím riadením slúži životu, alebo mu prekáža, či koná v Božej službe, alebo slúži len samému sebe. Keď svoju prácu považuje len za **svoje vlastné dielo**, bude oveľa skôr sklamaný možnosťami svojich spolupracovníkov. Nebude môcť viac spontánne prijímať Ježišovho ducha. Preto je také rozhodujúce všímať si vlastnú dušu, aby úloha hospodára ostala duchovným poslaním, a nie iba čisto správcovskou činnosťou, pri ktorej ide len o úspech a presadenie vlastných cieľov. Správca môže len vtedy zaobchádzať dobre so svojimi spolupracovníkmi, keď zaobchádza dobre aj sám so sebou. Preto má mať pomocníkov: „S ich podporou môže zverený úrad spravovať s vnútorným pokojom.“ (RB 31, 17) Vnútorný pokoj, duševná rovnováha (aequo animo) je predpokladom zdarného vedenia. Správca bude len vtedy **vnútorne vyrovnaný človek**, keď jeho **motívy budú nezištné**, keď bude **rešpektovať svoje vlastné hranice** a **nechá si pomôcť od iných**. Najnaliehavejšie však Benedikt vyžaduje od hospodára pokoru: „predovšetkým je pokorný“ (RB 31, 13). To nevyzerá ako príliš veľká vzpruha. No v jednom sne mi odrazu bolo jasné, čo znamená pokora. Raz prednášal jeden zo spolubratov o niektorých otázkach mníšskeho života. Vtedy som sa prihlásil a povedal: „Iba nedávno, som si prečítal, že pokora má byť ochranný štít správcu. Ochraňuje ho pred emóciami a projekciami jeho spolupracovníkov.“ Keď správca v pokore prijme i svoje svetlé, i tienisté stránky, tak ho nebudú zasahovať projekcie - teda názory, požiadavky, domnienky a subjektívne návrhy iných. Prejdú popri ňom. Bude ich vnímať, nebudú však mať nad ním nijakú moc. Veď každého, kto prevezme zodpovednosť, takéto projekcie priam zavaľujú. Neraz, a dosť často, sa z toho potom zodpovedný človek cíti ako obeť. Myslí to dobre, lenže jeho spolupracovníci mu sťažujú život. Pokora nás chráni pred emóciami a projekciami, ktoré sa na nás zvonka valia. Pokora nás vedie k uvedomeniu si samých seba i vlastnej pravdy o sebe. Pokora vytvára kontakt so všetkým, čo v sebe potláčame. To zabráni iným, aby sa svojimi projekciami neprehrabávali v tom, čo nás v našej duši tlačí. Zavládne ticho. Pokora teda pre správcu nie je požiadavkou, ktorú má splniť, ale pomocou vo vykonávaní jeho funkcie v živote tak, aby mu neprerástla cez hlavu.

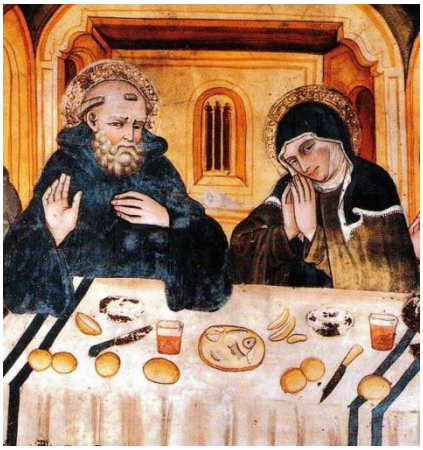
****

Porov:

Pravidlá, Čl. 7 §1 , Čl. 20 § 1- § 2
Pravidlá, Čl. 21 § 1
Pravidlá, Čl. 23 § 6
Pravidlá, Čl. 30-31

12 Stretnutie so Školastikou – *ranná meditácia*

Milovaní, milujme sa navzájom, lebo láska je z Boha a každý, kto miluje, narodil sa z Boha a pozná Boha. Ten, kto nemiluje, nepozná Boha, pretože Boh je láska. Božia láska k nám sa prejavila v tom, že Boh poslal na svet svojho jednorodeného Syna, aby sme skrze neho mali život. Láska je v tom, že nie my sme milovali Boha, ale že on miloval nás a poslal svojho Syna ako obetu zmierenia za naše hriechy. Milovaní, keď si nás Boh tak zamiloval, aj my sa máme navzájom milovať. Boha nikto nikdy nevidel; ak sa navzájom milujeme, Boh ostáva v nás a jeho láska v nás dosiahla dokonalosť.
A toto prikázanie máme od neho, aby ten, kto miluje Boha, miloval aj svojho brata. (1Jn 4, 7-12, 21)



Pápež Gregor opisuje nádherný príbeh, ktorý odjakživa dojímal srdcia čitateľov, a to posledné stretnutie Benedikta s jeho sestrou dvojičkou Školastikou. Každý rok sa Benedikt stretá so svojou sestrou v dome neďaleko kláštora, aby s ňou viedol duchovné rozhovory. Tak aj toho roku odchádza s niekoľkými bratmi do domu na stretnutie so sestrou. Keď nadíde večer, Benedikt sa chce vrátiť do svojho kláštora. Sestra ho prosí: „Neopúšťaj ma túto noc, až do rána sa budeme môcť zhovárať o radostiach nebeského života.“ Benedikt to sestre odmieta. Nemôže zostať, lebo to nedovoľujú kláštorné pravidlá. Školastika sa vrúcne modlí k Bohu. Vzápätí sa strhne nad nimi búrka. Prietrž mračien znemožní Benediktovi opustiť dom. „A tak sa stalo, že spoločne prebdeli celú noc a vzájomne sa obohacovali duchovnými rozhovormi.“ Sestra si pomocou modlitby presadí voči bratovi svoje. Gregor uvažuje nad tým, prečo dosiahla v tomto prípade Školastika viac ako Benedikt, ktorý bazíroval na dodržiavaní pravidiel: „Proti jeho vôli sa postavil zázrak, ktorý so silou všemohúceho Boha vyšiel zo srdca ženy. Niet sa čo čudovať, že táto žena, ktorá chcela dlhšie zotrvať so svojím bratom, dosiahla v danom momente viac ako on. Podľa Jánových slov Boh je láska, preto dosiahla podľa spravodlivého Božieho rozhodnutia viac tá, ktorá viac milovala.“

Školastika **dosiahla viac, lebo viac milovala.** Ľúbila viac nielen Boha, ale aj svojho brata. Jednoducho, chcela pri ňom ostať a hovoriť s ním. Láska víťazí nad zákonom. Láska dýcha slobodou. V láske strach nemá miesta. Stretnutie so sestrou Školastikou Benedikta zmenilo. Ak na začiatku jeho duchovnej cesty bojuje s erotickým obrazom ženy, teraz dozrieva. Odhaľuje pravú podstatu lásky. Jeho srdce sa otvára. Odteraz je Benedikt ľudskejší, láskavejší a slobodnejší človek. Iba ako takýto môže napísať rehoľné pravidlá - regulu, ktoré nebudú skostnatenou knihou zákonov, ale budú ochrannou zónou života a lásky. Teraz bude schopný zažiť mystickú skúsenosť jednoty s Bohom.

Krátko po ich nočnom stretnutí Školastika zomiera. Benedikt vidí, ako sa duša jeho sestry „v podobe holubice vzniesla do tajuplného nebeského sveta". S dušou jeho sestry letí do neba už aj časť z neho samého. V antickom Grécku bol holub zasvätený Afrodite. Symbolizuje lásku, ktorá stúpa k nebesám. Okrem toho holuba považujú za vtáka duše. V kresťanskom umení je holub symbolom Ducha Svätého a obrazom duše v stave nebeského pokoja. Stretnutie so Školastikou malo pre Benedikta ďalekosiahly význam. **Prebudilo v ňom lásku a otvorilo nad ním nebo**. Raduje sa z oslávenia svojej sestry, dá priniesť jej mŕtvolu a nechá ju vložiť do hrobu, ktorý pripravil pre seba. Tak sa stalo, že tých, ktorí boli vždy duchovne zjednotení v Bohu, ani hrob telesne nerozdelil. Keď čítame výpovede mníchov raného obdobia o vzťahu k žene, tak nás Benediktovo správanie udivuje. Nechá sa pochovať so ženou. To nie je len vonkajší prejav, ale **obraz hlbokej harmónie.** Hrob je vždy obrazom premeny človeka pre nové narodenie. Jeho modlitby a jeho skutky získajú novú kvalitu.

13 SPOLOČNE HĽADAŤ BOHA – *7. téma*

Z rozhovorov je vždy jasné, že dnes ľudí tlačia predovšetkým vzťahové problémy. Mnohí ako partneri stroskotávajú. Iní sa pevne pridŕžajú manželstva, ale nie sú schopní žiť spolu férovým spôsobom. Ich energiu oslabujú každodenné spory. Vnútropodnikové konflikty trhajú firmy. Cirkev dnes prežíva rastúcu polarizáciu a nespôsobilosť zmieriť navzájom rozdielne skupiny. A spoločnosť sa stáva stále rozdelenejšou. Skupinový egoizmus, súperiace skupiny, obraz nepriateľa i predsudky štiepia spoločnosť, ba celý svet. Náš svet sa podobá **obdobiu sťahovania národov**, v ktorom sa rozpadla spoločnosť a všetky poriadky sa hodili do starého železa a národy sa nanovo pomiešali. V tých časoch benediktínsky kláštor, ktorý obývalo hoci len tridsať mníchov, predsa len vytvoril model, ktorý v priebehu čias zapôsobil na celú západnú Európu stabilizujúco a uzmierujúco. Tak by mohla Benediktova vízia spoločnosti, ktorá hľadá Boha a slúži Bohu, i dnes nadobudnúť novú aktuálnosť.

Benedikt vidí vo vzájomnosti prvotnej Cirkvi ideál, ktorý chce uskutočniť vo svojom malom kláštornom spoločenstve. Aj keď Lukáš spoločenstvo prvotnej Cirkvi opísal idealizujúco, nostalgia po prvotnej Cirkvi medzi mníchmi zostala navždy živá. Pre Lukáša bolo toto nové spoločenstvo, ktoré vzniklo zo Židov a Grékov, z pánov i otrokov, z mužov i žien, z chudobných i boháčov dôkazom toho, že prišlo Božie kráľovstvo, že Ježišov duch prenikol do všetkých ľudí, a tak ich uschopnil vytvárať novú **vzájomnosť** jedného s druhým. Skúsenosť prvotnej Cirkvi bola svojou podstatou skúsenosťou spoločenstva. Na túto skúsenosť, že Ježišov duch vytvára novú vzájomnosť, chce nadviazať Benedikt. Chce zriadiť školu v službe Bohu, školu, v ktorej sa bude vyučovať novej vzájomnosti pred Bohom a v Bohu.

V svojej regule Benedikt **nerozvíja nijakú teológiu spoločenstva**. Oveľa podrobnejšie opisuje, ako sa má spoločenstvo vyrovnávať s konfliktami, ako pri tom postupovať, ako sa majú mnísi navzájom stretať. Ide o konkrétne spôsoby správania, ktoré slúžia jednému cieľu aby mnísi spoločne hľadali Boha a podporovali sa na svojej ceste. Na tento účel sa má vybudovať „Boží dom“, v ktorom nikto nemá žiť v poblúdení a v smútku. **„Boží dom“** je symbolom spoločenstva či obrazom rodiny, ktorej centrom je Boh a v ktorom má prebývať Duch. Stredom tohto spoločenstva je Ježiš Kristus. Benedikt sa menej zameriava na teológiu tohto Božieho domu, viac mu ide o konkrétnu cestu, aby tento dom zostal naplnený duchom láskavosti a milosrdenstva a nie duchom trpkosti a smútku.

V 72. kapitole sa má ozrejmiť čosi z ideálneho vzoru spoločenstva. Benedikt tu mníchom **pripomína dobré úsilie, na ktoré sa majú sústrediť**: „Toto úsilie majú mnísi pestovať s planúcou láskou: nech sa prekonávajú **v obojstrannej úcte**. Svoje **telesné** alebo **charakterové slabosti** nech znášajú vzájomne s **veľkou trpezlivosťou**. Nech sa prekonávajú vo vzájomnej úslužnosti.“ Nikto nech nehľadá vlastnú výhodu, ale skôr **výhodu pre toho druhého**. Majú si prejavovať navzájom a nezištne bratskú lásku. Nech sa s láskou boja Boha. Nech si nekladú nikoho a nič vyššie než Krista, ktorý nás všetkých vo vzájomnosti vedie do večného života." (RB 72, 3-12) Táto kapitola je takmer Benediktovou poslednou vôľou. V nej ešte raz upriamuje mníchov na to, na čo by mali zvlášť dbať. Aj na tomto mieste sa Benedikt v menšej miere venuje teológii spoločenstva, oveľa viacej sa zaoberá podmienkami na vytváranie prospešnej vzájomnosti medzi mníchmi. Z poslednej vety však jasne vyplýva, že naozaj nejde o to, aby sa mnísi cítili osobne šťastnými v spoločenstve, ale o Krista, ktorý je centrom a cieľom ich spoločného hľadania.

Prvou podmienkou toho, aby konkrétne spoločenstvo oživoval Kristov duch tak ako v prvotnej Cirkvi, je **rešpekt a úcta voči druhému**. Kto žije po celý život s niekým spoločne, **pochopí aj slabosti** svojich spolubratov. Pri tom je dôležité **nepodceňovať** nijakého spolubrata, ale stále treba **rešpektovať jeho ľudskú dôstojnosť a tiež v ňu veriť**. Úcta ponecháva druhému jeho

tajomstvo. Zrieka sa snahy všetko sa o tom druhom povyzvedať. Spoločenstvo môže len vtedy trvalé ľudsky spolunažívať, ak zachováva **zdravý pomer medzi blízkosťou a odstupom**. Niektoré moderné spoločenstvá sa po krátkom čase rozpadajú, lebo sa snažia o príliš tesné puto a chcú o druhom vedieť všetko. **Len zdravé napätie medzi samotou a spoločenstvom, medzi blízkosťou a vzdialenosťou, zdôverovaním sa a tajomstvom, na ktoré má každý právo, môže natrvalo vytvárať životaschopné spoločenstvo**.

Druhým predpokladom na spolužitie je ochota či pripravenosť **znášať toho druhého**. Už svätý Pavol vyjadruje Kristov zákon: „**Neste si vzájomne bremená."** (Gal 6, 2) Aj pri tomto musí vládnuť zdravé napätie. Každý konflikt v spoločenstve nesmiem chápať ako kríž, ktorý musím niesť. To by znamenalo ideologizáciu reality. Ideológia ma však oberá o možnosť otvorene konflikty pomenovať a riešiť. Zvádza k masochistickému postoju, ktorý Bert Hellinger zhrnul do vety: „Trpieť namiesto riešiť." No aj pri všetkých snahách problémy **pomenovať a riešiť ešte vždy zostáva dosť toho, čo musíme jednoducho znášať a prijať**. Predovšetkým treba **zniesť** a vydržať skutočnosť, **že spoločenstvo nie je ideálne**, že v ňom žijú nielen bratia a sestry opravdivo hľadajúci Boha, ale aj ľudia, ktorým ide viac o uspokojovanie ich vlastných potrieb, lebo spoločenstvo vyhľadali preto, aby sa mali dobre. Benedikt napísal túto vetu na pozadí skúsenosti, ktorú sám vo svojom spoločenstve prežil, ale aj v napojení sa na myšlienku, ktorú Cassian rozvíja vo svojom 16. rozhovore. Cassian píše: „Kto druhého dokáže znášať a strpieť, je silný, a naopak, kto je slabý, viac disponovaný na choroby, s takým treba zaobchádzať opatrne a jemne, takému treba zavše kvôli jeho tichu, pokoju a zdraviu vyhovieť aj v dôležitých veciach. Lebo nikdy totiž nenesie slabý silného." Áno, Cassian vie, že niektorí chorí bratia môžu byť pre iných veľkou záťažou a zároveň aj výzvou: „Napokon je tiež isté, že slabí od prírody sú hneď pripravení urážať iných, či vyvolať konflikt, ale sami nedokážu tolerovať ani len tieň krivdy." Pravdaže, keď sa niektoré spoločenstvo skladá len zo slabých, môže to ľahko vyvolať jeho štiepenie a zánik. Prinajmenšom sa život v takom spoločenstve stane čoskoro neznesiteľným. Vždy treba mať dostatočný počet silných, aby spolu niesli slabých a vytvárali im priestor na vyliečenie.

Benedikt nežiada len poslušnosť voči opátovi, ale aj vzájomnú **poslušnosť medzi** mníchmi. Tým asi myslí, že bratia sa majú **navzájom počúvať**. Každý prináša do kláštora svoj talent. Každý má osobný spôsob videnia. Spoločenstvo nie je jednoliata kaša. Len dovtedy zostane pestré a životaschopné, kým bude v ňom jeden druhého počúvať a dá priestor jeho hlasu. Mnohé hlasy musia harmonizovať, aby spoločenstvo mohlo súzvučať. Vzájomná poslušnosť medzi bratmi znamená aj to, že každý z nich je pripravený prevziať zodpovednosť za celé spoločenstvo i jednotlivých spolubratov. Splní i takéto požiadavky a nebude krúžiť len okolo vlastných potrieb.

Najdôležitejšia podmienka vydareného spoločenstva väzí v Benediktovej požiadavke: „Nech si vôbec nič nekladú vyššie než Krista, ktorý nás všetkých spoločne vedie do večného života." (RB 72, 117 a ďalej) Túto vetu Benedikt prevzal zo spirituality martýrov. V podobnej forme ju nachádzame aj u Cypriána (+ 258). Benedikt je zjavne presvedčený, že vzájomnosti sa bude dariť len vtedy, keď budú mnísi naplnení duchom martýrov, ich ochotou obetovať sa, ich odvahou úplne sa spoľahnúť na Krista a vydávať o ňom svedectvo. Keď spoločenstvo **krúži len okolo samého seba**, okolo **blaha jednotlivých členov**, tak čoskoro zanikne. Dovtedy sa bude smažiť vo **vlastnej šťave**, kým na to nezahynie. Spoločenstvo potrebuje cit, ktorý ho prevyšuje. Týmto citom musí byť čosi viac, než je spoločná práca. Musí to byť napokon **večný cieľ:** Boh alebo Ježiš Kristus. Len keď je pre mníchov Kristus nadovšetko a nasadia za neho svoje životy, ich spoločenstvo pretrvá.

Z tejto tézy však pre mňa zaznieva ešte aj čosi iné. Skúsenosť so spoločenstvom presviedča, že spoločenstvo nenaplní nijakú z mojich potrieb po domove, po úplnom prijatí mojej osoby, po zabezpečení či stálosti. Spoločenstvo ma bude vždy znova sklamávať. No práve sklamanie zo spoločenstva ma usmerní na Krista. Len keď je Kristus mojím posledným dôvodom, dokážem

v spoločenstve vytrvať. Len keď si nič nevyzdvihnem vyššie nad Krista, môžem spoločenstvo prežívať realisticky. Občas sa mi spoločenstvo stáva miestom, na ktorom sa spájam s Kristom, či už v spoločnej svätej omši, alebo v obohacujúcich rozhovoroch, v ktorých sa jeden druhému zdôverujeme a hovoríme o našom hľadaní Boha. No potom žijem vedno s nimi v ich banálnosti a priemernosti, s ich malomeštiackym uvažovaním a ich krúžením okolo seba a okolo nedôležitých problémov. Keď mi však ide o Krista, tak sa z toho nezosypem, ale vnímam to ako povzbudenie, aby som hlbšie zakotvil v Kristovi a skutočne sa k nemu priblížil. On jediný môže vyplniť moje najhlbšie túžby.

****

Porov:
Štatút Čl. 18
Štatút, Čl. 21-23
Pravidlá, Čl. 7

Program DC :

STREDA

17:00	*príchod, ubytovanie*
18:00	***Úvod***
19:00	*večera a zoznámenie sa*
20:00	***sv. omša s vešperami***

ŠTVRTOK, PIATOK, SOBOTA

07:30	***ranné chvály, meditácia***
08:00	*raňajky*
09:00	***TÉMA***
11:30	***sv. omša***
12:15	*obed*
15:00	***ruženec***
15:30	***TÉMA***
18:00	***vešpery***
18:20	*večera*
19:30	*alternatívny program (zdieľanie)*
21:00	***adorácia, večerné slovko***

NEDEĽA

07:30	***ranné chvály, meditácia***
08:00	*raňajky*
09:00	***TÉMA***
11:30	***sv. omša***
12:15	*obed*