

(5- úterý dopoledne)

1. O meditaci

Existují 2 pojetí meditace:

- rozumem „žvýkat“ biblickou literu, „*okoušet její chut*“ a tak se dostat ke Slovu;
- zvláštní stav mysli – křesťansky: nasměrovat se na Krista prostřednictvím soustředění se na slovo
-Jméno (stávat se vnímavějším, *duchapřítomným*... anglicky mindfulness¹)

Zde kombinace obojího.

Jak prakticky? Prostě číst biblický text, „dotýkat“ se ho myslí a nechat na sebe působit způsobem, který je mi blízký... (To je asi přirozené. Jinak to ani nefunguje. **Slovo se s námi potkává tam, kde jsme my.** Proto se Slovo stalo tělem. Cílem biblického rozjímání není vyřešit exegetické problémy, ale prostě být se Slovem... a nechat ho na sebe působit. Exegeze je důležitá. Tvoří základ. Jen tu nejsme na exegetickém semináři.

Ono „*mi blízký-é*“ neznamena egocentrismus, ale prostě realitu našeho bytí. Existujeme vždycky jako já – které má své TY. Já není pomíjivý prelud, klam. Naše osobní bytí je základ. To jsme a tak máme být. **Svět poznáváme skrze sebe.** Totéž, ba ještě víc, platí o poznání Boha... Poznání Boha nejde bez sebepoznání [sebeoznání v modlitbě a nejrůznějších situacích našeho života; zvl. **v tichu** *Za jedním mnichem přišel člověk a zvědavě se ptal: „Co pro tebe znamená ticho?“*

Mnich právě stál u studny a čerpal vodu.

Řekl svému hostu: „Podívej se dolů do studny! Co vidíš?“

„Nevidím nic, jen zčeřenou vodu,“ odpovídá host.

Chvilku zůstali stát v klidu a mnich za chvíli povídá svému hostu:

„Podívej se teď do studny! Co vidíš?“

„Teď vidím svůj odraz ve vodě -vidím sebe,“ volá host.

„Vidíš – to je moje zkušenost s tichem: vidím v něm lépe sebe sama,“ říká mnich.²

Kdo jsem? Jaké mám povolání? Jaké mám místo mezi lidmi, mezi tvory, v církvi? Můj duchovní život? Nejen mé chyby, ale i má obdarování? Mé inklinace? Co je mi blízké? (Vědět to o sobě, znát to a přijmout.) V tom všem a jedině tak poznávám Boha.

Poznání je vztah. **VNÍMAT SEBE JAKO OSLOVENÉHO BOHEM, dokonce VOLANÉHO KE SPOLUÚČASTI NA BOŽÍM DÍLE.** Čili není to „já“ uzavřené do sebe, ale „já“ otevřené – vztahové. **Já slyšící a odpovídající. BÝT TÍM, KÝM MNE BŮH STVOŘIL A VOLÁ A KDO NA JEHO VOLÁNÍ ODPOVÍDÁ.** V tomto smyslu stávat se sám sebou. Pokora - být sám sebou. Prostě přijmout sebe sama před Bohem. Učit se být Boží a nebát se být v Bohu sám sebou. „*Udělej tedy to, co vidíš, že si tvá duše v souladu s Bohem přeje, a střež své srdce.*“³

Odpoutat se od stereotypů a představ – neporovnávat se s druhými. **BÝT V TOM NEJLEPŠÍM SLOVA SMYSLU SÁM SEBOU.**

2. Meditace. Stejně jako při prvním setkání.

1 Dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Sati>

2 Cit. text *Silencio – dům hostů benediktinský klášter sv. Václava Broumov*

3 *APOFTEGMATA. Výroky pouštních otců I.* Praha Benediktinské arcidiocetství sv. Vojtěcha a sv. Markéty 2000 I, 18 s. 41