

... alebo o tom, že vnútorná modlitba je súčasne najľahšia i vôbec nie ľahká vec.

BOŽIE SLOVO:

(Lk 6, 12)

Čítanie zo sv. evanjelia podľa Lukáša: *V tých dňoch Ježiš vyšiel na vrch modliť sa a strávil celú noc v modlitbe s Bohom. Počuli sme Božie slovo.*

KATECHÉZKA

(porov. www.inky.sk, katechézy / úvahy č. 41, 94, 110-114, 180),

Ako vyzerala Ježišova modlitba, keď ňou osamote strávil celú noc? Recitoval žalmy? Hovoril niečo vlastnými slovami, celú noc? Alebo čo? Myslím, že spôsobu, akým sa Ježiš modlil, je najbližšie práve vnútorná, kontemplatívna modlitba. Teológovia hovoria, že to je dôvod, prečo nikde v Písme nevidíme, že by sa Ježiš modlil *spolu* s učeníkmi. Učí ich modliť sa Otčenáš, v Getsemanoch ich prosí, aby sa modlili s Ním – ale potom „*sa od nich vzdialil asi toľko, čo by kameňom dohodil, kľakol si a modlil sa*“ aj tak sám (Lk 22, 41). Prečo? Učeníci jednak na takúto modlitbu ešte neboli zvyknutí, nikdy sa takto nemodlili. A potom, ešte stále nemali ten vzťah s Bohom, ktorý mal Ježiš a ktorý je vlastný iba deťom Boha, plným Ducha Svätého a bez ktorého niet ani vnútornej modlitby!

Vnútorná modlitba je totiž niečo detsky prosté a jednoduché. Stalo sa vám, že ste boli s nikým drahým, s niekým, koho hlboko milujete a len ste tak spolu sedeli, mlčali a vaše srdcia prekypovali plnosťou a radosťou a láskou? *Vnútorná modlitba* je presne takéto mlčanlivé zotrúvanie s Bohom, ďaleko za hranicou slov, obrazov, myšlienok, kde v mlčaní sa srdce dotýka Srdca a medzi nimi sa odohráva niečo, čo presahuje slová, presahuje myšlienky, presahuje Vesmír, presahuje človeka! Alebo sa vám stalo, že ste sa na niečo „zapozerali“ a v tej chvíli ste na nič nemysleli, neuvažovali, nesúdili, neanalyzovali, len ste hľadeli, uchvátení tým, čo ste videli? Toto je *kontemplácia*, takéto hľadanie na Boha, bez slov, bez myšlienok, číre hľadanie, predchut' *blaženého videnia* Neba!

Je tu ale jeden rozdiel. Priateľa na lavičke vedľa seba vidíte očami, rovnako to, v čom sa očami kocháte. S Bohom je to inak. *My sami a celý náš svet a Vesmír existuje ako „slovo“, myšlienka v mysli Boha. Boh na nás myslí – a my existujeme. A tak, ako naše vlastné myšlienky nemôžu vyjsť von z našej hlavy a pozrieť sa na nás zvonka, ani my nemôžeme nijako „vyjsť“ z Boha a nejako sa naň očami pozrieť. Ba keby sme to dokázali očami vidieť, potom by to naisto nebol Boh, pretože vidieť očami môžeme len to, čo je súčasťou nášho sveta – a Boh nie je, naopak, náš svet jestvuje v Bohu. Ak by sme to videli očami, potom by to bol nejaký tvor alebo len nejaký obraz, len „videnie“, zjavenie – ale nie sám Boh! Preto Ježiš hovorí: „U Prorokov je napísané: „Všetkých bude učiť sám Boh.“ A každý, kto počul Otca a dal sa poučiť, prichádza ku mne. ⁴⁶ Nie že by bol niekto videl Otca; iba ten, ktorý je od Boha, videl Otca. Vy ste zdola, ja som zhora. Vy ste z tohto sveta, ja nie som z tohto sveta“* (Jn 6, 45-46; 8, 23). On Otca videl – tam, Vonku. My nie, lebo sme vnútri.

Ako teda môžeme vidieť Boha, inak, ako očami – tak, aby nás mohol učiť týmto neopísateľným vnútorným spôsobom? Francúzsky filozof Rémi Brague vysvetľuje: „*Vyjdime z vety amerického matematika a filozofa C. S. Peirce: „Aby sme uvideli Boha, stačí otvoriť oči a srdce, ktoré je tiež orgán vnímania.“ To neznamená, že by poznanie Boha bolo z radu vnemov, ktoré stoja v protiklade k iným schopnostiam, ako je napríklad inteligencia. Ak na poznanie Boha stačí „otvoriť oko, a to správne“, ktoré je to správne oko? A do akej miery je aj srdce orgán vnímania? Čo je srdce? Všetci máme na pamäti Pascalov výrok „Boh poznateľný srdcom, nie rozumom...“, ktorý však neznamená, ako sa stále často myslí, že je dostupný cestou citovosti. Pascal chce povedať: existuje orgán poznania Boha, ktorý ho vníma svojbytným spôsobom. „Hľadať“ Boha znamená ísť ho hľadať tam, kde je. Teda obrátiť sa v pôvodnom platónskom slova zmysle - „otočiť sa správnym smerom“. To mimochodom nie je nijako pohodlné. Nestačí povedať alebo si predstaviť, že hľadáme Boha, a už ho hľadáme naozaj. Pascal, aby sme ho znova zmienili, nás varuje pred podobnou zámenou: „Ludia si často pletú vlastnú predstavivosť so srdcom a myslia si, že sa už obrátili, akonáhle pomýšľajú na obrátenie.“ Naopak, keď naozaj hľadáme Boha tam, kde je, platí zásadné pravidlo, ktoré je napokon aj v evanjeliu: „Kto hľadá, nachádza“ (Mt 7,8).“ Existuje teda orgán, zmysel, ktorým sme od Boha vystrojení, ktorý je schopný vnímať Boha podobne, ako oko vníma svetlo a ucho vníma zvuk, ale ako napríklad aj akýsi vnútorný zmysel v nás vníma a chápe trojrozmernosť priestoru, v ktorom žijeme. Iní mystici tento zmysel pre Boha nazývajú aj *hlbina duše* či *špička duše* a podobne. Vnútorná modlitba znamená prísť na toto miesto – nielen o tom uvažovať a predstavovať si to, ako pred tým varuje Pascal, ale skutočne tam vojsť! A tam potom zotrvať, za hranicou slov, za hranicou rozumu, v hlbokom mlčaní celého nášho bytia *vnímať* Boha, ktorý sa zjavuje.*

Tu narážame na niekoľko problémov. Prvým je, že sme tam najskôr ešte nikdy neboli. Je to pre nás, nové, musíme sa tomu naučiť. Druhým je, že sme si za celý život navykli žiť *povrchne*, na povrchu, vo svete svetských vnemov, obrazov, vecí, myšlienok. Mlčať a na nič nemyslieť – to je niečo, čo nám sprvu pripadá až nemožné. A keď sa o to pokúsime, hneď na nás vyskakujú milióny myšlienok, obrazov, spomienok, predstáv. A aj keď sa na okamih stíšime, hneď sa v nás objaví myšlienka, ktorou sami seba hodnotíme: *Už sa mi to podarilo, už mlčím, už na nič nemyslím?*

Ako sa z tohto zakliateho väzenia našej mysle vymaniť? Prvou podmienkou je láska. Láska k Bohu. Toto mlčanie nie je samoučelné, nemlčíme preto, že túžime po mlčaní. Nesústredíme sa na mlčanie. Je výsledkom toho, že sme upriamení na Milovaného, že sme uchvátení, *zaujatí* láskou, ktorá nás naplní tak, že všetko ostatné ide do úzadia a nám bohato stačí v tejto láske byť a mlčať.

DO PRAXE

Vnútorná modlitba nie je výsledok techniky. To ale neznamená, že nám technika nemôže pomôcť. V skutočnosti takéto technika jestvuje v kresťanstve od nepamäti. Bohužiaľ, dnes je medzi bežnými katolikmi takmer úplne zabudnutá, ani netušia, že niečo také jestvuje. Až tak, že v túžbe po niečom takom sa snažia učiť of jóginskej alebo budhistickej znovej meditácie, aj keď tie nemajú v sebe nič z hĺbky vnútornej kontemplatívnej modlitby a sú „z núdze cnosť“ ľudí, ktorí ešte Boha nespoznali a miesto toho si našli spôsob sústredovania sa na seba. V poslednej dobe napríklad trojica mníchov, Thomas Keating, William Meninger a Basil Pennington pomáhajú pod názvom *centering prayer, modlitba prijatia* katolikom znova objaviť toto obrovské bohatstvo katolíckej kontemplatívnej modlitby. Ponúkajú túto jednoduchú metódu vnútornej modlitby založenú na ich znalostiach kresťanských duchovných klasikov, ako je Oblak nevedenia, spisy púštnych otcov a matiek, sv. Terézie z Avily, sv. Jána z Kríža, Thomasa Mertona a samotného Písma.

Jej tajomstvo spočíva v tom, že obzvlášť sprvu, kým dospejeme k skutočnej *modlitbe pokoja*, kde už nie je nič, než mlčanie v Bohu a Boh je Bohom vo všetkom, potrebujeme niečo ako kotvu, ktorá nás, naše roztárané myšlienky, vždy vráti späť, do prítomnosti, do reality, do mlčania, k Bohu. Najčastejšie je to jednoduché slovo. Podľa autora *Oblaku* by sa mala zmeniť už len na jedno slovo, dokonca jednoslabičné - ako napríklad 'Boh'. Toto slovo totiž už nemá zmysel v tom, že by nás malo naplňovať nejakým obsahom, ale je len kotvou sústredenia sa, zotrúvania pred Bohom. Preto jedno, preto krátke, ideálne jedna slabika. *Podobá sa úderu gongu, ktorý upúta našu pozornosť a prekryje ostatné rušivé zvuky.* Tak aj toto slovo, z času na čas v duchu myslou vyslovené, nás má iba ako onen *zvuk gongu*, vrátiť z roztržitosti späť do prítomnosti a reality, do zotrúvania pred Bohom. Na rozdiel od východných meditácií sa nesústredíme na slovo, ani na jeho zvuk, ale na Boha. V duchu toto slovo vyslovíme a necháme, aby v nás jeho ozvena znela *práve ako onen zvuk zvona alebo gongu*, aby z nás vytlačila a dohnala iné rušivé myšlienky a obrazy, vyčistila a tak stíšila našu myseľ a my sme sa znovu vrátili do prítomnej reality, pred Pána.

(pokračovanie nabudúce)