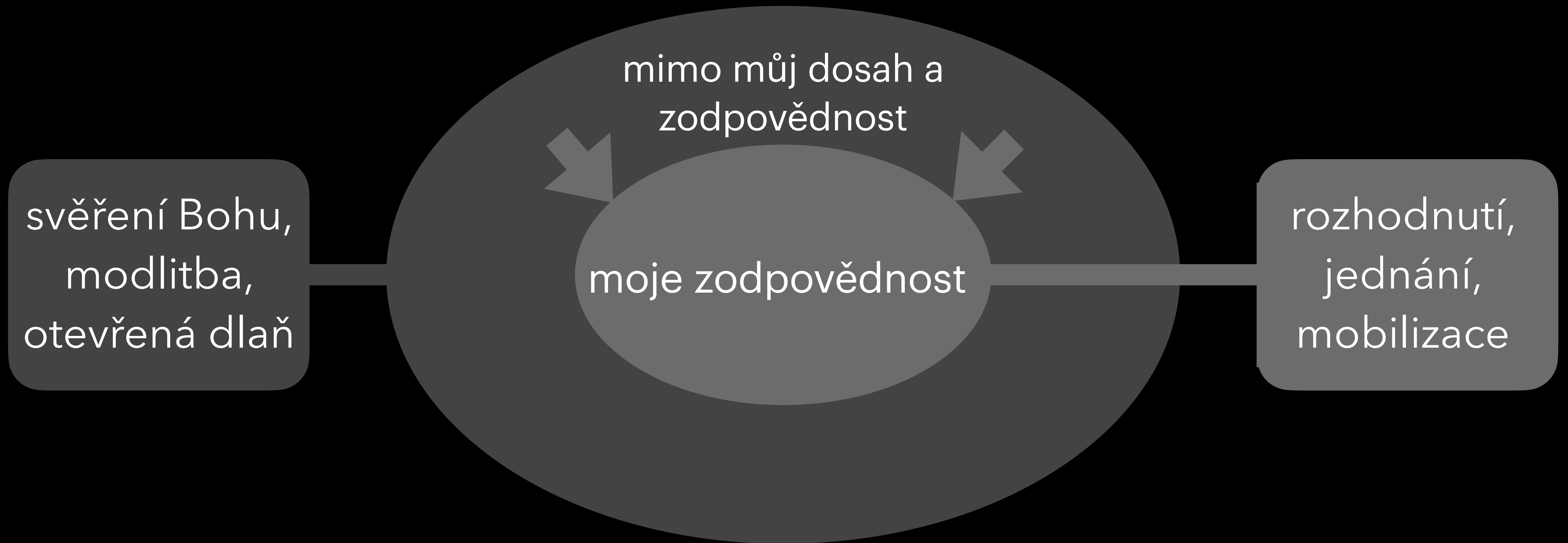


Nic nového pod sluncem

duchovní formování ze dne na den



Zodpovědnost v duchovním růstu



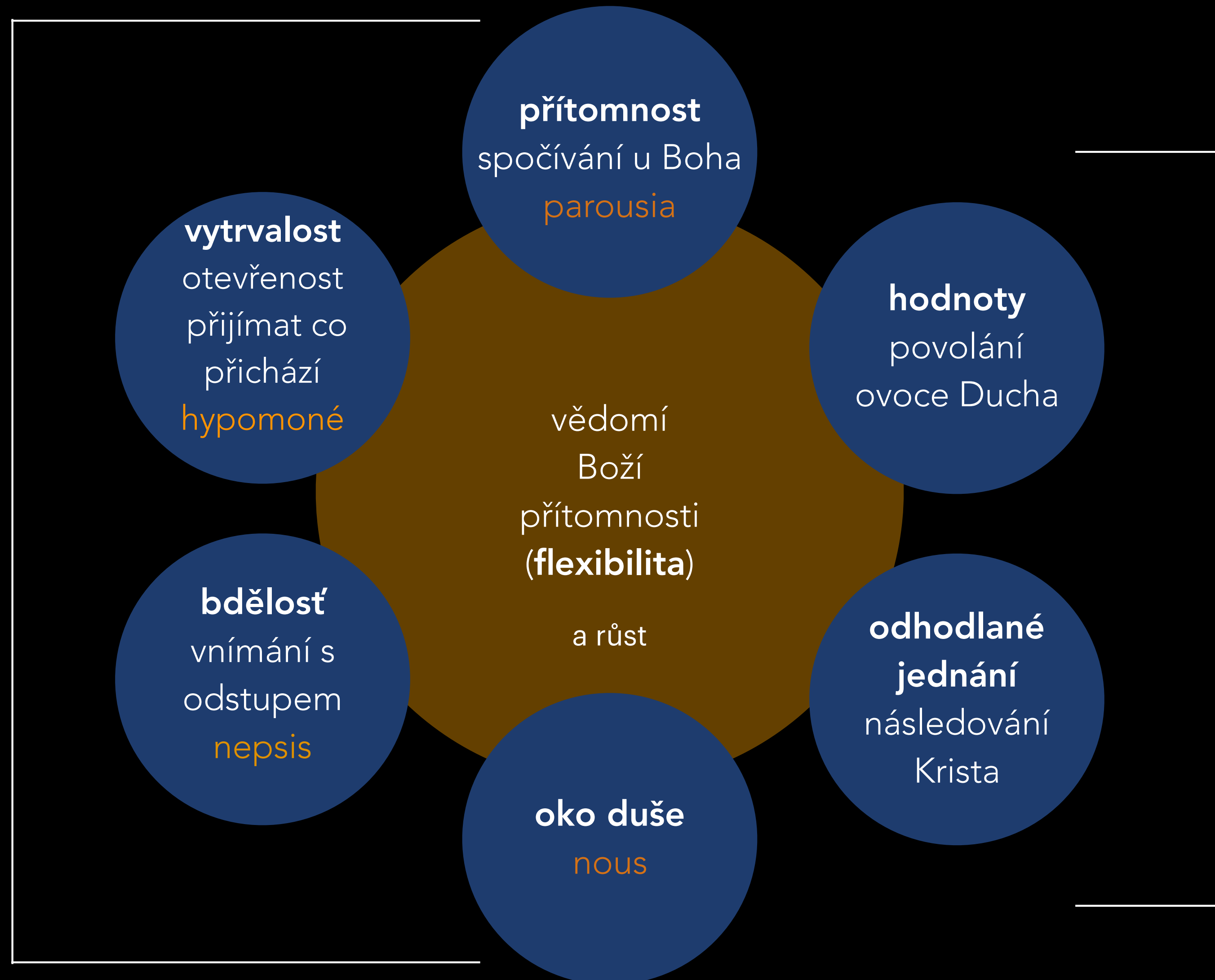


Dvě stránky duchovního života

1. Rozjímání (sedící Marie)
2. Aktivita (sloužící Marta)

Duchovní kompetence

kontemplace
(sedící Marie)



akce
(sloužící Marta)

1. PŘÍTOMNOST (*parousia*)

Stvoření pro Přítomnost

Bůh vstoupil doprostřed ušmudlané reality lidského žití a *tam* se jej musíme učit potkat (Žd 4, 15)

Víra jako "orgán" vnímání duchovních realit (Žd 11,1; Ef 2,6)

Princip - přijmout, kde jsem, a dívat se "nahoru" (Kol 3,1)

Životodárná *bezmoc* přijetí reality

1. Přítomnost: VYHÝBAVOST

> "začarované kruhy" a « úzko »

- vs.: a. spočívání uprostřed toho, co je, b. hledání smyslu a výzvy, c. učení se novému

- "čistá Ježíšova bolest" vs. "ušpiněná Petrova bolest" (Gethsemane)

- vyhýbání se situacím / tématům

- prokrastinace a distrakce

- popření emocí

- jednání, které utiší nepříjemno, ale povede k problémům

1. PŘÍTOMNOST - praxe

Znát se: Jak / kam / před čím unikám z přítomnosti? (co položit na oltář?)

Dát jí prostor:

Modlitby přítomnosti (pobývání před Bohem v různém stylu - najít si vhodné místo, čas, způsob) & lamentování (vs. nadávání na život a starostění)

Rozjímání nad Slovem (meditace, modlitba Slova, Boží charakter, obrazy, smyslové ponoření do bibl. příběhů, apod.)

Kontemplace (v tichu, klidu, bez snahy něco ovlivnit a analyzovat, s plným uvědoměním tady a teď, vč. těla a dechu, nezaujatě si všímat, co odvádí pozornost a vracet se do přítomnosti - 20 min)

Umělecké vyjádření přítomného (svého stavu, situace, duchovní pravdy, obrazu, apod.)

2. VYTRVALOST (*hypomoné*) - principy

- Jakub 1
- trpělivá vytrvalost tváří v tvář pokušení a tlakům, opírající se o křesťanskou naději vycházející z lásky
- schopnost zůstat otevřený, flexibilní, *nezaangažovaný* vůči nepříjemným pochodům a pocitům
- utrpení spolu s Kristem, jeho utrpení spolu s nami (Žd 4,15-16)



2. VYTRVALOST - praxe

“Úzkost, smutek, konflikt... vítejte!”

Všechno můžu v Kristu (Filipským 4, 13)

Utrpení vedoucí k vytrvalosti (Řím 5, 2 - 4, Jakub 1)

Radost v utrpení - 1 Petrova 1, 6; Jk 1

« vlna » (neutíkat, nebojovat/přijmout, vznášet se, nechat plynout čas)

Co bych dělal, kdybych opravdu přijal, co se děje?

Smysluplné vystavení se obávanému

3. BDĚLOST (*nepsis*)

1 Petrova 5, 8 - 9 (Bděte, mějte se na pozoru...) / Mt 24, 42 - 44 (Proto bděte...)

Rozvíjení vnímavosti na to, co se děje (ve mě, kolem mě, nade mnou).

Vytváření prostoru pro bdělé vnímání a pojmenování toho, co vnímám.

Praxe vydávání a přenechávání Bohu (otevřená dlaň)

Rozjímání - cca 20 min - katafatická (obsahová) vs. apofatická modlitba (bez slov zde se sebou před Ním, « dýchání »)

Mt 4, 1 - 11 - Ježíš zůstává v Otcově vůli, na poušť jde pod vedením Ducha, nenechá se svést povídáním Pokušitele, nenechá se pohltit aktuálními "potřebami", a zároveň je nepopírá, spočívá v Přítomnosti



4. MYSL (nous)

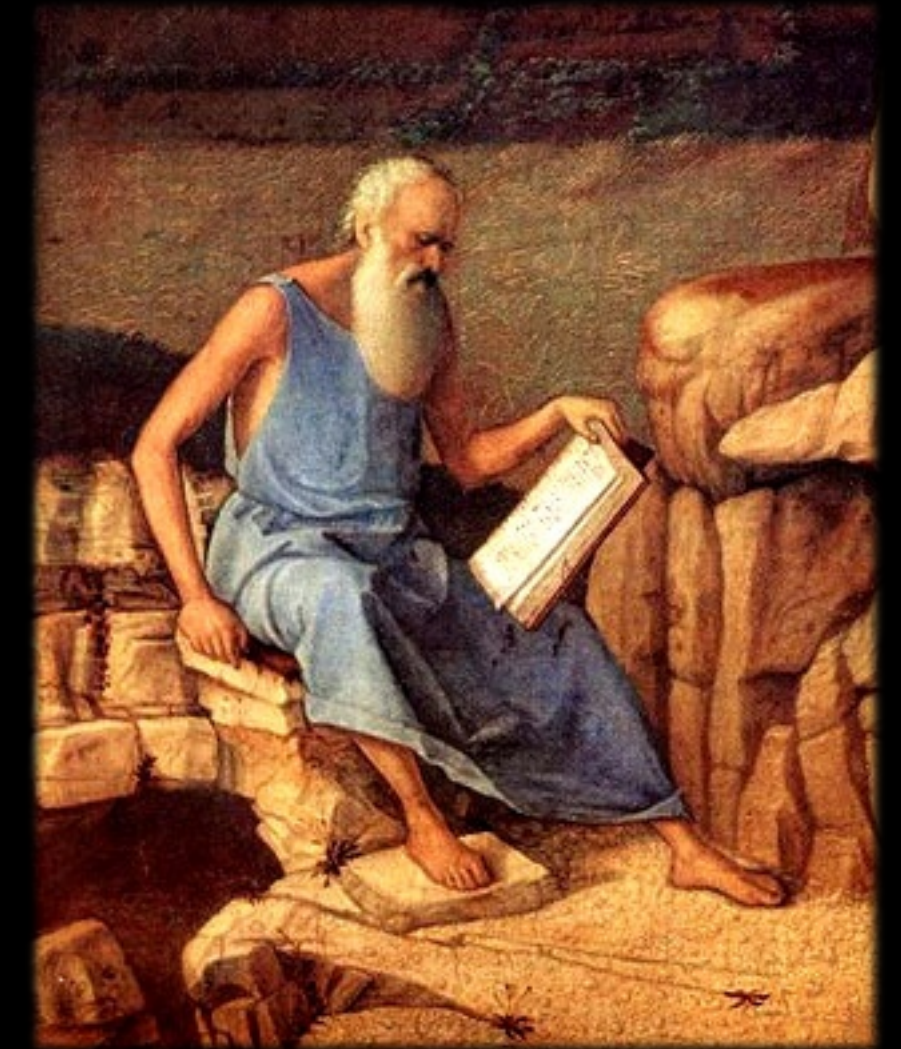
T. Akvinský: nous = oko duše / dianoia = roz-mýšlející mysl

Verbální Já x pozorující Já (je vždy pouze "tady a teď" - jen ono se může postavit do Krista)

Rozjímavá intuitivní mysl učící se spočinout (celkově <---> v Bohu)

Mysl jako chrám

Mysl jako scéna, myšlenky jako herci (mysl a myšlenky jsou dvě odlišné věci) - co se ve mě objevuje vs. kdo jsem « já »



Evagrius: *Pro poznání Boha člověk nepotřebuje duši debatéra, ale duši vidoucího*

4. MYSL (nous) - praxe

Učit se **odlišit** svoji mysl od toho, co v ní zní/vyvstává - věnování pozornosti, co mi běží hlavou:

Učit se vnímat automatizovaný dialog v mysli (i myšlenkový "šum") a nesplývat automaticky se svými myšlenkami.

Vyvést obsahy mysli na světlo: myšlenky nejsou pravdivé ani rozumné ani hodné váhy jen proto, že je mám v hlavě.

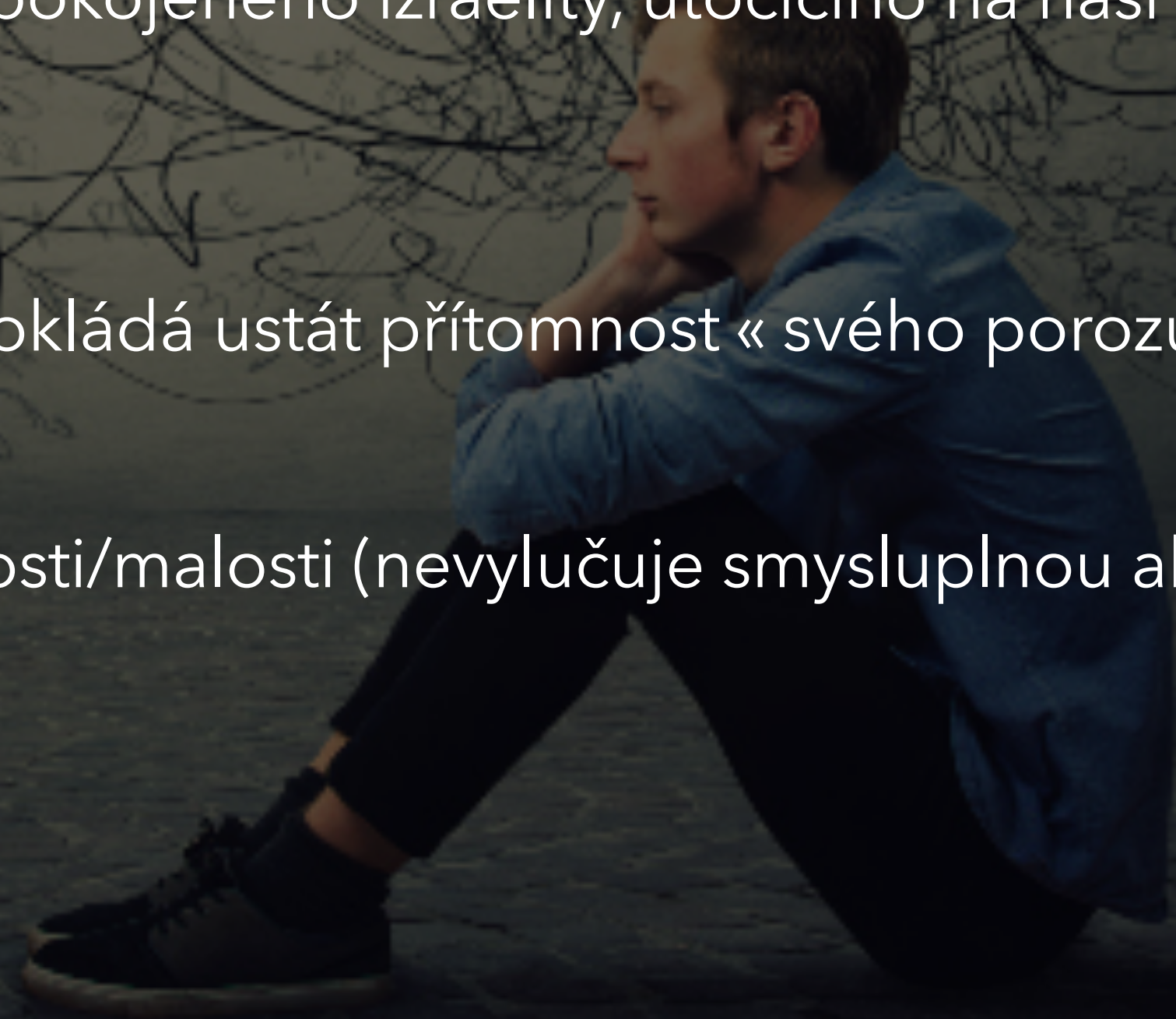
Přijímat, že je mám, **nechat** je "plavat", « dívat se spolu s Ním »,

Některá slova v mysli jsou hlasem farizeje/pokušitele/nespokojeného izraelity, útočícího na naši identitu, stavící nás pod falešný soud.

Př 3, 5 Učit se **spoléhat** na Jeho porozumění (a čas) - předpokládá ustát přítomnost « svého porozumění »

Starosti, usilující o ovládnutí našeho světa x přijetí zranitelnosti/malosti (nevylučuje smysluplnou akci a zodpovědnost)

Vystavení se svému příběhu



5. POKLADY / HODNOTY / CNOTI / OVOCE

Reálně praktikované hodnoty jako (poněkud rozbitý) vnitřní kompas - o co mi skutečně jde? (« tělesné sklony »)

Dobře zakotvený duchovní život (rozjímající Marie) nese ovoce (hodnoty/cnosti ztělesnění v životě mezi lidmi).

Máme (obvykle málo vědomě využitou) svobodu volit hodnoty - čemu *podřizuji* jednání?

Ukládání pokladu (Mt 6,19) - kde? - pouštění pseudohodnot falešného bezpečí a jistoty pro věčné hodnoty

Hodnoty k žití vs. cíle k naplnění?

Život "zvenku" - z povolání nejdřív v malém: nový den = nové skutky připravené Bohem - definice povoláním, které dostávám, nikoliv "mnou"

Princip: i když se nic nezmění na tom, co nemám pod kontrolou (a nebudu ztrácet energii a čas tím, že se tomu budu vyhýbat anebo se zlobit, že to tak je), pro/jak co mi dává smysl žít?

6. AKCE - odhodlané jednání

Vzít **svůj kříž** a následovat (Mt 16, 24)

Zužitkování všeho předtím (pro které ovoce ducha je/byl v této situaci prostor?)

Problém s vyhýbavostí je, že povolání je často tam, kde naše dary kolidují s našimi břemeny a obavami

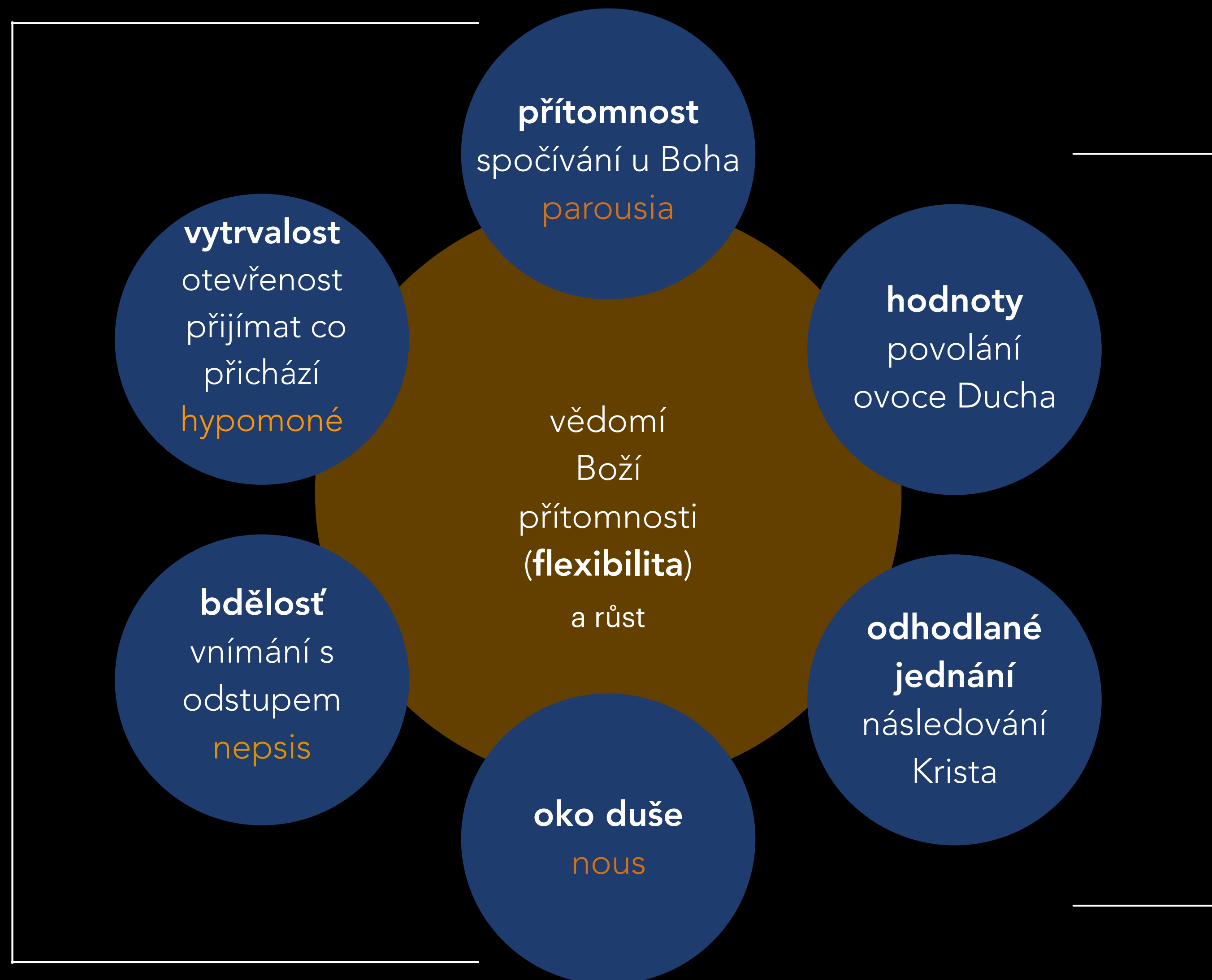
Chůze za Ježíšem po vodě (Petr - Mt 14 On nás zajišťuje (dobrý Bůh), my máme jít (versus. my se staráme a on má jít podle nás)

1. přenechat mu kontrolu
2. vykročit

Nechat Je žít skrze mě / **vstupovat** do skutků, které připravil (nemusím je vygenerovat, jen si jich všimnout a jít)

Duchovní kompetence

kontemplace
(sedící Marie)



akce
(sloužící Marta)