

Rok Božieho Slova je v plnom prúde a v spolupráci s vydavateľstvom Misionár sme sa rozhodli publikovať na webe Zasvätený život texty pripravené sestrou Helenou Dudovou z Rehole Najsvätejšieho Vykupiteľa (redemptoristky), ktoré boli zverejnené v časopise Misionár. Liturgické obdobia či mesiace v roku nebudú síce sedieť, no texty cielene nechávame v pôvodine.

Deliť sa s príbehmi - to predstavuje dôležitú súčasť komunikácie, ako aj súčasť života človeka a jeho vzťahu s Bohom. Svätý Otec hovorí, že *„na to, aby sme nepoblúdili, potrebujeme dýchať pravdu dobrých príbehov: príbehov, ktoré budú vychovávať, nie pustošiť; príbehov, ktoré pomôžu nájsť korene a silu kráčať ďalej pospolu“*. Človek totiž potrebuje poznať Príbeh príbehov, obsiahnutý vo Svätom písme, „utkaný“ z množstva udalostí, osôb, národov, v ktorom je Boh Stvoriteľom, milovníkom človeka a zároveň rozprávačom príbehu. Aj vďaka príbehom jednotlivých osôb môžeme vnímať, že *„sme sa nenarodili hotoví, ale potrebujeme byť stále ‚utkávaní‘ a ‚zošívaní‘. Život nám bol darovaný ako výzva k neprestajnému tkaniu toho zázračného tajomstva, ktorým sme.“* (pápež František).

„Keď čítame Písmo, príbehy svätých a aj tie texty, ktoré osvetľujú ľudské srdce a jeho krásu, Duch Svätý môže slobodne písať do nášho srdca, obnovujúc v nás spomienku na to, čím sme v Božích očiach. Keď si pripomíname lásku, ktorá nás stvorila a spasila, keď vpúšťame lásku do našich každodenných príbehov, keď tkáme osnovu našich dní z milosrdenstva, vtedy skutočne začíname písať novú kapitolu. Už viac nie sme zapletení v našom bôli a zármutku, pripútaní k chorobnej spomienke, ktorá nám uväznila srdce. Keď sa otvoríme druhým, otvárame sa pohľadu samotného Rozprávača. Vyrozprávať Bohu náš príbeh nikdy nie je zbytočné: aj keď ide stále o rovnaké udalosti, mení sa ich zmysel a perspektíva. Vyrozprávať sa Pánovi značí vstúpiť do jeho pohľadu milosrdnej lásky voči nám a voči druhým. Jemu môžeme rozprávať príbehy, ktoré prežívame, jemu môžeme zveriť osoby a situácie. S ním môžeme znovu tkať pradiwo nášho života, zašívajúc v ňom diery a trhliny. Ako veľmi to všetci potrebujeme!“ (pápež František).

V našom každodennom živote, ktorý tvorí množstvo udalostí, podobné spleti nití, potrebujeme, aby nás niekto naučil ten balík rôznofarebných udalostí vnímať nie ako chaos, „nerozuzlitelné“ uzly, ale ako krásny vzor, tvoriaci tajomstvo daru nášho života, keď ich bude správne vnímať na „krovnách“ našej každodennosti.

Čo nám môže na začiatku našej cesty pomôcť pri správnom vnímaní našej každodennosti? Mnohí učitelia duchovného života odporúčajú, aby sme si v danom dni prečítali slová z liturgie dňa (rytmus môže byť týždenný, teda nedelňé evanjelium nás bude viesť celý týždeň, alebo denný - bude nás viesť evanjelium z daného dňa). Ide vlastne o akúsi „prozreteľnosťnú vodiacu niť“, ktorú nám dáva Cirkev.

Tak, ako každá práca, aj „tkanie“ nášho životného príbehu si vyžaduje určité podmienky:

Postoj očakávania, túžby po Slove a pripravenosti

Ak máme niekoho radi, potom čakáme na každého jeho slovo, správu či mail s vnútorným postojom lásky, ktorý nás bude viesť k dynamickej odpovedi. Aj vo vzťahu k Božiemu slovu je potrebná pripravenosť kráčať, nechať sa viesť Svätým Duchom. *„Nehybnosť nepatrí ku kresťanskému vydávaniu svedectva, ani poslaniu Cirkvi. Svet potrebuje kresťanov, ktorí sa nechajú rozhýbať, ktorí budú neúnavne kráčať cestami života, aby ku všetkým priniesli Ježišovo utešujúce Slovo. Každý pokrstený dostal povolanie ohlasovať (...) - ohlasovať Ježiša, povolanie k evanjelizovaniu: ohlasovať Ježiša.“* (pápež František).

Na prečítanie listu, sms alebo mailu potrebujeme čas. Aj na prečítanie úryvku z evanjelia dňa je potrebné **rezervovať si vhodný čas**. Najlepšie je stretnúť sa s týmto Slovom na 10 až 15 minút večer predchádzajúceho dňa. Pri pozornom čítaní (prečítať si Slovo hoci i niekoľkokrát očami, prípadne polohlasne) je dôležité **nájsť** si tiež vhodné miesto, kde máme aj **vonkajšie ticho** – prostriedok k vnútornému stíšaniu sa. Potrebné je zároveň *čítať text s milujúcou pozornosťou rozumu a láskou srdca*, akoby sme ho mali pred očami prvýkrát. Po prečítaní si máme určiť konkrétnu prosbu o ovocie meditácie. Je totiž dôležité požiť predovšetkým o túžbu po Bohu, po načúvaní mu. Od veľkosti našich túžob potom závisí hĺbka našej modlitby. Ak už máme absolvované uvedenie do Slova (napríklad to, ktoré ponúkame v našej rubrike), môže nám to pomôcť pri vyjadrení toho, o čo chceme Boha požiť. Zaspávajme so Slovom, ktoré nás oslovilo, hoci mu ešte nemusíme rozumieť.

Na to, aby sme vnímali, ako niť Slova v našej každodennosti pretkáva, premieňa a vedie naše udalosti, nestačí to Slovo iba prečítať, pozorne si ho vypočuť a vzbudiť v sebe túžbu žiť ním. Slovo je potrebné zamilovať si a s láskou uchovávať vo svojom srdci. Preto je dôležité, aby sme si **počas dňa vyhradili aspoň 30 minút na osobnú modlitbu**. Najvhodnejším časom je ráno. Tento osobný rytmus života so Slovom si ale každý musí prispôbiť podľa vlastných možností. Jedno je pritom isté – o tento čas je potrebné zabojsť, ak chceme, aby nás evanjeliá nielen informovali, ale tiež formovali podľa Ježiša; pripodobňovali nás k nemu a ukazovali nám nový spôsob, ako tkať naše životné príbehy. Božie slovo tak máme nielen čítať, ale aj vychutnávať a zotrvať v ňom. Táto modlitba by mala angažovať celú našu osobu, všetky naše schopnosti: rozum, srdce i vôľu.

Zachovávanie a vnímanie Slova v každodennosti uľahčuje prax zapisovania si tých slov a viet, ktoré nás najviac oslovili a odhalili úmysly nášho srdca. Hlboko prežité a zapísané Slovo sa tak stane výzvou a svetlom nášho života. Inú prax pomoci zas predstavuje opakovanie meditácií – stretnutí s tým Slovom, ktoré nás oslovilo a vracia sa k nám.

Veľmi dôležitým momentom je tiež **naše večerné stretnutie sa so Slovom**. Z perspektívy končiaceho sa dňa totiž môžeme vidieť, ako sa Slovo, ktoré otváralo náš deň, stáva jasnejšie a pochopiteľnejšie, pretože vďaka Božej milosti sme mohli vnímať, ako posilňuje trhliny dňa,

zošiva jeho diery, premieňa udalosti, dokonca koná zázraky, ktoré vníma a chápe len naše srdce. Večerná prax, nazývaná i spytovaním svedomia, nás teda učí hlbšiemu pohľadu na každodennosť. Nespočíva v surovej sebakontrole vlastných postojov – je to predovšetkým pohľad na „krosná“ našej každodennosti a rozpoznanie zlatej nite Božej prítomnosti, lásky, starostlivosti a nežnosti v nej. Večerná štvrťhodinka pred Bohom je predovšetkým uvedomením si toho, že Boh na mňa celý deň, aj teraz, pozerá s láskou a prijíma ma v otcovskej láske ako svoje milované dieťa – bez ohľadu na to, čo sa v tomto dni udialo, stalo. V duchu prijatia a lásky mu preto prerozprávajme náš deň, chvíle, udalosti, v ktorých sme zvlášť vnímali jeho lásku, vedenie, ochranu. Vedome sa k nim vráťme a poďakujme za ne. Prizrime sa tiež viac našim citom, myšlienkam, túžbam a prechádzajúc jednotlivé udalosti dňa si všimnime, ako sme odpovedali na Slovo, ktoré oslovilo naše srdce vo vzťahu k Bohu, sebe a blíznym. Úprimne ho odprosme za chvíle, keď sme na jeho Slovo neodpovedali, zabudli, nespoliehali sa naň, že sme málo milovali. Na záver obnovme v sebe túžbu po počúvaní Slova, v zotrúvaní v ňom, obnovme si prosbu, ktorú v nás zrodilo Slovo (napríklad z uvedenia do meditácie). To nám pomôže v prežívaní živého, osobného vzťahu s Bohom a v dosiahnutí cieľa života – jednote s ním, ako to krásne vyjadrila blahoslavená Mária Celesta: *„Z celého srdca túžim dosiahnuť svoj jediný a konečný cieľ, ktorým je najplnšie zjednotenie s mojím jediným a najvyšším Dobrom, a iba jemu sa páčiť.“*

Zverme toto naše „tkanie“ života niťou Slova presvätej Bohorodičke, a to slovami pápeža Františka: „Ó, Mária, žena a matka, ty si utkala vo svojom lone božské Slovo; ty si svojím životom vyrozprávala zázračné Pánove diela. Vypočuj naše príbehy, uchovaj ich vo svojom srdci a osvoj si aj tie príbehy, ktoré nikto nechce počúvať. Nauč nás spoznať niť dobra, ktorá sa vinie dejinami. Pozri na hromadu uzlov, do ktorej je zamotaný náš život a ktorá paralyzuje našu pamäť. Tvojimi jemnými rukami sa dá rozmotať každý uzol. Žena Ducha, matka nádeje, inšpiruj aj nás. Pomôž nám vytvoriť príbehy mieru, príbehy budúcnosti. A ukáž nám cestu, ako môžeme tieto príbehy prežívať spoločne.“

Helena Dudová, OSsR
Časopis Misionár 03/2020

Predchádzajúce príspevky nájdete [TU](#).

The post [Lectio Divina III.: Vnímať a tkať svoj životný príbeh niťou Božieho slova](#) appeared first on [Zasvätený život](#).

(Zamyslenie zo stránky zasvatenyzivot.sk.)