



Postní duchovní obnova s koronavirem

Letošní postní doba je zvláštní a kříží naše plány a představy o jejím prožití. Hrůza!? Je tu realita koronavirové epidemie a je tu náš duchovní postoj - ona „kouzelná hůlka“, která proměňuje i prach či dokonce hnůj v poklad. Nic neexistuje bez vztahu k Bohu, nic, kde bychom nemohli použít hůlku, děkovat a měnit sebe (přínejmenším) a okolí. Ne svou silou ovšem, ale silou Krista, ve spojení s Ním.

Chvála Tobě, Pane, který proměňuješ i zlo v dobro.

Máme možnost volit a v podstatě denně volíme, byť často ne plně vědomě, podle jakého ducha myslíme, žijeme a jednáme. Bud podle ducha světa, kterému a jehož pokušením víceméně všichni nějak podléháme (Řím 12,2) anebo podle Ducha sv., podle Krista, kterého máme následovat (1Kor 2,12). A podle ovoce pak poznáváme vedoucího ducha či Ducha.

Duch světa, duch tohoto věku je mimo jiné duch homo-centrismu a vlastně ego-centrismu. Ve středu pozornosti je člověk, ne Bůh. V centru je moje Já, duch dokonce zvýšeného kultu Já; duch individualismu, kdy Já! rozhoduji o dobru a zlu, o morálce, o svém náboženství; duch svobody jako bezbřehé neohraničené možnosti, co se mně chce, duch nároku a práva na vše jako na samozřejmost atd. V podstatě je to duch zdánlivého božství člověka, pýchy, skrytého strachu a někdy až skoro zoufalého útěku před pravdou, která by měla na mne nárok. Utíkáme i před sebou samými - prázdnotou v hlubině sebe sama (workholismus, zážitky, ubavení se k smrti, duchovní turismus po stále novém a nových zážitcích v duchovní oblasti). Dnešní situace nám dává vidět ovoce tohoto smýšlení a stejně tak můžeme i sami u sebe pozorovat stav nakažení duchem světa.

Jaké jsou příznaky nakažení duchem světa v *korona*-situaci?

- Strach a jeho šíření, naříkání, panika a vše z toho plynoucí. Stres se dotýká všech, to je přirozené, v řeči Písma je to břemeno, nápory atd. Reálná míra obav je na místě. Každý navíc reaguje podle své osobní hladiny úzkosti, někdo je prostě úzkostnější, citlivější, zranitelnější, někdo trpí chorobnými depresemi a úzkostmi. Nezapomeňme na citlivost např. sv. Terezy.
- Agrese ve všech podobách jako reakce na to, že to není podle mého: Brblání, nadávání na všechno a na



všechny, vztek, „hejtování“ na netu, uvolnění svého dlouhodobého naštvání.

- Sebelítost a uzavření se v ní je spolehlivá cesta do hlubin negace, deprese, vztahovačnosti, ukřivdění atd. A sebelítost je navíc velmi návyková!
- Hledání viníka/ů a ukazování prstem na ně počínaje mimozemšťany přes vládu USA až po špatného papeže podle konspirační teorie, která nám právě vyhovuje. To je prastará strategie již od prvního hříchu - ukazovat prstem. Člověk snáší obecně hůř situaci nejistoty a toho, když „není“ viník. Tehdy si více uvědomuje, že je *jen* „člověk, tvor“, nikoliv bůh. Vidíme to po katastrofách i osobních nezaviněných neštěstích. „Viník“ přináší iluzorní útěchu. Nezapomeňme proto na Iz 58, 9b: *Tehdy zavoláš a Hospodin odpoví, vykřikneš o pomoc a on se ozve: „Tu jsem!“*.
- Sebezajišťování aneb vrhnout se na shromažďování zásob apod. Je to pošetilé budování plných stodol...



- Útěky před realitou nejrůznějšího typu jako prosurfování „doby moru“ na netu, švejkování a popírání reality až vzdorovitost vůči všem nařízením, pseudohrdinství...

Nespočet negativních možností se otevírá naší kreativě. A výsledek je vždy negativní i v psychické oblasti – zvýšení hladiny úzkosti, agresivity, zhoršení stresového stavu až vznik deprese. Všechny negativní emoce jsou patogenní, škodí, snižují imunitu a zhoršují i průběh uzdravování z jakékoli nemoci. A ještě mnohem horší je jejich duchovní dopad! Kromě jiného staví do centra nás samotné a ničí základní duchovní postoj - vděčnost.

Ale teď již dost o tom! Ke zpytování svědomí to stačí.

Pozitivní postoje a možnosti věřícího křesťana. Co můžeme?

Můžeme využít současnou realitu pro opravdovou domácí postní duchovní obnovu.

Smysl postní doby krásně vyjádřil Benedikt XVI:

„Smyslem postní doby je znovurozhodnutí se pro Krista, pro Jeho následování v pokoře.“

Postní doba je čas přípravy, přípravy na základní slavnost víry - Velikonoce, a také i na obnovu křestního slibu jako výrazu znovurozhodnutí se pro Krista. Má to být čas pro Boha, druhé i sebe v tom správném slova smyslu. Čas, kdy jsme vedeni více využívat trojici posvěcujících prostředků: půst, almužna, modlitba.

Jak nám v tom může pomoci koronavirus?

Především nás vytrhuje z rutiny a staví do určité mezní situace. Tedy může nám pomoci zastavit se, možná s námi dokonce zatřese a je to výzva dát se dohromady, (což je vlastně smyslem i rekolekcí). Dát dohromady své hodnoty, žebříček hodnot a především si uvědomit:

v co věřím jen slovy, v co věřím skutečně a jak se to projevuje v mém životě.

Několik podnětů, bodů, jak na to:



- Zastav se! Koronavirus ti „dal“ nějaký čas jakoby navíc. Nemusíš a nemůžeš tam a tam, využij ho tedy jako příležitost. Zastav se v běhu a přemýšlej o sobě, rozjímej, přehodnocuj.

- Vzývej Ducha svatého a podé se zamysli nad svými hodnotami:

Más před sebou pomyslný žebříček tvých životních hodnot. Co je smyslem tvého života? Co je pro tebe základem života? Co je podstatné? Co důležité, ale ne podstatné a co není vlastně až tak důležité, i když je to třeba dobré? Kde se nachází Bůh, kde spása, kde štěstí a co to pro tebe vlastně znamená? Kde je vlastní smrt, kde láska, blízcí atd. Kde je to, co „nemá duši“ peníze, kariéra? A jak se to skutečně zatím projevuje v mém životě? Co změnit? Pros o sílu,

moudrost a vytrvalost v uskutečnění.

- Zpytuj své svědomí ohledně ducha doby, poznané vyznej ve svátosti smíření. A postav se proti němu ve svém životě. Promysli, jak to konkrétně uděláš. Použij jako pomůcku i ten hodnotový žebřík.
- Renovuj postoj ke smrti.

Je čas si uvědomit svůj postoj ke smrti. Co je pro mne skutečné? Je to pascha – přechod? Bojím se smrti nebo se spíše bojím umírání, bolesti, trápení- to je lidské? Modlím se pravidelně za dobrou smrt a co to pro mne je? Co je po staletí pro křesťana dobrá smrt? Ne náhlá, ale s možností přijmout svátosti, odpustit, smířit se, rozloučit se, uspořádat, co zanechávám, a ideálně odejít s modlitbou blízkých, kteří jsou velde mne a drží mne za ruku. Nebrání mi strach ze smrti nebo lehkovážnost v tom, abych uspořádal své věci, napsal závět, napsal pokyny, pro případ smrti... A třeba u starých lidí co kdybych sepsal či namluvil vzpomínky pro vnoučata a pravnoučata? Může to být ne hrozná, ale naopak krásná činnost.

- Rozjímej o pravé křesťanské svobodě-

Co si pod ní představuješ? Co se mi chce/nechce? Co Já chci/nechci? Svoboda je jít za Bohem, svědomím, konat dobro, být tím, kým jsem stvořen – obrazem Božím a růst v tom. Děkuji za to, že mše sv. jsou dočasně zrušeny pro lásku k bližnímu a ne pro pronásledování církve. Není to samozřejmost!

- Půst – je od pustit.

Nyní musíme leccos pustit a nechat. Je čas na půst od svévole, předání otěží života Bohu. To ale neznamená sedět a nic nedělat. Půst od svévole, nenápadného prosazování svého Já, že Já rozhoduji - to je i půst od u nás tak oblíbeného obcházení nařízení, od neposlušnosti. Ne každá občanská neposlušnost je hodna obdivu. Ani za totality chození přes ulici na červenou či rozkrádání v zaměstnání nebylo znakem odboje a svobody. Duchovní spisovatelé připomínali, že půst podle sebe je často zatížen pokušením marnivosti, duchovní pýchy či svévole, kdežto to nepříjemné, co přijmu, je mnohdy duchovně daleko více účinné. Takže přijmout tento letošní půst.



- A ještě jednou půst: od postu nemáme dispens (kromě obvyklého dispensu pro nemocné atd.) V čase určitého břemena pro společnost bychom měli, každý podle svých možností, přidat další *upustění* (od jídla, trávení času atd.) a připojit to k našim přímluvným modlitbám. Podle sv. Jana Zlatoústého a dalších otců, to, co získáme postem, nepatří nám ale Bohu a druhým. Tedy peníze z postu pro druhé, čas pro modlitbu a druhé.
- Almužna jako láska k bližnímu

Tedy vztah k bližnímu, k potřebnému. Konkrétní projevy nemusí být jen materiální, ale i čas a pomoc. Nyní Patří sem i konkrétní projevy jako jsou ohleduplnost a dodržování nařízení, která tu jsou proto, aby chránila rizikové skupiny - starší, či jinak oslabené. Možná mne to otravuje, možná jsem mladý, zdravý, zdatný a ani doma nemám staré rodiče či prarodiče – ale dodržování prevence je skutek lásky vůči všem- blízkým i těm vzdáleným. Skutkem milosrdné a moudré lásky mohlo být už vzdát se výletu do Itálie, ještě dokud to nebylo zakázáno, ale už bylo jasné, že je zde nebezpečí přenosu.

Je třeba pozornosti a podle toho pomoci v okruhu blízkých, sousedů, kolegů ze zaměstnání a ve farnosti. Rozhlédni se: Potřebuje někdo kolem mne pomoci, které jsem schopen? Nakoupit, pohlídat děti, potěšit atd.? Je třeba upozornit na někoho ve farnosti - pro pomoc, pro přinesení svátosti? Mohu se nabídnout ve farnosti k pomoci a čím?

Speciálka pro mladé:

čas na opravdovou pomoc i s obětí času, nejen pro mediky. Čas pro velkodušnost a opravdovou dospělost. Kde se mohu dávat, pomáhat? Není-li vidět kolem tebe, přihlas se na charitě, ve farnosti, jinde.

Nejbližší bližní - rodina

ušetřený čas věnujme rodině, bližním, nejbližším, kterým se někdy nedostává dostatek času ani u horlivých křesťanů. Čas být společně, vyprávět, hrát hry s dětmi, tvořit, jít na procházku se starším, vzpomínat nad albem.



- Starejte se o své starší

volejte jim pravidelně a častěji, bydli-li sami - denně. Ptejte se, vyslechněte. Když Vás bude zlobit jejich opakování a různé návyky, uvědomte si, že co je Vám dnes nemilé, bude jednou otázkou vzpomínek. Praxe ukazuje, že nedostatek času blízkým je i u dobrých křesťanů jednou z nejhorších výčitek po jejich odchodu na věčnost nebo do alzheimerovského světa

zapomnění.

- Modlitba

Nyní je čas pro modlitbu, čas pro společnou modlitbu v rodině, v malém společenství, pro osobní, v duchovním velkém společenství i svolaném skrze média. Díky za ně.

Čas pro Písmo, duchovní četbu, procházku s otevřenými očima nad zázraky stvoření a s chválou Stvořitele.

Je čas přímluvné modlitby a oběti, čas, kdy má křesťan ještě více než jindy plnit své kněžské křestní povinnosti, povinnosti, které jsou privilegiem. Každý křesťan je *kněz* a tak stojí mezi světem a Bohem, aby se přimlouval za svět, obětoval se za něj, aby světu někdy slovo evangelizace, ale vždy příklad svých jednotlivých činů a svého života a v sobě Krista. Ano, jsou tu kláštery – a měly by být opravdu nyní mimořádnými pevnostmi, chrly Boží municí ☺ modlitby, oběti, zástupné oběti za svět. Ale to nestačí! Všichni křesťané, každý dle svých možností, má přispět. Můžeme třeba i víc zkusit modlitbu breviáře (s Proglasem či bez), růženec či jiné modlitby. A co já?

Je čas oběti – jak v činu, tak v postu, modlitbě, čas zástupné modlitby, oběti. Křesťané jsou jako strážníci na hradbách Jeruzaléma. Je třeba více chránit, nastoupit na hlídku, zacelit trhlinu. Je to duchovní boj pro pravé chlapy i pravé ženy, tady se nediskriminuje. Nevypadla ale oběť a zástupnictví nějak nejen z křesťanského slovníku, ale i ze života jako nějaký středověký relikv? Jak je tomu u mne? Život, jeho proud stojí na oběti - to ví každá maminka a nejen ona - a náš život na oběti Krista, který nás zve k účasti jako spolustvořitele a malé spoluvykupitele.

- Liturgie

To, že jsou zrušeny veřejné mše sv. je jistě těžké, ale je to výzva, abychom si skutečně uvědomili hodnotu mše svaté a Eucharistie. Abychom narušili svou rutinu, v níž se někdy „chození na mši a k přijímání“ mění. A také abychom si uvědomili náš dosavadní komfort a situaci světové církve - zejména v jižní Americe jsou oblasti, kde věřící mají mši 1x za 3 i více měsíců. Je samozřejmé, že se máme tak moc lépe?

Můžeme si leccos ujasnit a těšit se z osobní přítomnosti při mši svaté a využívat s díky možnosti techniky, médií. Díky za ně, Pane. Blaise Pascal, když delší dobu ke konci života nemohl přijímat Eucharistii, řekl: „Když nemohu Krista přijímat jako Hlavu, budu Ho přijímat v jeho údech“ – myslel tím na službu chudým.



Zkrátka můžeme využít i tento čas a právě tento čas, výzvu koronaviru, pro sestup k základnímu, k obnově víry a toho, co je podstatné. Chválit a děkovat, neboť to máme vždy a ve všem (viz i Cvičení vděčnosti) a zkusit křesťansky renovovat svůj život podle výroku papeže Benedikta.

Na stránkách Centra pro rodinný život Olomouc – v Poradenství jsou postupně uveřejňovány současně užitečné odkazy a také některé materiály. Bude tam i Cvičení vděčnosti.

V modlitbě

Jitka Dominika Krausová, OV

Olomouc AD 2020-13-3