

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Katedra Filozofie a Patrologie

Marie Maňáková

V kontemplaci proměňuje Bůh život člověka

Seminární práce

Obor: Teologie a spiritualita zasvěceného života

Předmět: Počátky mnišství

Školní rok 2006/2007

OBSAH

ÚVOD	2
1 SV. ANTONÍN JAKO DUCHOVNÍ OTEC A RÁDCE	3
1.1 Antonínův život	3
1.1.1 Antonínova povaha	3
1.1.2 Antonínovo působení	4
1.1.3 Antonínova přímlyvná modlitba	5
1.1.4 Antonínovo zpytování svědomí.....	6
1.1.5 Antonínovo duchovní rozlišování	7
1.1.6 Antonínův asketismus	9
1.1.7 Antonínova kontemplativní modlitba	10
2 KONTEMPLACE V MÉM ŽIVOTĚ	13
2.1 Význam slova kontemplace	13
2.2 Kontemplace jako vyústění rozjímavé modlitby (meditace)	13
2.3 Kontemplace jako místo pouště, kde Pán promlouvá k srdci	14
2.4 Kontemplace, ve které se utváří osobní vztah s Bohem.....	14
2.5 Biblické slovo jako výzva a impuls ke kontemplaci.....	16
ZÁVĚR.....	20
BIBLIOGRAFIE	21

ÚVOD

V této seminární práci jsem se zamyslela nad tím, čím byl charakteristický a oslovující život sv. Antonína Poustevníka (Velikého), který přitáhl mnohé na cestu následování Krista. Byla to právě kontemplativní modlitba, ve které byl Bohem proměňován v muže božího, který se stal pro své bližní ojedinělým duchovním otcem a rádcem.

V první kapitole, která nese název sv. Antonín jako duchovní otec a rádce, zaměřuji svou pozornost na Antonínův život a působení, Antonínovu povahu, přímluvnou modlitbu, duchovní rozlišování, zpytování svědomí, asketismus a kontemplativní modlitbu, která je vyvrcholením celé první kapitoly.

Tím se dostávám k druhé kapitole práce, která je spíše zamyšlením nad kontemplativní modlitbou v mém osobním životě.

Jako hlavní literární pramen mi posloužila kniha od sv. Atanáše „*Život sv. Antonína Poustevníka*.“

1 SV. ANTONÍN JAKO DUCHOVNÍ RÁDCE A UČITEL

1.1 ANTONÍNŮV ŽIVOT

Sv. Antonín Poustevník (250?–356) se narodil ve středním Egyptě v dnešním Kemanu u Herakleje. Po smrti rodičů zůstal sám se svou jedinou mladší sestrou. Bylo mu asi 18–20 let a musel se postarat o dům i o ni. Po zaslechnutí Ježíšovy výzvy z evangelia, která byla čtena v kostele, „*Chceš -li být dokonalý, jdi, prodej svůj majetek a rozdej chudým, a budeš mít poklad v nebi. Pak přijď a následuj mě.*“ (Mt 19,21), radikálně změnil svůj život. Jeho odhodlání všeho se zřeknout pro Krista dovršila věta z evangelia „*Nedělejte si proto starosti o zítřek...*“ (Mt 6,34). Proto rozdal úplně všechno co měl, zajistil svou sestru a svěřil ji důvěryhodným a známým pannám na vychování do parthenonu. Poté začal žít asketickým způsobem života jako poustevník.

Nejprve pobýval nedaleko svého domu, cvičil se v askezi, sebeovládání a v přísném životě. Potom odešel do hrobní sluje ve skále na okraj pouště a později žil asi 20 let na neobydleném pohoří. Kolem roku 311 opustil Antonín samotu pouště a pomáhal mnoha pronásledovaným křesťanům za císaře Maxima Daia v Alexandrii. Na prosby biskupa Atanáše opustil ještě jednou poušť a kázal rovněž v Alexandrii proti bludnému ariánskému učení. Brzy po návratu zemřel ve věku asi 105 let.

1.1.1 Antonínova povaha

V celé 67. kapitole sv. Atanáš neobyčejně popisuje povahu sv. Antonína. Je to velmi krásná charakteristika celé Antonínovy bytosti, a proto ji zde uvádím celou. Myslím, že může mnohé oslovit a povzbudit tím, že cesta následování Krista i přes všechny námahy, pokušení a boje opravdu stojí zato, protože proměňuje celého člověka. V této proměně se zrcadlí něco věčně čistého a krásného a tím je obraz Krista, živá ikona Krista. Protože ten, kdo se nechává Bohem proměňovat, se s ním stává jedno. Potom tato proměna a sjednocení přitahuje druhé a oni začínají toužit po tomtéž. Následovat Krista chudého, čistého a poslušného, nechat se jím proměnit a být s ním jedno.

Antonín byl trpělivý a měl pokornou duši. Při vší své duchovní výšce si mimořádně vážil církevních zákonů a každému duchovnímu byl připraven (srov. Řím 12,10) dát přednost před sebou. Nestyděl se sklonit hlavu před biskupy a kněžími. Jestliže k němu přišel nějaký diákon kvůli svému užitku, rozmlouval s ním sice v jeho prospěch, ale dokončení modlitby ponechal diákonovi.

Nestyděl se ani sám se učit. Nezřídka se ptal a přál si slyšet ty, kteří s ním bydleli. Zjišťoval, že i jemu samému to prospěje, řekne-li někdo něco užitečného. I jeho tvář se skvěla velikou a neobyčejnou krásou.

*Antonín obdržel od Spasitele i další podivuhodný dar. Býval obklopen mnoha mnichy, a když ho chtěl někdo, kdo ho dřív neznal, vidět, tu onen prosebník minul druhé a ihned k němu přišel, jako by byl přitahován jeho pohledem. Od druhých se však Antonín nelišil ani výškou ani váhou (srov. 1 Sam 16,12; 17,42), leč bezúhonností a čistotou duše. Když byla duše tichá, i vnější smysly zůstávaly klidné. Ovšem od duchovní radosti měl i veselý obličej a po tělesných cvičeních bylo možno cítit a poznat duševní mír podle toho, jak je psáno: „**Radostným srdcem zkrásní tvář, kdežto trápení srdce ubíjí ducha.**“ (Př 15,13)*

Tak Jákob poznal, že Lában zamýšlí zlo, a řekl svým ženám: „Vidím na vašem otci, že se ke mně nemá jako dřív“ (Gn 31,5). Podobně i Samuel poznal Davida, protože měl krásné oči a „zuby bílé jako mléko“ (srov. 1 Sam. 16,12; 17,42). Takto poznávali i Antonína, poněvadž při duševním klidu se nikdy nevzrušoval a v radostném stavu duše nikdy nebyl zamračen.¹

1.1.2 Antonínovo působení

Svým svatým životem oslovil Antonín mnohé. V horách začaly vznikat kláštery a poušť byla obývána mnichy, kteří se pro Krista všeho vzdali. On všechny řídil jako Otec, sloužil jim duchovní radou i povzbuzením. Někdy bratry navštěvoval a jindy se bratři sešli u něho, u jeho poustevny.

¹ SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 71.

Vedl rozhovor s řeckými filozofy, korespondoval s tehdejšími politiky Konstantinem Augustem a jeho syny Konstanciušem a Konstansem, kteří se o něm doslechli. *Napsali mu jako otci a přáli si od něho dostat odpověď.*²

Antonín byl velmi pokorný a zdrženlivý, proto nechtěl dopisy od krále a jeho synů ani otevřít. Až na naléhání svých spolubratrů, si nechal dopisy přečíst a odpověděl na ně spasitelnými ponaučeními pro jejich život.

*Oni s radostí přijali jeho dopis. Takto byl u všech oblíben a všichni toužili mít ho za otce.*³ *Sloužil příchozím radou i konkrétním uzdravením.*⁴ Dokonce i mnoho soudců se svými obžalovanými přišli za Antonínem a prosili ho o radu a pomoc. *Pán skrze něj uzdravil mnohé, kteří tam byli přítomni a trpěli tělesnými chorobami. Z jiných vyhnal demony a daroval Antonínovi milost, aby mluvil jeho slovy. Mnohé, kteří byli velice smutní, potěšil. Smířil rozhádané a všem vštěpoval, že se ve světě ničemu nemá dávat přednost před láskou ke Kristu. A ve svých rozmluvách měl často na paměti „budoucí hodnoty“ (srov. Žid 10,1) a Boží lásku k lidem. „Když ani vlastního Syna neušetřil, ale vydal ho za nás za všechny, jak by nám tím nedaroval všechno ostatní?“ (Řím 8,32).*⁵

Antonín měl i prorockého ducha, když řekl jednomu nemocnému, který k němu přišel: *„Nemůžeš se vyléčit, dokud jsi zde. Odejdi a když přijdeš do Egypta, uvidíš na sobě dokonalý zázrak.“*⁶ A skutečně se tak stalo a nemocný byl uzdraven.

*Bylo u něj zázračné i to, že ač přebýval v hoře, měl střízlivé srdce a Bůh mu ukázal, co se dělo v dálce.*⁷

1.1.3 Antonínova přímluvná modlitba

Antonín se s lidmi, kteří za ním přišli, modlil. Modlil se za ně, za jejich vnitřní i tělesné uzdravení. Jeho hlavním cílem ovšem bylo ne vzbuzovat obdiv mnohými uzdraveními, které Pán skrze něj a jeho modlitbu konal, ne připoutat příchodí ke své osobě, ale přivést je blíže k Pánu, aby mu vzdávali díky.

² SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 79.

³ Srov. *ibid.*, s. 80.

⁴ *Ibid.*, s. 13.

⁵ *Ibid.*, s. 31.

⁶ *Ibid.*, s. 64.

⁷ *Ibid.*, s. 65.

Antonín byl k trpícím soucitný a spolu s nimi se modlil. A Pán často naslouchal jeho modlitbám za druhé. Ale když ho Pán vyslyšel, nechlubil se. A když vyslyšen nebyl, nereptal. Ale jako sám vždy velebil Pána, tak i trpícím vštěpoval, aby byli trpělivý a věděli, že uzdravení nezávisí na něm ani na lidech, leč pouze na jediném Bohu, který uzdravení dává, kdy chce a komu chce. Proto i trpící přijímali starcova naučení jako léčení a učili se neklesat na duchu, ale spíše mít trpělivost. A když byli vyléčeni, naučili se vzdávat díky ne Antonínovi, ale jedinému Pánu a Bohu.⁸

To je výzva i pro mne, když vydávám svědectví. Neupozorňovat na sebe, ale svým životem ukazovat na Krista. „*Hle beránek Boží!*“ (Jan 1,36). „*On musí růst, já však se menšit*“ (Jan 3,30).

1.1.4 Antonínovo zpytování svědomí

Antonín svým mnichům, kteří za ním přicházeli také zvláště radil, *aby neustále rozjímali o výroku apoštola Pavla: „Slunce ať nezapadá nad vaším hněvem“* (Ef 4,26).⁹

A jak toho docílit, aby temnota hříchu nezatemnila naše srdce a naši duši? K tomu Antonín také našel radu. „*Zkoušejte sami sebe, ...sami sebe zkoumejte!* (2 Kor 13,5). *Proto ať si každý dennodenně uvědomuje své denní i noční přestupky. ...a v čem máme nedostatky, to se snažme zlepšit. Abychom se vystříhali hříchu, zachovávejme následující. Ať si každý z nás všímá a zaznamenává svoje provinění a duševní hnutí a jaksi záměrně si to vzájemně oznamujeme. Buďte ujištěni, že – poněvadž se budeme stydět, že to vyjde na veřejnost – určitě přestaneme hřešit a také myslet na to, co je nečisté.¹⁰ ...tak pokud budeme zapisovat své myšlenky a navzájem si je sdělovat, snadněji se vyvarujeme špatností.¹¹*

Nevybízí Antonín těmito slovy, abychom byli k sobě navzájem upřímní? Abychom tím, že si určité duchovní prožitky a hříchy pojmenujeme a poznamenáme, se stali ve svátosti smíření a v duchovním rozhovoru konkrétnějšími a jasnějšími? Vždyť je velký rozdíl, jakým způsobem své hříchy vyznám. Můžu je buď různě zamlžit a nebo vyznat jasně na rovinu. Ano, když své hříchy vyznám před Bohem a knězem jasně, sice se za ně

⁸ SV. ATANÁŠ *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 63.

⁹ *Ibid.*, s. 62.

¹⁰ *Ibid.*, s. 62.

¹¹ *Ibid.*, s. 63.

více stydím, ale jsem po jejich vyznání více svobodná a pokojná. Potom Bůh může, po rozhřešení kněze, do mého srdce vlít tu pravou vnitřní radost. I kněz může ke mně promluvit daleko konkrétněji a jasněji a může se v tom, co ve svém nitru prožívám, lépe orientovat, jak ve svátosti smíření, tak v duchovním rozhovoru. Já potom můžu s Boží pomocí na sobě pracovat a duchovně růst. Podobně je tomu i s duchovními prožitky a dobry, které jsem zakusila a prožila. Když si je zapíšeš, můžou později oživit mou paměť, posílit mou vděčnost Pánu a povzbudit ve smutku a sklíčenosti.

Také sv. Pavel vybízí, *abychom se nepodíleli na neužitečných skutcích tmy, ale naopak je nazývali pravým jménem. ... „Když se však ty věci správně pojmenují, je jasné, oč jde. A kde se rozjasní, tam je světlo“* (srov. Ef 5,11.13-14).

A k tomu je zapotřebí prosit o světlo a pomoc Ducha svatého, o vytrvalost a odvahu na sobě pracovat. *Pokud budeme sami na sobě pracovat, dospějeme do stavu, že se nám i tělo podrobí* (srov. 1 Kor 9,27), a *„vyjdeme vstříc Pánu“* (srov. 1 Kor 7,32) *„pošlapávající úklady nepřítele“* (srov. Ef 6,11).¹²

1.1.5 Antonínovo duchovní rozlišování

„S Boží pomocí je možné – a není to těžké – rozpoznat, zda jsou přítomni andělé dobří nebo zlí. Vidění svatých bývá klidné. Oni se neprou ani „nekřičí a hlas nepozvedají“ (srov. Iz 42,2; Mt 12,19). *Zjevují se mírně a mlčenlivě. Tehdy se v duši okamžitě rodí radost, veselí a odvaha. „Poněvadž mezi svatými je Pán“* (srov. Mt 1,23; Řím 8,31), *který je naše radost a síla* (srov. Řím 1,16; 1 Kor 1,18; 1,24).

Upřímné myšlenky jsou klidné a netěkají a duše, ozařovaná viděním, nazírá na to, co se zjevilo. Vzniká touha po božských, budoucích rozkoších a zajisté si přeje, aby s nimi byla sjednocena a odešla s nimi. ...Takové to bývá, když se zjeví svatí. ...Vždyť radost a duševní pohoda ukazují svatost toho, kdo se ukázal. Tak se Abraham „zaradoval“ (srov. Jan 8,56), *když spatřil Pána; a Jan Křtitel z hlasu bohorodičky Marie „radostí poskočil“* (Lk 1,41).

...A je-li nějaké zjevení doprovázeno chaosem, vnějším hlukem, pozemskou nádherou, hrozbou smrti a vším, co bylo řečeno výše (zbabělost, rozpaky, roztržitost, žal,

¹² SV. ATANÁŠ *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 63.

nenávist, sklíčenost, bolest, strach ze smrti, zlá žádostivost, nedbalost v získání ctnosti, mravní rozvrat), víte, že to je vpád zlých andělů. Ano, jako znamení vám může posloužit, když duše neustále pociťuje strach z toho, kdo se zjevil, je přítomen nepřítel. Protože démoni nezbavují člověka obavy, jako to učinil veliký archanděl Gabriel u Marie (Lk 1,30) a Zachariáše (Lk 1,13) a ten anděl, který se ukázal ženám v hrobě“ (Mt 28,5).¹³

A k tomu Antonín dodává, **že je nutno se modlit, abychom přijali charisma rozlišování duchů** (srov. 1Kor 12,10), **a jak je napsáno, „nevěřte každému duchu“** (srov. 1 Jan 4,1).¹⁴

A jak tato Antonínova řeč na posluchače působila? *Všichni z toho měli radost. V jedněch vzrůstala láska ke ctnosti, v druhých se vykořeňovala nedbalost, v ostatních ustávala ješitnost. Všichni však byli přesvědčeni, že mají pohrdat d'ábelskými intrikami, a divili se milosti, která byla Antonínovi dána od Pána k rozlišování duchů* (srov. 1 Kor 12,10).¹⁵

Těmito ponaučeními pomáhal Antonín na duchovní cestě svých spolubratrů, aby ve svých srdcích dokázali rozpoznat Boží působení a vyvarovali se nástrahám d'ábla, který může často brát na sebe podobu anděla a nebo naopak duši usoužit všelijakými výčitkami a neklidy.

Ovoce Ducha může být jedním ze stěžejních poznávacích znamení, jedná-li se o Božího Ducha, Boží věc a nebo o pokušení, které pochází od Zlého. Sv. Pavel ve svém listu Galatským nazývá to co pochází od Zlého, jako skutky těla a to, co je z Ducha Božího, pojmenovává jako ovoce Ducha. *„K jakým skutkům vede tělo, je všeobecně známo. Je to: smilstvo, nečistota, chlípnost, modloslužba, čarodějnictví, nepřátelství, sváry, žárlivost, hněvy, ctižádost, nesvornost, stranictví, závist, opilství, hýření a jiné takové věci. ... Ale ovocem Ducha je láska, radost, pokoj, shovívavost, vlídnost, dobrota, věrnost, tichost, zdrženlivost“*... (Gal 5,19–21, 22–23). A pravé ovoce Božího Ducha Zlý duch napodobit nedokáže. Zvláště když toto ovoce zraje v pokorném, poslušném a stálém srdci člověka.

¹³ Srov. SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 46–48.

¹⁴ *Ibid.*, s. 49.

¹⁵ *Ibid.*, s. 53.

1.1.6 Antonínův asketismus

Aby ovoce Ducha mohlo v srdci začít zrát, je třeba se cvičit v denním odříkání z lásky ke Kristu. Všeho na čem lpím a co si přeji jen já a v čem není přítomen Kristus. Zřící se sebe samé i za cenu, že to bude chvíli bolet a že mě to bude stát boj. Teprve potom můžu poznat dokonalou svobodu, zakusit hlubinný pokoj, vnitřní radost a něžnou Boží lásku. To chápu jako pravý asketismus, který umožňuje člověku, aby v něm mohlo Boží slovo být zaseto, růst, a přinášet ovoce Ducha Svatého. K tomu mě oslovila slova sv. Pavla z listu Galaťanům, která uvádí v těsné blízkosti a souvislosti s pojednáním o skutcích těla a ovoci Ducha. *Chci říci toto: „Žijte duchovně, a nepropadnete žádostem těla. Tělo totiž touží proti duchu, a duch zase proti tělu. Mezi nimi je vzájemný odpor, takže neděláte co byste chtěli. ...Protože Duch je naším životem, podle Ducha také jednejme!“* (Gal 5,16-17.25). Takové jednání podle Ducha vede k čistotě duše.

Sv. Antonín o čistotě duše říká: *„Aby byla duše čistá, musí být ve stavu přirozeném, jak byla stvořena. Naopak, jestliže se odkloní a ztratí svou původní přirozenost, nazýváme to špatností duše. Není to těžký úkol, neboť zůstaneme-li přirození, zůstáváme ve ctnosti. Smýšlíme-li však špatně, jako špatní se odsuzujeme.*

*...Usilujme také o to, aby nás neovládl hněv, ani aby nás neovládla žádostivost. ...Neboť máme nebezpečné a úskočné nepřátele, totiž démony. A proto je nutné, abychom bojovali, jak říká apoštol: „Vedeme přece zápas ne proti nějaké obyčejné lidské moci, ale proti knížatům a mocnostem, proti těm, kteří mají svou říši tmy v tomto světě, proti zlým duchům v ovzduší“ (Ef 6,12).*¹⁶

K vítězství v tomto boji nám může napomoci odříkání a umírání sobě samým z lásky ke Kristu. Antonín k tomu krásnými a radikálními slovy vybízí své bratry mnichy a laskavě je přitom oslovuje jako opravdový otec. *„Děti, hleďme konat asketické úkony a nepolevujme. Pán nám v tom pomáhá, jak je psáno: „Víme, že těm, kteří milují Boha, všechno napomáhá k dobrému“ (Řim 8,28). Abychom neochabovali, je dobré přemýšlet o apoštolově výroku: „den co den umírám“ (1 Kor 15,31). Budeme-li žít tak, jako bychom měli každý den umřít, nezhřešíme.“*¹⁷

A tím že, se mniši řídili těmito Antonínovými slovy a duchovní rady a ponaučení si vzali k srdci, *„byly poustevny v horách jako stánek plný božských tváří* (srov Lk.16,9),

¹⁶ SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 35-36.

¹⁷ *Ibid.*, s. 34.

pěvců žalmů, milovníků nauky, asketů, kteří se postili, modlících se lidí, které těšila naděje na budoucí rozkoše a kteří se zabývali ručními pracemi, aby dali almužnu. Měli se navzájem rádi a byli svorní a bylo to opravdu napohled jakési zvláštní území zbožnosti a spravedlnosti. Nebylo tam nikoho, kdo by byl utlačován, neexistovaly tam výčitky poháněče (srov Job 3,18; 39,7). Zato asketů bylo mnoho, avšak všichni měli tutéž jedinou myšlenku: pracovat, aby dosáhli ctnosti. A proto ten, kdo by viděl tyto poustevny a takový řád mnichů, byl by nucen zvolat: „Jak skvělé jsou tvé stany, Jákobe, tvé příbytky, Izraeli! Rozprostírají se jako úvaly, jako zahrady nad řekou, jako vonné stromoví vysázené Hospodinem, jako cedry při vodách“ (Nm 24,5-6).¹⁸

1.1.7 Antonínova kontemplativní modlitba

Celý Antonínův duchovní život i kontemplativní modlitba vycházely ze slyšené věty Božího slova „*Chceš-li být dokonalý, jdi prodej svůj majetek a rozdej chudým, a budeš mít poklad v nebi. Pak přijď a následuj mě!*“ (Mt 19,21). Tuto Pánovu výzvu Antonín ve svém životě radikálně uvedl ve skutek. Všeho se zřekl a vzdal a odešel na poušť do samoty. Totálně se před Bohem vyprázdnil a nabídl mu své prázdné ruce, které Bůh štědře obdaroval. Není to i určitý předpoklad pro mě a pro každého z nás, dát Bohu všechno? Jako vdova v evangeliu, „*která dala všechno, co měla, celé své živobytí*“ (Mk 12,44). Jedině tak může Bůh začít v nás působit a přebývat v srdci a mi můžeme začít s kontemplativní modlitbou a jednoduše spočinout v Boží náruči, v jeho srdci. Pokud jsme plni sebe sama, všemožného bohatství od rozličných myšlenek, slov, tužeb, přání a starostí počínaje, nemá Bůh žádnou šanci k nám přijít a obdarovat nás. Velmi po tom touží, vždyť jeho láska k nám je bezměrná a nevyčerpatelná.

Hned na začátku se Antonín neustále modlil, protože pochopil, že je třeba se modlit bez přestání (srov. 1 Sol 5,17) a v skrytu (srov. M. 6,6; 2 Král 4,33). Rovněž věnoval pozornost předčítání (srov. 1 Tim 4,13), aby nic z Písma nepadlo u něho na zem (srov. 1 Sam 3,19; 2 Král 10,10). Vše si pamatoval (srov. Lk 8,1; 8,5), takže mu paměť nahrazovala knihy.“¹⁹

¹⁸ SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 53-54.

¹⁹ *Ibid.*, s. 21.

Celý Antonínův život je výrazem hluboké askeze a kontempace. Celý jeho život a vše co činil vycházelo právě z ní. V ní byl proměňován a stával se mužem božím, který oslovoval mnohé až dodnes. „Antonín vyšel (z místa, kde byl uzavřen 20 let) jako z nitra nějaké svatyně, zasvěcenec mystérií a božstvím prozářen.“ (Žl 15,1).²⁰

On byl zároveň Marií i Martou (srov. Lk 10,38-42). To co přijal od Pána v kontemplaci, zvěstoval dál skrze své rady a ponaučení, skrze svou angažovanost pro potřeby světa a svých bližních. Tak skrze něj mohl Pán působit a uzdravovat na těle i na duchu ty, kteří se s Antonínem setkali.

„Antonín léčil, ale ne rozkazováním, nýbrž modlitbou a vzýváním Kristova jména. Chtěl, aby všichni věděli, že to nekoná on, nýbrž Bůh prostřednictvím něho zjevuje svoji lásku k lidem a uzdravuje trpící. Antonín se jenom modlil, a kvůli tomu sídlil na hoře (srov. 2 Kol 1,9).

Býval potěšen viděním božích věcí a rmoutil se nad tím, že ho mnozí znepokojují a že je vytahován na povrch hory. ...A všechna jeho námaha bývala ku prospěchu. ...Nicméně více miloval pobyt v hoře.“²¹ „Tak jej tedy poznávali a takové dával odpovědi příchozím. Pak se vždy znovu vracel do nitra hory.“²²

Podle toho můžeme poznat, že Antonín si svou samotu a intimitu s Pánem v poustevně velmi hlídal. Vždyť to bylo jeho místo setkávání se svým nejmilejším Ježíšem, se svým Trojjediným Bohem, Otcem, Synem a Duchem Svatým. Tam s Trojjediným navazoval ten nejnaternější vztah a láskyplné společenství. Jedině tak se Antonín mohl oddat službě druhým a Bůh skrze něj mohl mocně působit.

I pro mne je to ponaučením a dobrým příkladem, vymezit si každý den čas, který výhradně věnuji svému Pánu. Je dobré mít i určité zvolené místo modlitby, kde je možno zajíždět na hlubinu a prožívat niterný vztah s Pánem. Místo, kde jsem sama jen se svým Milovaným, aby si mohl v mém srdci vytvořit místo a v něm byl stále přítomen, abych se mu mohla klanět a k němu se modlit vždy a všude a to nezávisle na místě. Vždyť i Kristus, *když rozpustil zástupy, vystoupil na horu, aby se o samotě modli* (Mt 14,23). *Obyčejně se i Antonín stahoval do své poustevny a stále více prohluboval kající život...*²³

²⁰ SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 12.30-31.

²¹ *Ibid.*, s. 82.

²² *Ibid.*, s. 80.

²³ *Ibid.*, s. 54.

*Stávalo se, že ať Antonín seděl nebo chodil s příchozími, upadal v mlčení...*²⁴

V samotné kontemplaci slova odchází do pozadí, ztrácí svou funkci a důležitost a zůstává jen láskyplné mlčení, které je řečí této modlitby. U kontemplativního člověka potom slova pronesená na veřejnosti mají svou charakteristickou váhu a hloubku. To můžeme pozorovat, když Antonín mluvil s řeckými filozofy, kteří se ho snažili dostat svou slovní moudrostí. On jim na jejich vychytralost odpověděl: „*V kom je síla víry, u toho jsou zbytečné i slovní důkazy. „...Tedy my jako křesťané máme tajemství ne ve slovní moudrosti pohanů, ale v síle víry, kterou nám v Ježíši Kristu poskytl Bůh.*“²⁵

Jako duchovní otec *dával Antonín svým mnichům stále takovouto odpověď: „Věř v Pána a miluj ho.“*²⁶ A v tom spočívá celé následování Ježíše Krista.

²⁴ SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*, 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. s. 80.

²⁵ *Ibid.*, s. 77.

²⁶ *Ibid.*, s. 61.

2. KONTEMPLACE V MÉM ŽIVOTĚ

2.1 Význam slova kontemplace

Slovo Kontemplace pochází z lat. Contemplatio (pozorování, rozjímání, uvažování). Etymologicky tento výraz znamená „s velkým obdivem a uvažováním dlouho hledět.“ Kontemplace byla podle řeckého názoru považována za nejvyšší aktivitu člověka, který ji jako intelektuální poznání (theoria) staví do prvotiny vůči činnosti (praxis).²⁷ Řecké slovo theoria znamená dívat se, vidět, shlédnout představení, náboženský obraz, přemýšlet meditovat, filozofovat.

*V křesťanském pojetí definoval kontemplaci Jan od Kříže jako „vědu lásky, či vlité a milostné poznání Boha, které současně ozařuje duši a naplňuje láskou, aby mohla stupeň po stupni stoupat k Bohu, svému stvořiteli“ (Temná noc, II,18). Kontemplace jako niterná modlitba beze slov, je vrcholem modlitby a 2. vatikánský koncil ji uvádí jako „**přimknutí mysli i srdcem k Bohu**“ (PC 5), jako „**přilnutí k Bohu celou svou bytostí**“ (GS).²⁸*

2.2 Kontemplace jako vyústění rozjímavé modlitby (meditace)

Kontemplace je vyústění rozjímavé modlitby (meditace), kdy ve svém srdci a ve své mysli přemítám o Božím slově a konfrontuji ho s mým životem. Říkám svému Pánu: „*Mluv Pane, tvá služebnice naslouchá*“ (srov. 1 Sam 3,10), co mi dnes svým slovem chceš říci?“ Také prosím Ducha Svatého: „*Přijď Duchu Svatý a otevři mé srdce, mou mysl pro Boží slovo!*“ Tak vstupuji do rozjímání. Často se mi stává, že už nemusím dlouho číst a zasáhne mne jen některá věta nebo jen několik slov a já zůstávám pouze v tom málu, ve kterém je nekonečně mnoho, to co mi chce Pán říci. Tak u mě rozjímavá modlitba přechází v kontemplaci, kde už mlčím a veškerou aktivitu přenechávám Pánu, aktivitu lásky, která mluví tichými doteky své přítomnosti, svého pohledu. Aktivita lásky, která mě spojuje a sjednocuje s celou Boží Trojicí v Otci, Synu i Duchu Svatém.

²⁷ PETROSILLO, P. „Kontemplace.“ *Křesťanství od A až do Z*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakl., 1998. s.103.

²⁸ *Ibid.*, s. 103.

2.3 Kontemplace jako místo pouště, kde Pán promlouvá k srdci

„*Pojď se mnou na poušť a budu ti promlouvat k srdci* (srov. Oz 2,16). Budu tě formovat láskou, budu tě očišťovat, uzdravovat, osvobozovat a duchovně tě otužovat. Nebude to bez bolesti, ale já sám ti budu útěchou a povzbuzením. Ve mně budeš zasazen(a), klíčit růst a zrát pro věčnost. Celá tvá bytost bude mnou proměněna a bude o mně vydávat svědectví.“

2.4 Kontemplace, ve které se utváří osobní vztah s Bohem

Kontemplace je chvílí, kdy můžu Pánu všechno dát, prodat všechno co mám, dát celé své ubohé jmění. Svě lpění na sobě, na mých bližních, na světě, na svých aktivitách a činnostech, na svých úspěších a neúspěších, na svých myšlenkách a dojmech, na mých představách a touhách... Všechno, naprosto všechno patří jedině mému milému, u kterého prodlévám, sedím u jeho nohou a naslouchám jeho slovům. Jak blažený je to okamžik, čas milosti, čas boje, čas pokoje i neklidu, čas spočinutí v Boží náruči, v probodeném láskyplném srdci Trojjediného.

Je chvílí důvěry a vzájemného otevření se, upřímnosti a pravdy, která vede ke svobodě. Vždyť jedině když budu poznávat pravdu, zůstat v ní a žít ji, jen tehdy mě může osvobodit a já se stanu opravdovým Kristovým učedníkem, který se učí duchovně rozlišovat a následovat Krista.

Je chvílí, kdy se stávám ničím, aby Bůh sám ke mně mohl přijít a to něco ve mně byl on sám. Uklidňuje se hladina všech vírů ve mně. Mé myšlenky, slova, emoce a projevy utichají. Já se upokojuji a umírňuji. Pokořuji se, poddávám se Pánu a ustupuji do pozadí a tím se stále blíže k němu přibližuji. On sám si mě k sobě stále víc a víc přitahuje.

Je chvílí vzájemného sebedarování a obdarovávání se. Já jsem nejprve obdarována přítomností mého Ježíše společně s Otcem v jednotě Ducha Svatého. Dostávám od něj velký dar, možnost přebývat v jeho milosti. Tak, abych potom mohla obdarovávat své bližní, ne jenom tím co konám, ale obzvlášť tím, čím jsem v Kristu, jen pouhým mým bytím a mou přítomností.

Je chvílí, kdy se ve mně prohlubuje a roste láska, pokoj a vnitřní radost, kterou mě žádný neúspěch, nezdar, nemoc a nepochopení druhých nemůže vzít. Toto vědomí, že sám

Pán je mou největší radostí, láskou a smyslem mého života, vždy mé rozladění a smutek, někdy dříve nebo později, zažene. Uklidní můj neklid, nasytí mou nespokojenost a touhu, tím, že mi dá sílu vzdát se toho, co mi škodí a co mě zbavuje vnitřního pokoje a radosti, že už netoužím po tom, co jsem jenom já chtěla, ale už toužím jenom po Ježíši.

Co chce, abych já konala, toužím z lásky k němu konat. Čím chce, abych já se stala, tím se já toužím stát.

Proto je to chvíle umírání sobě samé pro Ježíše. Tím, že zaměřím pozornost na něho a vzdám se sebe samé. On mě učí najít správný vztah a přístup ke mně, přijmout a poznat sebe samu a mít se ráda. Ukáže mně jak moc mě miluje, jak jsem mu vzácná a milá, abych i já se pokoušela touto láskou milovat své bližní a pro ně se obětovat.

Je chvíle útěchy nebo také boje sama se sebou až do chvíle, než mám odvahu všeho s čím bojuji se pustit a dát to Pánu.

Je chvílí, ve které Pán oživuje mou paměť a uzdravuje minulost i můj přítomný okamžik. Odhaluje vše skryté, zraňuje i hojí svou láskou. Učí mě zdravě žít, odpouštět a žít se sebou a druhými v lásce a pokoji.

Je chvílí, kdy Pán formuje a určuje mou identitu a dává smysl všemu co dělám, i když mi něco připadá zbytečné a ztrátou času. A já se často ptám: „proč?“ V kontemplaci mi Pán dává tichou odpověď skrze tu nejniternejší a nejhlubší lásku, jaké je schopen jenom samotný Bůh.

Je chvílí, kdy mě Pán učí trpělivosti, čekání, naslouchání, sjednocení se s ním a celým světem v odevzdané a přímělné modlitbě. V sebemenším úkonu lásky, který má hodnotu nekonečnosti a věčnosti a dává smysl mému životu a i všem zdánlivě zbytečným věcem. Učí mě zřeknout se sebe samé pro něho samotného, který je mým pokladem skrytým v poli, a který v kontemplaci nalézám.

Je chvílí, která pramení z eucharistie, kdy přijmu Tělo a Krev mého milého Ježíše, se kterým jsem šťastná.

Je chvílí, která prostupuje celý můj den a v něm každou mou činnost a tím se všechno co dělám může stávat modlitbou.

2.5 Boží slovo jako výzva a impuls ke kontemplaci

V této poslední části mé práce uvádím konkrétní Biblické citáty, které pro mě charakterizují chvíli kontemplace. Jsou mými pomocníky, skrze které do kontemplace vstupuji a vycházejí z mého rozjímání. Potom už jen jednoduše spočívám v Pánu. V láskyplném vztahu s ním. Proto je kontemplace pro mě velkou školou lásky.

Skrze Boží slovo, kterým mě Pán v rozjímání oslovil, jsem opět přiváděna v kontemplaci do hlubiny Boží přítomnosti, když mám tendenci díky mým rozptýleným myšlenkám, starostem nebo únavě vyplouvat na povrch. Je mou nití, která vede, drží a propojuje celý můj den.

Velkým vzorem v naslouchání a uchovávání slyšeného v srdci je Maria, *která všechno co jí bylo řečeno, uchovávala ve svém srdci a rozvažovala o tom* (srov. Lk 2,19.51).

Kontemplace je chvílí pouště, kde ke mně Pán promlouvá a formuje svou láskou. „Proto ji přemluvím, uvedu ji na poušť, budu ji promlouvat k srdci“ (Oz 2,16).

Je chvílí, kdy se ve mně všechno utiňuje a mé srdce se stává domem modlitby. „Je psáno: Můj dům má být domem modlitby, ale vy jste z něho udělali lupičské doupě“ (srov. Lk 19,46).

Je chvílí utišení bouře, která se promění ve vnitřní pokoj a ticho. *Ježíš se probudil, pohrozil větru a poručil moři: „Mlč! Bud' zticha!“ A vítr ustal a zavládlo úplné ticho* (Mk 4,39).

Je chvílí milosti a pokoje. „Milost na poušti našel lid, který vyvázl před mečem. Jdu, abych přinesl mír Izraeli“ (Jer 31,2).

Je chvílí, kdy prodám všechno, co mám (srov. Mt 19,21), **a dám Ježíši všechno, celé své vlastnictví** (srov. Mk 12,44).

Je chvílí odevzdání celého svého života do Božích rukou. „Ať se mnou udělá Hospodin, co chce“ (Rút 1,17).

Je chvílí sednutí si k Pánovým nohám a nasloucháním jeho slovům. *Marie se posadila Pánu k nohám a poslouchala jeho řeč* (Lk 10,39).

Je chvílí lítosti a vroucí lásky, padnutí k Pánovým nohám, rozplakáním se, mazáním oleje a líbáním. *(Kající hříšnice) ...přistoupila zezadu k jeho (Ježíšovým) nohám a rozplakala se; slzami mu začala smáčet nohy a vlastními vlasy je utírat. Líbala je a mazala (drahocenným) olejem“ (Lk 7,38).*

Je chvílí vroucího volání: ... „Ježíši smiluj se nade mnou!“ (Mk 10,47; Lk 18,38).

Je chvílí otevření se Ježíši. „Ježíš vzhledl s povzdechem k nebi a řekl: „Effata!“, to znamená: „Otevři se!“ (Mk 7,34).

Je chvílí samoty. *Když ježíš zástupy rozpustil, vystoupil na horu, aby se o samotě modlil. (Mt 14,23).*

Je chvílí mého hledání a ptání se: „Kde bydlíš Pane?“ a Ježíšovou odpovědí: „Pojď a uvidíš!“ **Když přijmu pozvání zůstanu u Ježíše a spočinu v něm** (srov. Jan 1,38-39).

Je chvílí, odpočinku a uvolnění, kdy opadáva má únava a ve mně se jakoby vše regeneruje a dostávám sílu jít dál. „Pojďte ke mně, všichni, kdo se lopotíte a jste obtíženi, a já vás občerstvím. Vezměte na sebe mé jho a učte se ode mě, neboť jsem tichý a pokorný srdcem, a naleznete pro své duše odpočinek“ (Mt 11,28-30).

Je chvílí lítosti a zpytování svědomí. *Tu šel do sebe... (Lk 15,17), odhodlání vstát, obrátit se a prosit o odpuštění.* „Vstanu a půjdu k svému Otci“... (Lk 15,18).

Je chvílí objetí a políbení, odpuštění a smíření. *Když byl ještě daleko, otec ho uviděl a pohnut soucitem přiběhl, objal ho a políbil (Lk 15,20).*

Je chvílí naděje a očisty. *Každý, kdo skládá tuto naději (v Boha), uchovává se čistý, jako on je čistý (1 Jan 3,3).*

Je chvílí vnitřního spojení. *Zůstaň ve mně a já zůstanu v tobě“... „neboť beze mne nemůžeš dělat nic“ (srov. Jan 15,4-5).*

Je chvílí velebení a chvály. „Velebím tě, Otče, Pane nebe a země, že když jsi tyto věci skryl před moudrými a chytrými, odhalil jsi je maličkým“ (Mt 11,25). *Maria řekla: „Velebí má duše Hospodina a můj duch jásá v Bohu, mém spasiteli“ (Lk 1,46-47).*

Je chvílí Božího navštívení. *Ježíš mu odpověděl: „Kdo mě miluje, bude zachovávat mé slovo a můj otec ho bude milovat a přijdeme k němu a učiníme si u něho příbytek.“ (Jan 14,23).*

Je chvílí nazírání a vzájemného hledění na sebe, splynutí pohledů jednoho v druhém. *Mějme oči upřeny na Ježíše: od něho naše víra pochází a on ji vede k dokonalosti (Žid 12,2).*

Je chvílí světla. *Budou hledět na jeho tvář a jeho jméno ponесou na čele. A noc už (vůbec) nebude ani nebude třeba světla lampy nebo světla slunce: Pán Bůh je bude ozařovat a budou kralovat na věčné věky (Zj 22,4-5).*

Je chvílí uzdravujícího dotyku. Vzájemného dotýkání se. *(Ježíš) vztáhl (na malomocného) ruku a řekl mu: „Chci, buď čistý!“ A hned od něho malomocenství odešlo a byl očištěn (Mk 1,41-42). Když nemocná žena slyšela o Ježíši, šla v zástupu lidí a zezadu se dotkla jeho šatů. Řekla si totiž: „Jestli se dotknu třeba jen jeho šatů, budu uzdravena.“ A hned jí přestalo krváčení a pocítila na těle, že je ze svého neduhu vyléčena (Mk 5,27-29).*

Je chvílí vděčnosti. *Když jeden (z deseti malomocných) zpozoroval, že je uzdraven, vrátil se, mocným hlasem velebil Boha, padl mu k nohám tváří až k zemi a děkoval mu. Byl to samaritán (Lk 17, 15-16).*

Je chvíle pronikání jeden do druhého. *Chvíle sjednocení. Jeden Pán, jedna víra, jeden křest. Jeden Bůh a Otec všech, který je nade všemi, proniká všechny a je ve všech (Ef 4,5-6).*

Je chvíle zůstávání v lásce a milování se jeden druhého navzájem. *Bůh je láska; kdo zůstává v lásce, zůstává v Bohu a Bůh zůstává v něm (1 Jan 4,16). Když se milujeme navzájem, Bůh zůstává v nás, a jeho láska je v nás přivedena k dokonalosti (1 Jan 4,12).*

Je chvílí pokory a sklonění se před Bohem, kdy vložím do jeho rukou své starosti a svou pýchu. *Pokorně se proto skloňte pod mocnou ruku Boží, a on vás povýší, až k tomu přijde čas. Na něj hodte všechnu svou starost, vždyť jemu na vás záleží (1 Petr 5,6-7).*

Je chvílí, kdy se učím čekat a nalézat v čekání smysl. *Má duše čeká na Pána více než strážce na svítání. Více než strážce na svítání, ať čeká Izrael na Hospodina! (Zl 130,6.7).*

Je chvílí, kdy se učím být trpělivá. *Trpělivostí zachráníte svou duši (Lk 21,19). Je chvílí, ve které Pán posiluje mou víru. Apoštolové prosili Pána: „Dej nám více víry!“ (Lk 17,5).*

Je chvílí, kdy Pán ve mně upevňuje věrnost a stálost. *Kdo je věrný v maličkosti, je věrný i ve velké věci, a kdo je v maličkosti nepoctivý, je nepoctivý i ve velké věci (Lk 16,10).*

Je chvílí, kdy v Pánu poznávám pravdu a v něm docházím pravého osvobození. *Ježíš řekl: „Když vytrváte v mém slovu, budete opravdu mými učedníky. Poznáte pravdu, a pravda vás osvobodí“ (Jan 8,31-32).*

Je chvílí, odhodlání zapřít sebe samu, vzít svůj kříž a následovat Ježíše. „Tehdy řekl Ježíš svým učedníkům: „Kdo chce jít za mnou, zapři sám sebe, vezmi svůj kříž a následuj mě!“ (Mt 16,24).

Je chvílí, kdy padnu tváří k zemi a učím se přijímat Boží vůli. (Ježíš) trochu poodešel, padl tváří k zemi a modlil se: „Otče můj, jestliže je možné, ať mne mine tento kalich; avšak ne jak já chci, ale jak ty chceš“ (Mt 26,39). Odešel podruhé a modlil se: „Otče můj, nemůže-li mě (tento) kalich minout a musím jej vypít, ať se stane tvá vůle“ (Mt 26, 42).

Je chvílí, kdy říkám Bohu své „ano.“ Maria řekla: „Jsem služebnice Páně: ať se mi stane podle svého slova!“ (Lk 1,38).

Je chvílí smíření a odpuštění. Ježíš řekl: „Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí“ (Lk 23,34).

Je chvílí vnitřního boje. „...Ježíš zvolal mocným hlasem: „...Bože můj Bože můj, proč jsi mě opustil?“ (Mt 27,46).

Je chvílí žízně a vzájemného napojení. „...„Žízním“ (Jan 19,28). „Dej mi napít!“ (Jan 4,7).

Je chvílí spočinutí a odevzdání se. Ježíš zvolal mocným hlasem: „Otče, do tvých rukou poroučím svého Ducha!“ (Lk 23,43).

Je chvílí vylití Ducha. „A po těch slovech vydechl naposled“ (Lk 23,46).

Je chvílí znovuzrození. „...Jeden voják mu kopím probodl bok a hned vyšla krev a voda (Jan 19,34).

ZÁVĚR

Tato práce mi napomohla uvědomit si to zásadní v životě sv. Antonína Poustevníka (Velikého). Myslím, že jeho život a mnohé duchovní rady mohou napomoci jak k osobnímu duchovnímu životu, tak i k duchovnímu vedení a doprovázení druhých.

Když jsem tuto práci psala, hlouběji jsem si uvědomila, jak je pro mne kontemplativní modlitba životně důležitá a že bez ní nemůžu být opravdu šťastná. Mnohé věci se mi osvětlily tím, že jsem je mohla slovně formulovat. I když ta nejhlubší a nejniternější duchovní zkušenost se slovy dostatečně vyjádřit nedá.

Přála bych si, aby každý mohl v kontemplativní modlitbě, v prostém a láskyplném přebývání s Pánem, nalézt to co ve svém životě hledá a po čem touží. Aby se v ní mohl nechat proměnit a setkat s tím, kdo je smyslem a naplněním všeho - s Trojjediným Bohem.

BIBLIOGRAFIE

SV. ATANÁŠ. *Život sv. Antonína poustevníka*. Přel. Václav Ventura a kol. a s. Edita Mendelová OP. 1. vyd. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 1996. 90 s. Přel. z řec. orig.

SCHAUBER, Věra, a SCHINDLER, Hans Michael. *Rok se svatými*. Přel. MUDr. Vojtěch Pola a Terezie Brichtová OP. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994. 702 s. Přel. z něm. orig. Heilige und Namenspatrone.

PETROSILLO, Piero. *Křesťanství od A až do Z*. Přel. Milena Tesařová a Stanislav Straka. (1.) vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1998. 239 s. Přel. z ital. orig.