

# TRI PILIERE BEŽNÉHO DŇA

Rodinná katechéza 60-2018 (600)

www.inky.sk

týždeň po 28. 10. 2018

... alebo o modlitbe exámen sv. Ignáca z Loyoly

## BOŽIE SLOVO:

(Ž 55,17-19 SSV)

Čítanie z knihy Žalmov: *Ja však budem volať k Bohu a Pán ma zachráni. <sup>18</sup> Večer i ráno, i napoludnie budem rozjímať a vzdychať a vypočuje môj hlas. <sup>19</sup> Vykúpi ma v pokoji z moci tých, čo na mňa útočia, lebo ich je mnoho proti mne.* Počuli sme Božie slovo!

## ÚVAHA:

(na doplnenie [www.inky.sk](http://www.inky.sk), úvahy/katechézy č. 571, 544, 530, 501 až 508)

Ako sme práve počuli v úvodnom čítaní z Knihy žalmov, modlitba trikrát za deň – ráno, napoludnie a večer – má starobylú tradíciu ešte spred Ježiša Krista. Je pevne votkaná aj do kresťanského spôsobu života. Či už je to *Liturgia hodín*, ktorú sa povinne modlia kňazi a rehoľníci a ktorá obsahuje veľkú rannú modlitbu (laudy), veľkú večernú modlitbu (vešpery) a medzi nimi kratšiu modlitbu cez deň (hóra média), alebo je to modlitba *Anjel Pána* (na ktorú sa dodnes trikrát denne vyzváňa, aj keď mnohí už veľmi rozumejú prečo a ešte menej sa pri zvonení spolu s ostatnými farníkmi takto „virtuálne“ schádza k spoločnej modlitbe a oslave Boha). Starší medzi nami si isto spomenú na otázku zo spytovania svedomia, ako bola uvedená v Malom katechizme, ktorý vydal Spolok svätého Vojtecha a ktorá znela: „*Či som sa modlil ráno, na poludnie, večer?*“ Tieto tri modlitbové zastavenia počas dňa si môžeme predstaviť ako *tri piliere mosta*: najprv pevný prvý pilier, ktorým je ranná modlitba. Upriamuje náš pohľad na Boha a pripomína nám zmysel nášho dňa i dennej práce, ktorá nás čaká: „*V tradičnom kresťanstve je najvyšším cieľom človeka milovať Boha a slúžiť mu s celým srdcom, dušou a myslou a dosiahnuť jednotu s ním vo večnosti. Práca je dobrá, ale je dobrá len na základe toho, že sa podieľa na rozvíjaní Božej vôle a že je na prospech iným ľuďom. V roku 1603 teológ William Perkins, definoval povolanie (vocation) ako „určitý druh života, ktorý je človeku nariadený a na človeka uvalený Bohom pre spoločné dobro.“ V dobe, ktorá práve prichádza, bude pre tradičných kresťanov v našich profesijných životoch významným spôsobom dôležitý práve model posväcovania každodennej práce. Práca a uctievanie Boha sú spojené a naša kariéra nie je oddeľovaná od našej viery.“ (Rob Dreher, krátené) Vo svete, v ktorom zmyslom práce je niečo úplne iné – osobný prospech, kariéra, uspokojenie seba, zárobok, ... – sa ľahko stane, že sa necháme zviest' a prispôbime sa a zabudneme na to, že my, kresťania, sme v zamestnaní (alebo v škole, na záhrade, v garáži či na dvore) z úplne iných dôvodov a s úplne iným cieľom. A tak náš deň sa môže začať rozpadávať práve tak, ako *príliš dlhý oblúk mosta*. Aby sa nezrútil, musí byť podporený ďalším pilierom – a ním je poludňajšia modlitba, zastavenie sa uprostred dňa (aj keď nemusí byť presne na poludnie). Pomôže nám podprieť a obnoviť našu snahu o prežitie dňa Božím a nie svetským spôsobom. Od nej sa „oblúk“ nášho života zase nesie hore, k Bohu, aby nakoniec bol pevne zakotvený v poslednom treťom pilieri, ktorým je večerná modlitba.*

„Ranný pilier“ sme spoločne tvorili v uplynulých týždňoch – jeho jadrom je *lectio divina*, rozjímanie prechádzajúce do vnútornej jasavej modlitby túžby a chvály a nakoniec (časom určite) aj do stále hlbšieho pohrúženia v klaňaní sa a kontemplácii Boha v hĺbke mlčania.

„Stredný pilier“ sme už tiež načrtli. Je ním *skriptúra*, ktorú je dobré si doplniť o poludňajšie krátke spytovanie svedomia (nazývané *partikulárne*, čiže čiastkové). V ňom sa na chvíľu zastavíme a zhodnotíme, ako sme prežili prvú polovicu dňa, poďakujeme Bohu za dobré veci, poprosíme o odpustenie za okamihy, kedy sme podľahli tlaku sveta a znova sa nasmerujeme Božím smerom. Nakoniec toto krátke stíšenie sa – stačí pár minút – zakončíme čítaním Písma v oných 10 minútach dennej *skriptúry* (alebo, aby sme nečumeli stále na hodinky, prečítaním 3 kapitol Písma denne).

„Večerný pilier“ budujeme dnes. Jeho jadrom môže byť modlitba *exámen*, ktorú sv. Ignác z Loyoly odporúčal s takou naliehavosťou, že, ako hovoril, aj keby sme niekedy veľmi výnimočne museli vynechať niektorú inú časť modlitby, túto by sme nemali vypustiť nikdy. O čo v modlitbe *exámen* ide? „*Obsahuje päť bodov: 1. Poďakuj za Božie dobrodenia; 2. Pros Ducha Svätého o pomoc; 3. Zahľad sa na svoj deň a hľadaj chvíle, keď bol Boh prítomný a keď si ho opustil; 4. Prejav svoju ľútosť nad hriechmi a pros o odpúšťajúcu Božiu lásku; 5. Modli sa o milosť, aby si bol plne k dispozícii Bohu, ktorý ťa bezvýhradne miluje. ... Modlitbu spytovania svedomia môžeme zhrnúť takto: ... Bože, ďakujem ti. Ďakujem ti, Bože, za to, že si neustále so mnou, ale zvlášť ti ďakujem, že si so mnou teraz. Bože, zošli svojho Svätého Ducha. Bože, nech Duch Svätý osvieti moju myseľ a rozpáli moje srdce, aby som mohol poznať, kde a ako som dnes prežíval tvoju prítomnosť. Bože, dovoľ mi zadávať sa na svoj deň. Bože, kde som v dnešný deň cítil tvoju prítomnosť, uzrel tvoju tvár, počul tvoje slovo? Bože, kedy som ťa v dnešný deň ignoroval, utekal od teba a azda ťa dokonca odmietol? [tu si spravíme také dôkladnejšie spytovanie svedomia, zahľadíme sa na svoj prežitý deň, aký bol, akí sme boli my, potom pokračujeme – pozn. red.] Bože, dovoľ mi byť vďačným, dovoľ mi prosiť ťa o odpustenie. Bože, ďakujem za tie chvíle, keď som prežíval tvoju prítomnosť a pracoval som spolu s tebou. Bože, odprosujem za všetko, čo ťa urazilo, za to, čo som urobil zle a čo som zanedbal. Bože, ostaň mi nablízku. Bože, úpenlivo ťa prosím, pritiahni ma v dnešný i nasledujúci deň ešte viac k sebe. Bože, ty si Boh môjho života – ďakujem ti.“ (David L. Fleming SJ) Samozrejme, neberme tento príklad doslovne (ako niečo, čo sa naučíme a recitujeme) – skôr ako návod na isto obsiahlejšiu modlitbu vlastnými slovami. A po skončení *exámenu* zakončíme 10-15 minútami *lektúry* a šup, do perinky a spať. Tretí pilier (a základ pre „oblúk“ na noc) je dokončený.*

## DOMÁCA ÚLOHA:

Aj tento týždeň budeme pokračovať v praxi *lectio divina*. Využit' môžete hoci aj tieto úryvky z Písma: 1. *Rim 8,31–39 Kto nás odlúči od Božej lásky; 2. Rim 8,5–14 Nezmysľať podľa tela; 3. Mt 7,21–27 Dom na skale; 4. Jak 2,14–26 Viera a skutky; 5. Mt 25,31–46 Hladný som bol...; 6. Jn 1,1–14 Dal im moc stať sa Božými deťmi; 7. Mk 13,9–13 Kto vytrvá do konca.*

Nakoľko sa to dá, budujeme všetky tri piliere nášho kresťanského prežívania dňa, práce, všetkého. Nemusí to byť nevyhnutne presne takto, ale táto schéma sa vekmi osvedčila: Ráno rozjímanie v podobe *lectio divina*, cez deň čiastkové spytovanie svedomia a *skriptúra*, večer modlitba *exámenu* a *lektúra*. Ak sa nám dá, určite sa aspoň ráno aj večer (upozornia nás na to kostolné zvony, ale pokojne si môžeme nastaviť aj reminder v mobile) zastavme a pridajme k modlitbe Cirkvi na Anjel Pána.

Dajme si záležať na tom, aby sme sa učili na celý svoj deň, na svoju profesiu a prácu i na všetko, čo žijeme a robíme, pozeraj' ako kresťania – nie ako na prostriedok zarabania peňazí a obživy (aj keď aj to je súčasťou, ale nie hlavnou), ani nie ako na nástroj kariéry a sebauplatnenia, ani nie ako na nástroj a spôsob uspokojovania svojich chŕťok a žiadostivosti, – ale ako na nástroj, ktorý nám bol daný, aby sme s jeho pomocou oslavovali Boha, slúžili spoločenstvu Cirkvi, budovali Kráľovstvo a pracovali na spoločnom dobre.

Nakoľko to je možné, upravme si aj svoju dennú rutinu tak, aby sme tieto tri piliere mohli bez problémov praktizovať vo svojom živote a aby sme si na ne navykli (zaberie to 30 až 66 dní, kým sa z toho stane návyk a tri mesiace, kým sa z toho stane životný štýl).

Ako sme si už povedali v katechéze 55/592 z 23. septembra, musíme v sebe nájsť odvahu „oddeliť sa od davu“ a ísť aj proti prúdu, aby sme nasledovali Krista. On je priorita. Alebo sa s Ním spasíme – a privedieme k spásu časom aj tých, ktorí nám dnes odporujú, alebo nás nechápu; alebo sa bez neho zatratíme – všetci. Kvôli nám aj kvôli nim musí byť v našom živote na prvom mieste!