

Jacques Philippe

ÚVOD

ČAS PRO BOHA

O vnitřní modlitbě



V západní katolické tradici se „vnitřní modlitbou“ nazývá taková modlitba, při níž člověk o samotě a v tichu setrvává delší či kratší čas před Boží tváří, v touze vytvářet s Pánem důvěrný a láskyplný vztah. Všichni duchovní učitelé jsou zajedno v tom, že „věnovat se modlitbě“ znamená pěstovat pravidelně tuto formu modlitby. Je to považováno za neodmyslitelný prostředek opravdového křesťanského života, za prostředek *par excellence*, který umožňuje poznávat a milovat Boha – právě modlitba nás uschopňuje odpovědět na povolání ke svatosti, jež se týká každého člověka.

Je radostné vidět, kolik lidí dnes žízní po Bohu. Mnozí křesťané touží po hlubokém modlitebním životě, chtějí se „věnovat se modlitbě“. Narážejí však na překážky, které jim brání na tuto cestu vykročit, ale hlavně na ní vytrvat. Někdy se jim nedostává potřebného povzbuzení, aby se rozhodli s modlitbou začít. Častokrát zbytečně bloudí, protože vlastně dobře nevědí, jak a kudy se do toho pustit. Jindy zas po opakovaných pokusech při nesnázích malomyslní a vnitřní modlitbu opouštějí.

Je to obrovská škoda, neboť právě vytrvalost v modlitbě je onou úzkou branou vedoucí do Božího království, na tom se shodují všichni svatí. Modlitba je pramenem pravého štěstí, neboť kdo je v ní věrný, „okusí a uvidí, jak je Hospodin dobrý“ (srov. Žl 34,9) a nalezne živou vodu, již Ježíš přislíbil: „Kdo se však napije vody, kterou mu já dám, nebude žíznit navěky“ (Jan 4,14).

O této pravdě jsem hluboce přesvědčen, a proto bych v této knížce rád poskytl pár jednoduchých a konkrétních rad či zásad, jež by mohly pomoci všem lidem dobré vůle, kteří se chtějí modlit. Jde o to, aby mohli kráčet po cestě vnitřní modlitby, aby na ní dokázali vytrvat a nenechali se odradit obtížemi, s nimiž se na své cestě nevyhnutelně setkají.

Pojednání o modlitbě existuje spousta a všichni velikáni kontemplace o ní hovořili mnohem lépe, než bych to dokázal já – proto je budu častokrát citovat. Nicméně mám dojem, že tradiční učení církve je třeba dnešním věřícím předkládat jednoduše a všem přístupnou formou, přizpůsobenou současnému vnímání a jazyku. Zároveň je dobré brát zřetel na Boží pedagogiku, kterou Pán ve své moudrosti dnes používá ve vztahu k duším, aby je přiváděl ke svatosti; zdá se, že je v lecčems jiná než v minulých staletích.

Tento dvojí úmysl jsem sledoval při svém psaní.

I. ZÁKLADEM MODLITBY JE MILOST

1. Modlitba není křesťanská jóga

Chceme-li v životě modlitby vytrvat, je třeba se hned zkraje pečlivě vyhýbat falešným a zavádějícím cestám. Potřebujeme pochopit, co je na křesťanské modlitbě zvláštní a čím se liší od jiných duchovních cest. Právě dnes to nabývá na důležitosti, neboť reakcí na materialismus naší kultury je žízeň po nekonečnu a mystice, po komunikaci s Neviditelným. Tato žízeň je sama o sobě dobrá, mnohdy však vede ke klamným, ba dokonce sebeničivým zkušenostem.

Než pokročíme dál, musíme pochopit první základní pravdu, která spočívá v poznání, že vnitřní modlitba (neboli kontemplativní modlitba) není plodem nějaké techniky, ale je darem, jež máme přijmout. Svátá Jana de Chantal prohlásila: „Nejlepším způsobem modlitby je žádný způsob nemít, poněvadž modlitby nelze dosáhnout dovedností (dnes bychom řekli technikou), nýbrž milostí.“ Neexistuje tedy metoda modlitby ve smyslu jakési „kuchařky“ – postupů, jež by stačilo aplikovat, abychom se dokázali dobře modlit. Pravá kontemplativní modlitba je dar,

který Bůh dává zdarma, jen je třeba pochopit, jak jej přijmout.

Na tom musíme trvat. V současné době totiž lidé mívají (více či méně vědomě) falešnou představu o životě modlitby, jako by šlo o nějakou křesťanskou jógu. Děje se to především kvůli velkému rozšíření východních meditačních praktik, jako je právě jóga, transcendentální meditace, zen a podobně, ale také kvůli moderní mentalitě, jež chce všechno redukovat na efektivní postupy a techniky. Svou roli zde hraje i neustálé pokušení lidského ducha učinit ze života – i z toho duchovního – něco, s čím bychom mohli manipulovat po svém. V takové „modlitbě“ se postupuje pomocí mentální koncentrace a vyprazdňování mysli; používají se k tomu různé dechové techniky a tělesné postoje, jakož i opakování určitých formulek (manter) apod. Osvojení těchto praktik jedinci slibuje, že dosáhne vyššího stavu vědomí. Tato perspektiva, ze které vychází většina orientálních metod, dnes mnohdy ovlivňuje i pojetí křesťanské modlitby a mystiky a nahlíží je pak naprosto pomýleným způsobem.

Zásadní omyl spočívá v tom, že se tyto cesty spoléhají na metody, u nichž je nakonec rozhodující lidské úsilí, zatímco v křesťanství je podstatná milost, zdarma daný Boží dar. Je pravda, že lze nalézt jistou příbuznost mezi východním asketou či „du-

chovním člověkem“ a kontemplativním křesťanem; tato příbuznost je ovšem čistě vnějšková. V jádru věci jde o dva rozdílné, ba dokonce neslučitelné světy.¹

Základní rozdíl už jsme naznačili. V prvním případě se jedná o techniku, o aktivitu, která závisí téměř výhradně na člověku a jeho schopnostech – jakkoli se často poukazuje na zvláštní vlohy, jež by u obyčejného smrtelníka zůstaly ležet ladem a které má právě meditační technika pomoci objevit a rozvíjet. Ve druhém případě se naopak jedná o Boha, jenž se svobodně a zdarma dává člověku. Ačkoli uvidíme, že i tady má určitá iniciativa a aktivita ze strany člověka své místo, celý život modlitby závisí především na Boží iniciativě a na jeho milosti. To bychom měli mít vždycky na zřeteli: I kdybychom totiž neupadli do výše popsanych

¹ Všimněme si, že mezi křesťanskou spiritualitou a duchovností inspirovanou nekřesťanskými mudrci Asie existuje další podstatný rozdíl: Cílem duchovní cesty asijských náboženství bývá ve skutečnosti buď absolutizace Já, nebo jistý druh splynutí se Vším, vyhnutí se utrpení potlačením touhy a rozplynutí individuality. V křesťanství je cílem života modlitby něco úplně jiného, totiž proměna v Bohu, která probíhá jako láskyplné sjednocení osoby s osobou. Je to hluboké spojení, jež však respektuje odlišnost osob – právě z toho důvodu, aby mohlo jít o vzájemné darování se v lásce. Proto je důležité být velmi bdělý k proudům, které se šíří pod označením *New Age*. Jedná se o synkretismus, kde se mísí astrologie, reinkarnace, orientální moudrost a další podobné nauky. Jde o moderní formu gnóze, jež popírá Vtělení Boha v Ježíši Kristu a nabízí iluzorní pokus o sebeuskutečnění bez milosti (pravý opak toho, o čem mluvíme v této knížce), bez skutečného vztahu k druhému, a nakonec tedy i bez skutečné lásky.

zmatků, neustále jsme pokoušeni v tom směru, abychom svůj duchovní život zakládali na svém vlastním úsilí, a nikoli na Božím milosrdenství, které se nabízí zdarma.

Důsledky právě řečeného jsou četné a velice významné. Na některé se nyní podíváme blíže.

2. Co z toho plyne

Z podstaty křesťanské modlitby vyplývá, že ačkoli nám metody a různá cvičení mohou při modlitbě pomoci, nesmíme jim přikládat velkou důležitost ani na nich příliš stavět. To by totiž znamenalo, že středem naší modlitby jsme my sami, a nikoli Bůh; tuto chybu nesmíme udělat! Také bychom neměli uvěřit tomu, že bude stačit trocha tréninku či osvojení si pár triků, a zbavíme se všech potíží s modlitbou, své roztržitosti atd.

Naštěstí se náš růst v duchovním životě řídí zcela jinou logikou. Kdyby totiž budova naší modlitby stála jen na našich schopnostech, neměla by pevné základy. Svátá Terezie z Ávily tvrdí, že „celá stavba modlitby stojí na pokoře“, tedy na přesvědčení, že sami ze sebe nemůžeme dělat nic, že původcem každého dobra v našem životě je Bůh – jedině on! Takové přesvědčení může naší pýše připadat

poněkud hořké. Je však velmi osvobozující, neboť Bůh, který nás miluje, nás přitahuje nekonečně dál a výš, než kam bychom dospěli vlastními prostředky a silami.

Tento princip v sobě nese ještě další osvobozující důsledek. Pokud jde o metody a techniky, někteří lidé k nim mají nadání, jiní nikoli. Kdyby byl život modlitby jen záležitostí techniky, někteří lidé by byli schopni kontemplativní modlitby, a jiní ne. Je sice pravda, že někdo se umí lépe usebrat a zabývat se krásnými myšlenkami více než někdo jiný, ale na tom vůbec nezáleží. Každý z nás může žít hlubokým modlitebním životem, a to podle své osobnosti, se svými dary i slabostmi. Stačí, aby člověk věrně odpovídal na Boží milost, neboť povolání k modlitbě, k mystickému životu, ke sjednocení s Bohem je stejně všeobecné jako povolání ke svatosti, přičemž jedno bez druhého nefunguje. Nikdo není vyloučen z povolání k modlitbě – naprosto nikdo! Ježíšova slova: „Bděte a modlete se v každé době“ (Lk 21,36) nebo: „Když se však modlíš ty, vejdi do své komůrky, zavři dveře a modli se k svému Otci, který je ve skrytosti, a tvůj Otec, který vidí i to, co je skryté, ti odplatí“ (Mt 6,6) přece nejsou určena nějaké elitní skupině křesťanů, ale všem bez rozdílu. Existuje ovšem další důsledek zmíněného rozdílu, který se promítne do celého našeho

dalšího výkladu. Není-li život modlitby technika, již máme ovládnout, ale milost neboli Boží dar, který máme přijmout, není až tak důležité hovořit o metodách a návodech; spíše je třeba vysvětlit, za jakých podmínek lze tento dar přijmout. Tyto podmínky spočívají v určitých vnitřních postojích, v jistém nastavení srdce. Jinak řečeno, to, co zajišťuje pokrok života modlitby a dává mu plodnost, není ani tak způsob, jakým se modlíme, ale spíše vnitřní dispozice, s nimiž k životu modlitby přistupujeme a kráčíme v něm. Naším hlavním úkolem tedy bude snažit se osvojit si potřebné postoje srdce, uchovat si je a dále je prohlubovat; zbytek již bude dílo Boží.

Nyní se podívejme na některé z těchto důležitých postojů blíže.

3. Víra a důvěra coby základna modlitby

První a nejzásadnější dispozicí je postoj víry. Jak ještě uvidíme, život modlitby s sebou přináší boj a v tomto boji je základní zbraní právě víra.

Víra je schopnost věřícího člověka, aby se choval nikoli podle dojmů, předsudků nebo názorů ze svého okolí, ale podle toho, co mu říká Boží slovo, které nemůže lhát. V tomto smyslu je ctnost víry základem modlitby. Její uskutečňování má různé aspekty.

Víra v Boží přítomnost

Když se pouštíme do modlitby, ať už ve svém pokojíku, v nějaké modlitební místnosti, nebo před Nejsvětější svátostí, musíme z celého srdce věřit, že Bůh je přítomen. Bůh je zde, je nám nablízku, dívá se na nás a miluje nás; nezávisle na tom, co cítíme nebo necítíme, nezávisle na našich zásluhách, vzdělání, schopnosti či neschopnosti rozvíjet krásné myšlenky, bez ohledu na stav našeho nitra: On je zde nikoli proto, že si to zasloužíme, ale protože to slíbil: „Když se však modlíš ty, vejdi do své komůrky, zavři dveře a modli se k svému Otci, který je ve skrytosti, a tvůj Otec, který vidí i to, co je skryté, ti odplatí“ (Mt 6,6).

Jakkoli se cítíme vyprahlí či ubozí, i kdybychom měli dojem, že je Bůh vzdálený, ba dokonce že nás opustil, nikdy bychom neměli zpochybňovat to, že Bůh je přítomný a miluje a přijímá každého, kdo se modlí. „A kdo ke mně přijde, toho jistě neodmítnu“ (Jan 6,37). Bůh je tu mnohem dříve, než se my postavíme do jeho přítomnosti, to on nás zve k setkání. Vždyť on je náš Otec, vyhlíží nás a stojí o vzájemný vztah s námi (*communio*) více než my sami. Ano, Bůh po nás touží nekonečně více než my po něm.

Víra v to, že všichni jsou povoláni k modlitbě

Můžeme narážet na spoustu nesnází, potýkat se s vlastním odporem a námitkami, ale musíme pevně věřit, že všichni bez výjimky jsou povoláni k životu modlitby, v němž se jim Bůh chce sdílet. A nezáleží na tom, zda jsme lidé učení či nevzdělaní, spravedliví nebo hříšníci, vnitřně vyrovnaní či hluboce zranění. Bůh je ten, který nás volá, a poněvadž je spravedlivý, daruje všem nezbytné milosti, aby v modlitbě dokázali vytrvat a aby se z jejich modlitby stala hluboká a nádherná zkušenost sdílení jeho vnitřního života (*communio*). Modlitební život není vyhrazen pro elitu „duchovních lidí“, ale nabízí se všem.

Evangelium jsou cizí postoje typu „to není pro mě, to je dobré pro lidi svatější a lepší než já“. Je třeba věřit, že Bůh nám dá potřebnou sílu vytrvat, a to navzdory našim potížím a slabostem.

Víra v plodnost života modlitby

Pán nás volá k životu modlitby, neboť ona je pro nás pramenem nekonečných dober. Vnitřně nás přetváří, posvěcuje a uzdravuje, dává nám poznávat a milovat Boha, rozněcuje naši horlivost a velkodušnost lásky k bližnímu. Člověk, který začíná

s modlitebním životem, si může být naprosto jistý, že pokud vytrvá, získá tohle všechno a mnohem víc.

A přestože někdy míváme dojem, že opak je pravdou – že život modlitby je neplodný, že přešlapujeme na místě, že modlitbou se nic nemění –, jakkoli se nám může zdát, že očekávané plody ve svém životě nevidíme, nemáme ztrácet odvalu, ale rozhodně být přesvědčeni o tom, že Bůh svůj příslib naplní: „Proste, a dostanete; hledejte, a naleznete; tlučte, a otevře se vám! Neboť každý, kdo prosí, dostává, a kdo hledá, nalézá, a kdo tluče, tomu se otevře“ (Lk 11,9-10). Kdo vytrvá v důvěře, obdrží nekonečně víc, než by se odvážil žádat či očekávat. Nikoli proto, že si to zaslouží, ale proto, že to Bůh zaslíbil.

Často přichází pokušení, abychom zanechali vnitřní modlitby, poněvadž hned nevidíme její plody. Musíme jej záhy zažehnat úkonem víry v Boží příslib, který se naplní v pravý čas. „Bratři, vydržte všechno trpělivě až do té doby, kdy přijde Pán. Podívejte se na rolníka, jak čeká na drahocennou úrodu! Čeká na ni trpělivě, až přijde podzimní a jarní déšť. Vydržte i vy trpělivě a posilněte svá srdce, neboť příchod Páně je blízko“ (Jak 5,7-8).

OBSAH

Úvod.....	5	2. Zraněné srdce	86
I. Základem modlitby je milost.....	7	3. Naše srdce je též srdcem církve	92
1. Modlitba není křesťanská jóga.....	7	IV. Vnější podmínky modlitby	99
2. Co z toho plyne.....	10	1. Čas	100
3. Víra a důvěra coby základna modlitby	12	2. Místo	102
4. Věrnost a vytrvalost	16	3. Tělesné postoje.....	104
5. Čistota úmyslu.....	17	V. Některé metody modlitby	107
6. Pokora a chudoba srdce	20	Úvod.....	107
7. Odhodlání vytrvat.....	23	1. Rozjímání	108
8. Cele se dát Bohu	41	2. Modlitba srdce.....	113
II. Jak využít čas k modlitbě.....	49	3. Růženec.....	116
Úvod.....	49	4. Jak reagovat na některé těžkosti	118
1. Když obsah modlitby není problém	51	Dodatek 1	
2. Primát Božího konání.....	57	<i>Metoda rozjímání</i>	
3. Primát lásky.....	60	<i>otce Françoise Libermannna (1802–1852)</i>	
4. Bůh se dává skrze Ježíšovo lidství.....	66	<i>z kongregace spiritánů.....</i>	123
5. Bůh přebývá v našem srdci	72	1. Adorace.....	124
III. Růst v modlitbě	79	2. Rozjímání	126
1. Od rozumu k srdci.....	79	3. Předsevzetí.....	127
		Dodatek 2	131
		<i>Praktikování života v Boží přítomnosti</i>	
		<i>podle bratra Vavřince od Vzkříšení OCD</i>	
		<i>(1614–1691)</i>	131