JÁ PŘESTO BUDU JÁSAT V HOSPODINU



Uvedení do kontemplace podle encykliky *Laudato si'* papeže Františka

Seminář nejen pro postní a velikonoční dobu

Druhé revidované vydání (korektury z 21. 8. 2022)

Svět je něčím víc než jen problémem,
který je třeba vyřešit.
Je radostným tajemstvím,
jež kontemplujeme
s plesáním a chválou.
papež František, *Laudato si'*, čl. 12



Obsah

Předmluva 2
Praktické podněty 3
Seminární diář 4

Přípravný týden: Skrytost a kontemplace stvoření 5
1. týden postní: Kontemplativní přijetí reality 10
2. týden postní: Kontemplativní evangelium stvoření 14
3. týden postní: Kontemplace uvnitř kořenů krize 21
4. týden postní: Kontemplace uvnitř sítě vztahů 29
5. neděle postní: Kontemplativní dialogické jednání 35

Svatý týden a Velikonoční Triduum: Prázdnota kontemplace 40

Velikonoční doba: Kontemplativní ekologická spiritualita 40
2. velikonoční: Životní styl a kontemplace – PROSTŘEDÍ 41
3. velikonoční: Kontemplativně-ekologická konverze – SRDCE 44
4. velikonoční: Prorocko-kontemplativní životní styl – ŠÍŘKA 47
5. velikonoční: Kontemplace a mystika – HLOUBKA 51
6. velikonoční: Praxe kontemplativního postoje – NÁSTROJE 55
7. velikonoční: Kontemplativní tanec Trojice – KORUNA 59
Slavnost Seslání Ducha svatého: „Hle – všechno tvořím nové!“ 63

Příloha 1: Chvalozpěv Stvoření 66
Příloha 2: Modlitba za naši Zemi (LS 246) 67
Příloha 3: Modlitba křesťanů a celého stvoření (LS 246) 68
Příloha 4: Momenty kontemplativního jednání 69
Příloha 5: Ikona Nejsvětější Trojice Andreje Rubleva 71

Základní použité prameny 72
Další použitá a doporučená literatura 72
Online zdroje pro další inspiraci a orientaci 73

Předmluva

Když jsem se před časem hlouběji zabýval encyklikou papeže Františka Laudato si‘, zaujalo mě, kolikrát se v ní vyskytuje slovo „kontemplace“ či jeho nejrůznější odvozeniny. Pustil jsem se do podrobnějšího zkoumání a přišel na to, že v českém překladu encykliky se termíny odvozené od slova kontemplace vyskytují 18x, ve španělském originále dokonce 24x. Nedalo mi to a pro vlastní potřebu jsem si k tomu zpracoval malou komentovanou studii.[1]

Před začátkem postní doby 2020 pak v naší farnosti vznikla poptávka po nějakém semináři uvádějícím do hlubší kontemplace. K papeži Františkovi jsem tedy přizval ještě sv. Františka z Assisi,[2] oprášil jsem výše zmíněnou studii a použil jsem jí jako základ pro tvorbu podkladů pro tento seminář. Podklady vznikaly za pochodu, týden po týdnu. Na jedné straně průběžně reagovaly na zkušenosti, které s nimi dělali jejich uživatelé, na straně druhé se snažily sledovat základní dynamiku celé encykliky *Laudato si‘*, a to jen s občasnými odskoky do několika málo dalších pramenů.

Po skončení semináře jsem pak texty poslal několika svým přátelům s prosbou o jejich případné zkorigování či doplnění. Některé z těchto podnětů jsem pak v revidovaném textu semináře zohlednil. Děkuji především za podněty zaslané Pavlem Vojtěchem Kohutem, OCD, kterému leží na srdci zdůraznit rozdíl mezi používáním termínu „kontemplace“ u Ignáce z Loyoly coby způsobu vnímání Boha v obvyklých věcech (ze kteréhožto pojetí coby jezuita vychází i papež František) a u Terezie z Avily s Janem od Kříže coby vlitého, mystického daru. Více k tomuto tématu příležitostně v tomto sešitku na příslušných místech v poznámkách pod čarou (které však nejsou nutnou součástí četby semináře a mohou se jimi zabývat jen fajnšmekři, které to baví).

Od předložených textů ovšem ani po této revizi nelze očekávat systematickou nauku o kontemplaci jako takové, ani komplexní výklad samotné encykliky. Spíše jde o sdílení mého osobního hledání na cestě vnitřní modlitby a mé vlastní radosti z četby této encykliky, ve které jsem sám pro sebe i během samotného semináře stále nacházel novou a novou inspiraci. V roce 2021 pak seminář díky letošnímu mottu naší diecéze získal nový titul, který snad lépe odpovídá současné situaci, ve které žijeme: „Já přesto budu jásat v Hospodinu“.

Kromě písemných podkladů jsou účastníkům k dispozici také nahrávky katechezí uvádějících do tématu týdne, případně nahrávky nedělních kázání, kterými jsem se v r. 2020 pokoušel témata semináře zprostředkovat širšímu farnímu společenství. Vše je k dispozici na stránce agas.cz/kontemplace.

Budu opět rád, když mě na můj email (agas7@seznam.cz) po projití této cesty či po pročtení těchto podkladů pošlete jakékoli vaše reakce a návrhy pro další zlepšení, případně vaše zkušenosti, kam vás tyto podněty dovedly.

Petr Hruška
Cheb, leden 2021

[1] Petr Hruška, „Kontemplace v encyklice Laudato si‘ papeže Františka“, k dispozici na agas.cz/texty (Spiritualita)
[2] Obrázek na titulní straně je převzat z knihy Roberto Benotti: Laudato si‘…

Praktické podněty

Základními stavebními kameny semináře jsou **STUDIUM** + **SPOČINUTÍ** + **SDÍLENÍ**. Každý z nich má při semináři svoji vlastní dynamiku a je na každém z účastníků, kterému bude věnovat největší pozornost. Doporučujeme však se věnovat vyváženě všem třem.

- **STUDIUM podnětů z tohoto sešitku a encykliky Laudato si':** Pro každý týden jsou v tomto sešitku (či na webu agas.cz/kontemplace – viz „Uvedení do kontemplace") nabídnuty **podněty** ke kontemplativní **četbě** encykliky papeže Františka *Laudato si' o péči o společný domov* (je proto vhodné – i když ne nutné – mít po ruce její výtisk či elektronickou kopii),[3] které je vhodné si prohloubit poslechem **katecheze** z téhož webu (heslo KATECHEZE). Jako bonus jsou vám tamtéž k dispozici také videozáznamy či audionahrávky nedělních **kázání**, která témata týdne doplňují (nejsou však k semináři nutná).
- **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:** Základem pro absolvování semináře je rozhodnutí každý den věnovat cca 30 min. osobní reflexi a tiché spočívající modlitbě. Je vhodné, pokud tento návyk máme upevněn již před začátkem semináře, je ale také možné si jej obnovit či vytvořit během jeho první, postní části. Doporučujeme každou denní tichou chvíli během semináře začínat pomalým rozjímavým recitováním *Modlitby za naši Zemi* a zakončovat *Modlitbou křesťanů a celého stvoření* (najdete je v *Příloze 2 a 3* na konci tohoto sešitku).
- **SDÍLENÍ ve skupině či s vaším průvodcem:** Pro plodné prožití semináře je pak velkou pomocí, když se s několika dalšími účastníky domluvíte na každotýdenním sdílení se ve **skupině**, kterou si pro tento účel založíte, případně ve **dvojici**, na kterou se domluvíte s někým z ostatních účastníků semináře (je možné se takto scházet i online pomocí videokonference či si jednou týdně zavolat). V tomto sešitku k tomuto sdílení naleznete konkrétní podněty. Je velmi vhodné nechat se během semináře navíc **doprovázet** někým zkušenějším, případně o doprovázení požádat někoho z vedoucího týmu.

TERMÍN: Semináře je možné se účastnit s chebskou farností v postní a velikonoční době 2021 (tj. od 17. 2. do 23. 5. 2021), případně si jeho absolvování časově rozložit dle vlastní potřeby.

TECHNIKA: Je vhodné si před začátkem semináře vyzkoušet, zda vaše technické vybavení (počítač, mobil) dobře zvládá reprodukci do každého týdne uvádějících katechezí (případně tematicky rozvíjejících nedělních kázání), které najdete na příslušném odkazu na agas.cz/kontemplace, případně sdílení přes nějakou videokonferenční platformu (např. meet.vpsfree.cz).

[3] *Laudato si' papeže Františka: encyklika o péči o společný domov* (24. května 2015), Druhé, jazykově a odborně revidované vydání, Praha: Paulínky, 2018 (první vydání r. 2015); v papírové podobě k dostání na e-shopu Paulínek www.paulinky.cz/obchod/produkt/Laudato-si.html jako e-kniha zdarma (e-kniha zdarma ke stažení).

Seminární diář

Přehledně: agas.cz/kontemplace (odkaz „Stránka semináře…“)

Kompletní album kázání a katechezí AUDIO (dále jen odkazy na katecheze)

Postní doba: Kontemplativní cesta pouští dnešního stvoření

Přípravný týden: Skrytost a kontemplace stvoření AUDIO

1. týden postní: Kontemplativní přijetí reality AUDIO

2. týden postní: Kontemplativní evangelium stvoření AUDIO

3. týden postní: Kontemplace uvnitř kořenů krize AUDIO

4. týden postní: Kontemplativní síť vztahů AUDIO

5. týden postní: Kontemplativní dialogické jednání AUDIO

Svatý týden: Cesta do probodeného Srdce stvoření AUDIO

Velikonoční triduum: Prázdnota po prázdnotě volá

Kázání z Velikonočního Tridua AUDIO

Velikonoční doba: Kontemplativní ekologická spiritualita

2. týden velikonoční: Ekologická rovnováha skrze kontemplaci AUDIO

3. týden velikonoční: Kontemplativní ekologická konverze AUDIO

4. týden velikonoční: Prorocký a kontemplativní životní styl AUDIO

5. týden velikonoční: Mystický rozměr kontemplace AUDIO

6. týden velikonoční: Osvojování si kontemplativního postoje AUDIO

7. týden velikonoční: Kontemplativní tanec Trojice AUDIO

Vigilie slavnosti Seslání Ducha svatého: Duch lásky a chvály AUDIO

Závěrečný týden: „Hle – všechno tvořím nové!“ AUDIO

Encyklika Laudato si‘ e-kniha zdarma ke stažení



Přípravný týden: Skrytost a kontemplace stvoření

Encyklika papeže Františka *Laudato si' o péči o společný domov* je orámována chválou a modlitbou. Hned v prvním článku nás papež František citací *Chvalozpěvu stvoření* svého jmenovce Františka z Assisi uvádí rovnýma nohama přímo do postoje chvály, úžasu a vděčnosti, který se bude jako ponorná řeka vinout celým textem a občas se bude jako v jasném zurčení horské bystřiny vynořovat i na povrch:

Buď pochválen, můj Pane" (Laudato si', o mi Signore)*, zpíval svatý František z Assisi. V tomto krásném chvalozpěvu nám připomínal, že náš společný domov je též jako naše sestra, s níž sdílíme společný život, a jako milá matka, která nás přijímá do své náruče: „Ať tě chválí, můj Pane, naše sestra matka země, která nás živí a slouží nám a rodí rozličné plody, pestré květy a byliny.* (LS 1)

O několik odstavců později, ke konci úvodu, se pak ke sv. Františkovi vrací podrobněji, když říká:

V něm (sv. Františkovi) *je patrné, do jaké míry jsou neoddělitelné starost o přírodu, spravedlnost vůči chudým, nasazení pro společnost a vnitřní pokoj*. (LS 10) *Jeho svědectví nám také ukazuje, že integrální ekologie vyžaduje otevřenost kategoriím, které přesahují slovník exaktních věd či biologie a vztahují se k podstatě toho, co je lidské.* (LS 11)

Jedna z těchto „kategorií, které se vztahují k podstatě toho, co je lidské" je pak právě „kontemplativní chvála" či „kontemplativní postoj úžasu" k veškerému stvoření. Aniž by zde papež již použil slovo „kontemplace", vyjadřuje její podstatu na příkladu sv. Františka těmito slovy:

Pokaždé, když František pohlédl na slunce, měsíc i ty nejdrobnější živočichy, reagoval zpěvem a zapojil do své chvály každého tvora způsobem, jaký známe, když se zamilujeme do nějaké osoby. Komunikoval s veškerým stvořením a kázal dokonce květům, „které vybízel, aby chválily a milovaly Hospodina jako bytosti obdařené rozumem". Jeho reakce byla něčím více než intelektuálním oceněním nebo ekonomickou vypočítavostí, protože pro něho bylo každé stvoření bratrem či sestrou, s nimiž jej pojilo citové pouto. Proto se cítil povolán pečovat o všechno, co existuje. Jeho učedník svatý Bonaventura o něm vyprávěl, že „když nahlížel společný původ všech věcí, cítil se naplněn ještě větší zbožností a nazýval i ta nejmenší stvoření bratrem či sestrou". (LS 11)

Již z těchto slov můžeme vyčíst hloubku a šíři významu toho, co za chvilku papež pojmenuje „kontemplací":[4] Je to láskyplný pohled na realitu kolem nás,

[4] Pavel Vojtěch Kohut, OCD, k použití termínu „kontemplace" papežem Františkem v encyklice Laudato si' poznamenává následující: „Ignác z Loyoly a Terezie z Avily s Janem od Kříže žili příliš záhy po sobě, a tak se stalo, že Ignác používá termín v zásadně jiném pojetí než Terezie s Janem. Pro něj jde o způsob vnímání Boha v obvyklých věcech, zatímco pro Terezii a Jana jde o vlitý, mystický dar, který si člověk nejenže nezíská sám, ale ani svou spoluprací s řádnou milostí, jak je

která díky tomuto pohledu pro nás přestává být pouhým „objektem“ našeho zkoumání, ale začíná se našemu vnitřnímu zraku odhalovat jako „subjekt“ volající po osobním vztahu lásky, který se nevyhýbá emocím a který vrcholí v praktickém konání. Jak by nám zde nevyvstala na mysli klasická Burghardtova charakteristika kontemplace jakožto „dlouhého milujícího pohledu na skutečnost“?

Walter J. Burghardt ve svém klasickém pojednání o kontemplaci[5] píše:

Kontemplativní karmelitán William McNamara jednou nazval kontemplaci „čirou intuicí bytí, zrozenou z lásky. Je to zakoušené vědomí skutečnosti a způsob, kterým vstupujeme do bezprostřední sounáležitosti se skutečností.“ A co je to skutečnost, realita? „Lidi, stromy, jezera, hory. Můžeme věci studovat, avšak dokud nevstoupíme do této intuitivní sounáležitosti s nimi, můžeme jen něco vědět o nich, ale neznáme je samotné. Teprve když se odvážíme dlouhého milujícího pohledu na něco – dítě, sklenici vína, krásně vypadající pokrm –, vstupujeme do přirozeného aktu kontemplace, milujícího obdivu.“ … Nikde jsem ještě neslyšel svěžejší vyjádření toho, co je kontemplace: dlouhý milující pohled na skutečnost. Každé slovo je zde klíčové: skutečnost… pohled… dlouhý… milující…:

- *skutečnost* – ne nějaké abstraktní obecné myšlenky, koncepty, či ideje, ale zcela konkrétní realita, ve které každý z nás žijeme, se vší její bídou i slávou, nejen zapadající slunce či ladná srna, ale také AIDS, potraty, chudoba, války a smrt
- *pohled* – ne nějaké analyzování, škatulkování, plánování, popisování, definování, či teologizování, ale zkušenostní prožívání, zakoušení, otevřené vnímání, spočinutí, splynutí, celostné propojení mysli, srdce i těla
- *dlouhý* – ne nutně ve smyslu časové délky, ale pohled neuspěchaný, spočívající v právě prožívané skutečnosti, vstupující do věčného a jediného tady a teď
- *milující* – ne netečný, abstrahující, distancovaný, ale pohled angažovaný, sjednocující se, láskyplně vášnivý či soucítící, kristovsky vše objímající

Burghardt pak uzavírá: *Dlouhý milující pohled na skutečnost. Z takovéto kontemplace vyrůstá společenství. Mám na mysli objevení posvátného v hlubokých, smysluplných setkáních – s Božím stvořením, s Božími lidmi, s Bohem samotným –, kde láska se osvědčuje obětí, onou divokou výměnou všeho za druhé, za onoho Druhého. Takto je naplňováno to, co biskup druhého století Ireneus vyjádřil větou: „Boží slávou je živý člověk!“*

---

tomu u Ignácova pojetí kontemplace.“ Z toho pak vyvozuje, že nelze jen tak bez dalšího komentáře klást vedle sebe výpovědi o kontemplaci Ignáce a Jana a poznamenává, že takto to bohužel někdy dělá i papež František (viz např. LS 234).

[5] Srov. Walter J. Burghardt, SJ, „Contemplation: A Long Loving Look at the Real“, in Church No. 5 (Winter 1989): 14 – 17; k dispozici ke stažení v českém překladu ve formátu .pdf na agas.cz/texty (Spiritualita).

Aby nám neunikla tato základní a nezbytná vzájemná odkázanost hlubokého kontemplativního ponoru a širokého praktického zakořenění v realitě a v péči o všechno, co existuje, papež dále zdůrazňuje:

Tímto přesvědčením nelze pohrdat jako nějakým iracionálním romantismem, protože ovlivňuje rozhodnutí, jimiž se řídí naše jednání. Přistupujeme-li k přírodě a k životnímu prostředí bez této otevřenosti k úžasu a obdivu, nemluvíme-li ve svém vztahu ke světu jazykem bratrství a krásy, budou naše postoje podobné postojům vládce, spotřebitele anebo pouhého vykořisťovatele přírodních zdrojů, neschopného klást meze svým bezprostředním zájmům. A naopak, pokud se cítíme vnitřně sjednoceni se vším, co existuje, pak se spontánně rodí střídmost a péče. Chudoba a střídmost svatého Františka nebyly pouze vnějším asketismem, nýbrž něčím radikálnějším: odmítnutím dělat z reality pouhý předmět užití a nadvlády. (LS 11)

A tím se už papež v závěru dalšího, dvanáctého článku encykliky, poté, co nás v duchu sv. Františka a Písma svatého pozval, *„abychom v přírodě rozpoznali nádhernou knihu, v níž k nám promlouvá Bůh a sděluje nám něco ze své krásy a dobroty“*, dostává k souhrnu všeho doposud řečeného:

Svět je něčím víc než jen problémem, který je třeba vyřešit.
Je radostným tajemstvím, jež kontemplujeme s plesáním a chválou.
papež František, *Laudato si‘*, čl. 12

Přičemž si těsně před tím neodpustí velmi praktickou a sympatickou poznámku:

Proto (sv. František) *požadoval, aby se v konventu vždy část zahrady ponechávala neobdělaná, aby tam mohly růst divoké rostliny a aby ti, kdo je obdivují, mohli pozvedat mysl k Bohu, původci tolikeré krásy.* (LS 12)

Na úplný závěr své encykliky pak František, jako jakési uzavření tohoto základního rámce, připojuje dvě modlitby: *Modlitbu za naši Zemi* a *Modlitbu křesťanů a celého stvoření* (viz dále). V nich pak toto pojetí „kontemplace“ jako žasnoucího zakoušení propojení se vším tvorstvem prohlubuje až ke spočinutí v srdci Trojjediného: Zatímco v první modlitbě nás vede k prosbě *„Nauč nás objevovat hodnotu každé věci,* ***s úžasem kontemplovat*** *a uznávat, že jsme na své cestě k tvému nekonečnému světlu hluboce sjednoceni se všemi tvory…“*, ve druhé modlitbě nás pak vede o krok dál a učí nás prosit Trojjediného, „úžasné společenství nekonečné lásky“: *„Nauč nás* ***kontemplovat tě***[6] ***v kráse veškerenstva****, kde všechno mluví o tobě“.*

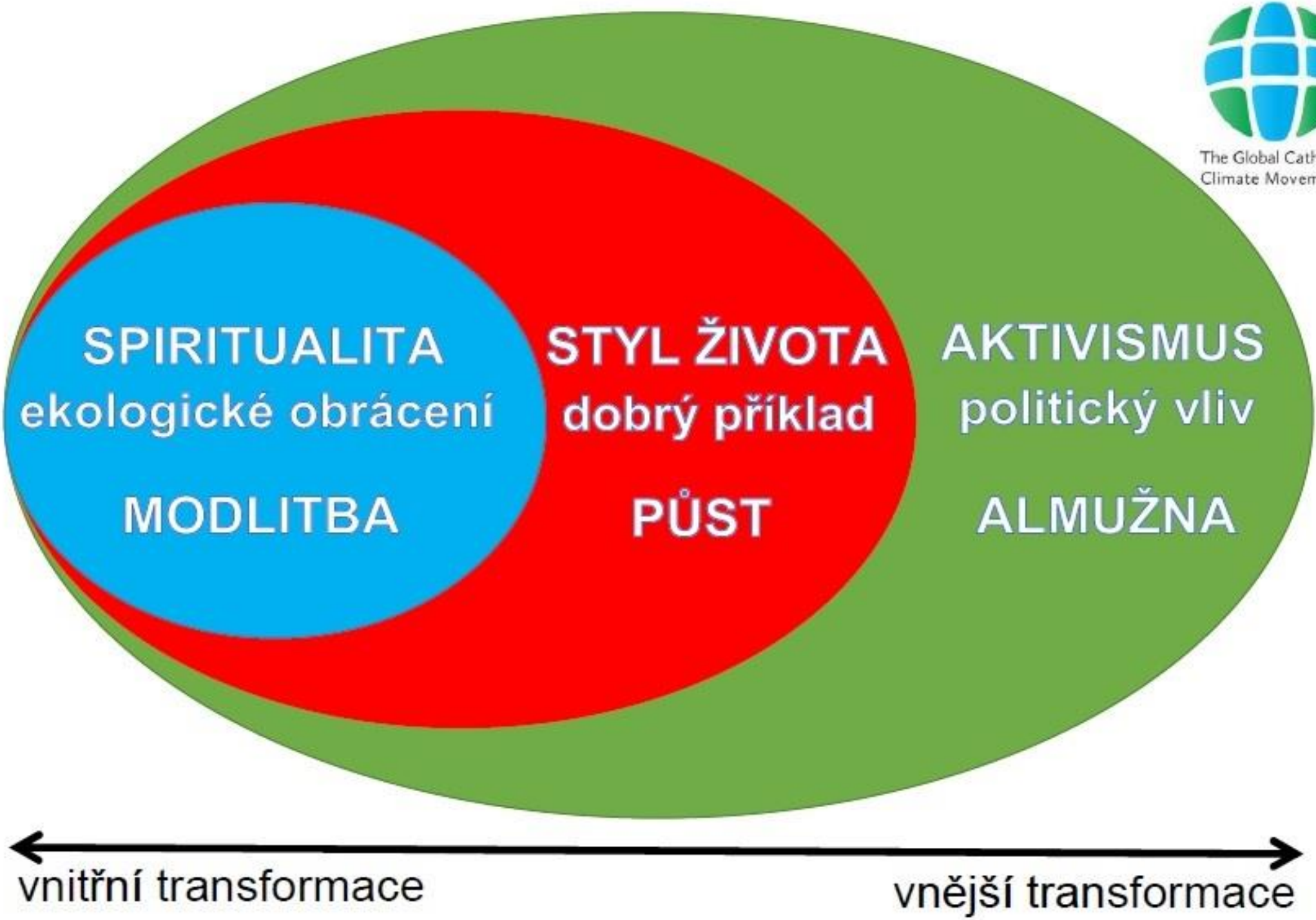
[6] Tak podle španělské předlohy; v českém překladu je zde použit obrat „rozjímat v kráse veškerenstva“.

Ve světle tohoto „kontemplativního rámce“ celé encykliky lze tedy shrnout:

1. Kontemplace (kontemplativní chvalozpěv) je podle papeže Františka v *Laudato si‘* základním, z podstaty člověka plynoucím postojem, na kterém staví svoji „integrální ekologii“ (tj. nauku o péči o společný domov všech živých bytostí a o celé stvoření).
2. Kontemplace v pojetí papeže Františka v *Laudato si‘* v sobě hluboce propojuje tři rozměry (viz grafika na následující stránce):
   a. *přirozený*, politický rozměr zakoušení sounáležitosti a propojenosti člověka s celou společností a celým stvořením („almužna“)
   b. *praktický*, akční rozměr proměny našeho konání a životního stylu a spolupráce na proměně světa skrze náš osobní životní styl („půst“)
   c. *spirituální*, snubní rozměr láskyplné osobní účasti člověka a všeho tvorstva na hlubokém společenství Trojjediného („modlitba“)
3. Kontemplace podle papeže Františka v *Laudato si‘* zahrnuje jak hluboký a soucítící ponor do „tajemství“, tak jásavou zkušenost „plesání a chvály“.

Praktické podněty pro přípravný týden

1. Z encykliky *Laudato si‘* si můžete prostudovat její úvod, články **LS 1 – 16**.
2. Dle možností se s pár dalšími domluvte na scházení malé skupiny.
3. Včas si vyzkoušejte poslech z webu agas.cz/kontemplace, aby vás nezaskočila nedostatečná technika či chybějící dovednosti práce s ní.
4. Z výše odkazovaného webu si sami či ve skupině poslechněte katechezi uvádějící do přípravného týdne, případně i kázání z Popeleční středy.
5. Promeditujte si evangelium z Popeleční středy **Mt 6,1-18** a ve světle grafu na následující straně se tam zaměřte na slovíčka „modlitba“ (čas pro Boha, spiritualita, ekologické obrácení), „půst“ (čas pro sebe, životní styl, dobrý příklad), „almužna“ (čas pro druhé, aktivismus, politický vliv).
6. Obnovte návyk „denní tiché chvíle“ (stálý čas, stálé místo, dle možností tiché prostředí, pohodlné stabilní vzpřímené sezení, časomíra…)
7. Pokud se sejdete s ostatními, můžete se kromě o tématech načrtnutých v tomto úvodu také sdílet o praxi denní tiché chvíle a navzájem si svými zkušenostmi pomoci při obnově její pravidelnosti a praktického provedení.
8. Denní tiché chvíle můžete začínat pomalým rozjímavým recitováním ***Modlitby za naši Zemi*** a zakončovat ***Modlitbou křesťanů a celého stvoření*** (najdete je v *Příloze 2* a *Příloze 3*). Mezi tím se tento týden nechte nést ***Chvalozpěvem Stvoření sv. Františka*** (najdete jej *v Příloze 1*) a pozváním k „dlouhému milujícímu pohledu na skutečnost“. Vyberte si nějakou část skutečnosti, ve které žijete, která je pro vás poslední dobou živá či silná, a „dovnitř“ této skutečnosti vyzpívejte onen Františkův chvalozpěv („Buď pochválen, můj Pane, i v těchto okolnostech mého života…“).


The Global Catholic Climate Movement
SPIRITUALITA
ekologické obrácení
MODLITBA
STYL ŽIVOTA
dobrý příklad
PŮST
AKTIVISMUS
politický vliv
ALMUŽNA
vnitřní transformace
vnější transformace

1. týden postní: Kontemplativní přijetí reality

V první kapitole encykliky *Laudato si'* („Co se děje našemu domovu“) papež František zkoumá a konkrétním způsobem popisuje současnou situaci našeho světa a společnosti a k témuž zve i nás všechny: *„**Vydejme se na cestu** … skrze otázky, které nás dnes znepokojují a nelze je už zametat pod koberec“* (LS 19).

Na této cestě se zabývá se *třemi oblastmi péče o Zemi* (znečištění a klima, voda a zdroje, biodiverzita ekosystémů) a *dvěma oblastmi péče o člověka* (kvalita života, globální nerovnost). Nakonec konstatuje nedostatečnost našich reakcí na tyto krizové oblasti, když vášnivě zvolá: *„**Sestra země v těchto situacích bolestně naříká**, čímž se připojuje ke **sténání opuštěných tohoto světa**, kteří od nás s pláčem požadují změnu směru“* (LS 53).

Pro naše téma kontemplace je pak klíčová věta, upřesňující **cíl této cesty**:

> *Cílem není hromadit informace nebo sytit zvědavost, nýbrž **uvědomit** si, odvážně přijmout jako své vlastní utrpení to, co se děje světu, a pak **poznávat**, jakým způsobem může každý z nás **pomoci**.*
>
> papež František, *Laudato si'*, čl. 19

Tři z těchto čtyř cílů četby příběhu „Co se děje našemu domovu?“ lze spojit s „pastoračním trojkrokem“, který ve farnosti často zdůrazňujeme: **VIDĚT** (zde „uvědomit si“), **SOUDIT** (zde „poznávat“), **JEDNAT** (zde „pomoci“).[7]

To, co by nám však v tomto „trojkroku“ mohlo uniknout, je postoj, který je zmíněn mezi oním „uvědomit si“ a „poznávat“: ***odvážně přijmout jako své vlastní utrpení to, co se děje světu***. A právě tento postoj lze považovat za **klíč** ke kontemplativní „četbě“ reality. Nejde však o ledajaké přijetí: jde o přijetí „odvážné“, protože **bolest dnešního světa při něm přijímáme „za vlastní“, ztotožňujeme se s ní**, zakoušíme, že jsme součástí matky sestry Země v provázanosti všech vztahů: *„Poněvadž všichni tvorové jsou mezi sebou spojeni, musí se citlivě a s obdivem uznávat hodnota každého z nich; my všechny stvořené bytosti se navzájem potřebujeme“* (LS 42; srov. LS 137, 138).

Tato na první pohled neradostná četba místy velmi drastického popisu současného **stavu naší sestry matky Země** se tímto „přijetím za vlastní“ může stát četbou navýsost kontemplativní, pravdivou a plodnou. Nemůže být totiž uzdraveno a proměněno, co nebylo přijato.

[7] VIDĚT (vnímat, naslouchat, popsat a zmapovat situaci, zde „uvědomit si“); SOUDIT (porozumět souvislostem a posoudit příčiny a následky, zde „poznávat“); JEDNAT (navrhovat řešení a hledat cesty k jejich realizaci, zde „pomoci“). Je na místě si také všimnout, že podle tohoto „trojkroku“ je vystavěna celá struktura encykliky Laudato si' (viz LS 15 a praktické podněty 1b připojené níže na str. 12 tohoto sešitku). První kapitola *Laudato si'* se proto zaměřuje především na onen první krok (či „vrstvu“ naší zkušenosti): VIDĚT (samozřejmě s přesahy do porozumění souvislostem i k podnětům k praktickému jednání).

Podobně jako do kontemplace našich osobních životů je vhodné vstupovat skrze postoj **„přijímám vše“**, i zde nás těchto 44 článků první kapitoly encykliky *Laudato si‘* chce **uvést do láskyplného, soucitně angažovaného přijetí**, které je díky délce a hloubce kontemplativního pohledu zároveň plné naděje a odvahy k jednání v duchu výzvy, *„aby se dopřálo jak **křiku země**, tak i **křiku chudých**“* (LS 49), která se prolíná celou 1. kapitolou encykliky.

I když se v 1. kapitole slovo „kontemplace“ nevyskytuje, vztahují se k této kapitole dva papežovy výroky o kontemplaci z kapitol pozdějších. Když papež ve 4. kapitole mluví o „přednostní volbě pro chudé“ a nutnosti praktického kroků z ní plynoucích, dodává pak, že tato volba pro chudé *„vyžaduje především, abychom ve světle nejhlubšího přesvědčení víry dokázali **kontemplovat**[8] **nesmírnou důstojnost chudých**“* (LS 158). Později, v 5. kapitole věnované dialogu jako hlavnímu nástroji pro naše praktického jednání plynoucí z tohoto „pozorování reality“, se pak František vrací k závěrům tohoto „průzkumu“ z 1. kapitoly, když píše: *„Ačkoli nám už **toto kontemplování reality samotné**[9] naznačuje směr potřebné změny a napovídá nám, jak činně reagovat, přece se nyní pokusím nastínit cesty dialogu, jež nám pomohou dostat se ze sebedestruktivní spirály, do níž se propadáme“* (LS 163).

Ve světle těchto dvou zmínek o plodnosti „kontemplování reality“ a o nezbytnosti „kontemplování důstojnosti chudých“ může i četba náročné 1. kapitoly pro nás vytvořit prostor, ve kterém lze „nacházet Boha ve všech věcech“ (sv. Ignác z Loyoly) – jako **toho, který tuto zraněnou realitu ve svém Synu zcela přijal**, zcela se s ní ztotožnil a zcela jí pronikl (a to včetně našeho hříchu i strukturálního hříchu, kterým trpí naše sestra matka Země). Vždyť náš nebeský Otec *„toho, který hřích nepoznal, za nás učinil* (ztotožnil s) *hříchem, abychom se my v něm stali Boží spravedlností“* (2 Kor 5,20). Právě toto „přijetí utrpení za vlastní“ v Kristu je nejhlubším kořenem onoho „láskyplného“ (sebevydávajícího, sebepřesažného, soucitného, angažujícího se) rozměru **kontemplace** jako „dlouhého láskyplného pohledu na skutečnost“.

Možná pak budeme mít také „čistší srdce“, které nám umožní „vidět Boha“ i díky často skryté kráse a mnoha malým, ale důležitým pozitivním příkladům dobré praxe (srov. výčet v LS 58), o nichž papež říká, že sice *„tato díla neřeší globální problémy, ale potvrzují, že **lidská bytost je ještě schopna pozitivního působení**. Byla stvořena k lásce, a tak lidská bytost i uprostřed svých omezení **dává prostor projevům velkodušnosti, solidarity a péče**“* (LS 58).

Opět i zde se nám tak nakonec ukazuje ona **hluboká provázanost mezi kontemplací / vnitřní transformací** („spiritualita“ – „modlitba“) **a akcí / vnější transformací** („aktivismus“ – „almužna“) volající zároveň po hluboké proměně

[8] Překlad je dle španělského textu; v českém oficiálním překladu je použit obrat „rozjímat o nesmírné důstojnosti“.
[9] Překlad je dle španělského textu; v českém oficiálním překladu je použit obrat „tento pohled na skutečnost samu“.

našeho života („styl života“ – „půst“), jak jsme ji prezentovali v souhrnu na str. 8 a v grafu na str. 9 při uvedení do přípravného týdne.

A protože ***„realita je důležitější než idea“*** (jak papež František podrobně rozebírá v exhortaci *Evangelii gaudium* čl. 231 – 233 a jak to dvakrát zmiňuje i v *Laudato si‘*, čl. 110 a 201), **vstupní branou** nejen do encykliky *Laudato si‘*, ale i **do nových hlubin našeho osobního kontemplativního života**, může být právě **výzva k přijetí této reality (světové i osobní), takové, jaká je**. A to v rozhovoru s Kristem, který se do ní ponořil dávno před námi.[10]

A spolu s Ním a v Něm pak také **tuto realitu můžeme v kontemplativním postoji zas o něco hlouběji přijmout** a zevnitř svého postupně se proměňujícího životního stylu s důvěrou a trpělivě spolupracovat na proměně a uzdravení celé naší sestry matky Země.

Praktické podněty pro 1. týden postní

Podle svých možností můžete samozřejmě použít jen některé z nich, nebo se nechat vést nějakým jiným způsobem, který vám bude vyhovovat právě vám.

1. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**
   a. Poslechem katecheze 1. postního týdne (případně kázání z 1. neděle postní) se seznamte s tématem (odkazy najdete na agas.cz/kontemplace).
   b. Studium si můžete doplnit prolistováním celé encykliky *Laudato si‘* a vnímáním provázanosti (viz také LS 15) ve světle „trojkroku“ VIDĚT – SOUDIT – JEDNAT: popis situace (1. kap.) – posouzení (3. kap.) a systematizování (4. kap.) ve světle Písma (2. kap.) – praktické jednání v dialogu (5. kap.), výchově a spiritualitě (6. kap.)
   c. Ve světle podnětů z katecheze a tohoto sešitku si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst 1. kapitolu *Laudato si‘* (LS 17 – 61).
2. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**
   a. Pokračujte dle svých možností v pravidelném **praktikování svých denních tichých chvil**, a pokud je ještě nemáte zaběhlé, nebojte se experimentovat s pro vás a váš životní rytmus a tělesnou konstituci nejvhodnějšími časy (ráno, večer), místy (skrytý kout, příroda) a postoji (vzpřímené meditativní sezení, stání v postoji chvály, chůze přírodou či městem apod.). Zvláště během postní doby buďte ale také odvážní a svůj životní rytmus naopak zkuste přizpůsobit vaší touze po tomto prostoru kontemplace. Třeba tím, že si čas pro denní tichou chvíli do svého denního plánu vložíte jako jeden ze

[10] Toto je také jedním z klíčových důrazů uvedení do vnitřní modlitby od bosého karmelitána Pavla Vojtěcha Kohuta, který ve svém *Slabikáři vnitřní modlitby po způsobu sv. Terezie z Ávily* (Portál, Praha 2016) tomuto rozměru vnitřní modlitby věnuje 7. kapitolu „Slabikáře“ nazvanou „Vylévejte před ním své srdce aneb Svobodná rozmluva“ (str. 81 – 90; srov. také již str. 54 – 56 „A co tak přinášet svůj život před něj?“) a později celou knihu (*Prvouka vnitřní modlitby: Jak probírat svůj život s Bohem podle Terezie z Ávily*, Portál, Praha 2018).

vzácných „drahokamů“ jako první (hned vedle času pro vaše nejbližší či pro odpočinek) a ostatní menší „oblázky“ těmto „drahokamům“ mu pak přizpůsobíte. Konkrétní příklad postního rozhodnutí (srov. LS 47 o vlivu médií): „Během postní doby neotevřu svůj mobil (počítač, televizi, knihu, pracovní diář), dokud za sebou nebudu mít svoji denní tichou chvíli.“

b. Svůj „dlouhý, milující pohled na skutečnost“ při těchto tichých chvílích během týdne někdy zaměřte na **„skutečnost“ našeho „společného domova“**, na skutečnost našeho „velkého světa“, naší sestry matky Země, jak je načrtnuta papežem Františkem v 1. kapitole *Laudato si‘* (k tomu vám může pomoci meditativní procházka přírodou či městem), jindy pak zas na **„skutečnost“ vašeho osobního vnitřního světa** či světa vašich nejbližších osobních vztahů, kde můžete také kontemplativně vnímat nádheru i zraněnost tohoto vašeho malého osobního světa.

c. Cílem této „kontemplativní četby“ skutečnosti vašeho velkého i malého světa není analyzování, hledání řešení problémů, ani vyčítání, ale především „odvážné přijetí“ této skutečnosti. Po prvotním „naskenování“ nádhery či zraněnosti povrchu této vaší skutečnosti a po postavení se před Boží tvář např. pomocí *Modlitby za naši Zemi* papeže Františka (či *Chvalozpěvu stvoření* sv. Františka) vám při tiché chvíli může pomoci použití krátké fráze v rytmu dechu: **„všechno přijímám“** (při nádechu), **„všechno Ti dávám“** (při výdechu). Zakončit můžete *Modlitbou křesťanů a celého stvoření* papeže Františka (či *Chvalozpěvem stvoření* sv. Františka).

3. SDÍLENÍ ve skupině, se kterou se přes týden scházíte:[11]

a. Při společném (virtuálním) setkání se můžete sdílet o to, co vás *minulý týden* při kontemplativní četbě Úvodu *Laudato si‘* či skutečnosti vašeho osobního života **oslovilo, zasáhlo, povzbudilo či zneklidnilo**. Je dobře zůstat na této osobní rovině „vnímavosti srdce“ (první krok z našeho „trojkroku“) a nezabředávat do přemýšlení a diskuzí o samotné analýze či naznačovaných řešeních (druhý a třetí krok našeho „trojkroku“) – jde nám především o naslouchající angažované vnímání reality, ne o její rychlé řešení.

b. Můžete se také sdílet o vaší **osobní praxi denních tichých chvil** s prvotním zaměřením se na proces či zkušenost (tj. jak se nám dařilo si denní tiché chvíle vyhradit, co jsme při nich prožívali), ne na obsah či reflexi (tj. co nás při nich či po nich napadalo či o čem jsme přemýšleli).

c. Pokud máte víc času, je možné k tomuto osobnímu sdílení samozřejmě přidat i **čas pro spíše studijní diskuzi** nad přečteným Úvodem *Laudato si‘*.

[11] Pokud žádnou takovouto příležitost ke sdílení opravdu nemůžete (či z nějakých důvodů nechcete) najít, můžete tyto podněty využít i jako podněty k osobní reflexi (či reflexi ve dvojici) na závěr daného týdne. Pokud se ve skupince scházíte spíše ke konci týdne, můžete se ve sdílení či diskuzi vracet spíše už k probíhajícímu týdnu.

2. týden postní: Kontemplativní evangelium stvoření

Jádrem poselství minulého týdne bylo povzbuzení ke kontemplativní „četbě" reality vlastního životního příběhu propojeného s realitou naší sestry matky Země a celého stvoření. **Královskou branou** k této „četbě knihy života a knihy přírody" byl postoj vnímavého, odvážně soucítícího „přijetí". A to s důvěrou, že **celé stvoření bylo již dávno před námi zcela přijato Kristem**. A právě prohloubení, rozvinutí a osobní zakoušení tohoto nejhlubšího důvodu pro naše přijetí stvoření, tohoto předcházejícího přijetí celého stvoření Kristem, je **tématem tohoto druhého týdne našeho semináře**.

Abychom byli schopni „číst knihu vlastního života a knihu přírody" tímto láskyplným způsobem, **potřebujeme sami takovýto láskyplný způsob přijetí nás samotných vnímat a zakoušet**. Částečně se nám této zkušenosti přijetí dostává i skrze samotné stvoření (krásu a pohostinnost přírody, hluboké mezilidské vztahy), avšak kvůli narušení a zraněnosti stvoření potřebujeme tento hlas *„Ty jsi můj milovaný syn / ty jsi má milovaná dcera"* znovu a znovu slyšet i přímo od toho, kdo si nás zamiloval navěky.

Proto je vedle **vnášení našeho života a světa do modlitby** druhým základním rozměrem vnitřní modlitby **naslouchání Božímu slovu v Písmu svatém**.[12] A právě tomu se věnuje i druhá kapitola encykliky *Laudato si'* nazvaná „Evangelium stvoření". Hned zpočátku jsme papežem ujištěni a vyzváni:

Uvědomujeme-li si složitost ekologické krize a jejích rozmanitých příčin, musíme uznat, že řešení nemohou vzejít z jediného způsobu interpretace a proměny reality. Je nezbytné opírat se také o různorodé kulturní bohatství národů, o umění a poezii, o ***vnitřní život a spiritualitu****. Chceme-li doopravdy rozvíjet ekologii, která nám umožní napravit všechno, co jsme zničili, pak nesmíme přehlížet žádné vědecké odvětví a žádnou formu moudrosti – ani tu náboženskou včetně jejího vlastního jazyka.* (LS 63)

Tento „vlastní jazyk" náboženské moudrosti křesťanů je nám k dispozici především v Písmu svatém a v textech z něj vycházející duchovních autorů.

Papež František v druhé kapitole *Laudato si'* nabízí nejprve **některé příklady příběhů První smlouvy** („II. Moudrost biblických příběhů", LS 65 – 75) a na závěr kapitoly pak pod nadpisem „VII. Ježíšův pohled" ukazuje **dovršení těchto biblických příběhů v Nové smlouvě**. Některé z nich vám budou dále nabídnuty jako „biblická čítanka" pro denní tiché chvíle tohoto druhého týdne.

[12] Což opět odpovídá druhému z klíčových důrazů uvedení do vnitřní modlitby od bosého karmelitána Pavla Vojtěcha Kohuta, který ve svém *Slabikáři vnitřní modlitby po způsobu sv. Terezie* z Ávily (Portál, Praha 2016) tomuto rozměru vnitřní modlitby věnuje 6. kapitolu „Slabikáře" nazvanou „Řiďte se evangeliem aneb Přemítavá meditace" (str. 69 – 79; srov. také již str. 47 – 50 „Přinášejte před sebe Jeho život") a později celou samostatnou knihu (*Čítanka vnitřní modlitby aneb Jak meditovat Písmo podle Terezie z Ávily*, Portál, Praha 2017).

Kontemplovat stvoření ve světle Božího slova v Písmu

V prostřední části druhé kapitoly encykliky *Laudato si'* (LS 76 – 95) papež František rozvíjí hlubokou **teologii stvoření**, kterou stojí za to se přes týden celou pečlivě prostudovat. Pro naše účely odkrývání srdce *Laudato si'* v kontemplativní chvále stvoření sycené kontemplativní četbou Písma svatého zde uvedeme jen **některé klíčové úryvky**:

Ve třetí části („III. Tajemství veškerenstva") papež říká: *On **(Bůh) je přítomen uvnitř každé věci**, aniž by ovlivňoval samostatnost svého stvoření…* (LS 80; srov. také LS 88 citujíce brazilské biskupy: *Celá **příroda**, kromě toho, že zjevuje Boha, je **místem jeho přítomnosti**. V každém stvoření přebývá jeho oživující Duch, který nás volá ke vztahu s ním.*). A později: ***Cílem putování veškerenstva je plnost Boží, které již dosáhl zmrtvýchvstalý Kristus**, jenž je středem jednoty, k níž všechno směřuje…*[13] *Všichni se … spolu s námi a skrze nás ubírají ke společnému cíli, kterým je Bůh, v transcendentní **plnosti, kde všechno objímá a osvěcuje vzkříšený Kristus**. Člověk obdařený inteligencí a láskou a **přitahován Kristovou plností** je povolán **přivést všechno tvorstvo k svému Stvořiteli**.* (LS 83)

Ve čtvrté části („IV. Poselství každého tvora v harmonii veškerého stvoření") se pak papež František s odkazem na Jana Pavla II. výslovně vrací k tématu kontemplace stvoření, které jsme promýšleli v prvním týdnu: *Tato **kontemplace stvoření** nám umožňuje skrze všechny věci objevovat nějaké poučení, které nám chce Bůh sdělit, protože „**kontemplovat stvoření** znamená pro věřícího **naslouchat poselství, slyšet paradoxní a tichý hlas**"* (LS 85). Ovšem také zde, opět s odkazem na Jana Pavla II., zmiňuje že *„**Boží projevy … v záři slunce i v okamžiku, kdy nastává noc**"* existují *„**vedle zjevení ve vlastním smyslu slova, obsaženého ve Svatých písmech**"* (LS 85). A právě na toto „zjevení ve vlastním smyslu slova, obsažené ve Svatých písmech" se chceme zaměřit tento týden jako na další **hutnou potravu pro naši modlitbu**.

Kontemplace podle papeže Františka se tedy v tomto světle opět ukazuje jako **vnímavý hluboký pohled na stvoření**, jako tiché **naslouchání Božímu hlasu uvnitř tohoto stvoření**, či jako vnímavost vůči Božím projevům přicházejícím k nám **jak v záři, tak v temnotě našich životů**, což je vše umožněno a pročištěno **naslouchán Božímu hlasu v Písmu** a dovršeno **Kristovým zmrtvýchvstáním a přitažlivou silou Zmrtvýchvstalého**.

Díky této plnosti Boží a zacílenosti na Zmrtvýchvstalého se na naší cestě nemusíme obávat rozmanitosti, mnohotvárnosti, a tak ani zranitelnosti a konfliktů. Naopak *potřebujeme vnímat rozmanitost věcí v jejich mnohotvárných*

[13] S odkazem na dílo P. Teilharda de Chardina v pozn. č. 53 na str. 56 encykliky *Laudato si'*.

vztazích, přičemž ***důležitost a význam jakéhokoli tvora můžeme … lépe pochopit, když jej kontemplujeme v celkovém Božím plánu*** (LS 86) – což je opět jen jiné **vyjádření potřebnosti sytit i naši kontemplativní modlitbu nejen vnímáním stvoření, ale také naslouchánímBožímu slovu v Písmu**.

Kontemplovat stvoření uvnitř sítě propojených vztahů

Tuto celostnou kontemplaci pak papež František nádherným citátem z *Katechismu katolické církve* **zasazuje do sítě vzájemně provázaných vztahů** v celém stvoření, když v témže článku dodává: *Katechismus učí: „**Vzájemná závislost tvorů** je Boží záměr. Slunce a měsíc, cedr i malý květ, orel i vrabec: pohled na jejich nesčetné rozmanitosti a nerovnosti nám říká, že žádný tvor si sám nestačí, že tvorové existují jen ve vzájemné závislosti, aby se navzájem doplňovali a sloužili jeden druhému“ (KKC 340).*

A navazuje pak dlouhou citací *Chvalozpěvu stvoření* sv. Františka (LS 87):

*Když si uvědomujeme **odlesk Boha ve všem**, co existuje, **srdce zakouší touhu klanět se Pánu za všechno tvorstvo a spolu s ním**, jak je to zřejmé v nádherném chvalozpěvu svatého Františka z Assisi:*

***Ať tě chválí, můj Pane**, všechno, co jsi stvořil,*
zvláště pak bratr slunce,
neboť on je den a dává nám světlo,
je krásný a září velkým leskem,
vždyť je, Nejvyšší, tvým obrazem.
***Ať tě chválí, můj Pane**, sestra luna a hvězdy,*
stvořils je na nebi jasné, vzácné a pěkné.
***Ať tě chválí, můj Pane**, bratr vítr*
a vzduch i oblaka, jasná obloha i každé počasí,
kterým živíš své tvory.
***Ať tě chválí, můj Pane**, sestra voda,*
která je velmi užitečná, pokorná, vzácná a čistá.
***Ať tě chválí, můj Pane**, bratr oheň, kterým osvětluješ noc*
a on je pěkný, příjemný, mocný a silný.

Chvalozpěv stvoření, *Františkánské prameny*, 263

V navazující páté části („V. Univerzální společenství“) papež vychází z tohoto intimního propojení celého stvoření mezi sebou navzájem a opět zdůrazňuje **nezbytnost propojení péče o stvoření s péčí o druhé lidi**, které je vlastní každému autentickému kontemplativnímu postoji:

Pocit vnitřního spojení s ostatními bytostmi přírody nemůže být autentický, pokud nám v srdci zároveň chybí něha, soucit a starost o druhé lidi. *Je evidentní, že není sám v sobě koherentní ten, kdo bojuje proti obchodu se zvířaty,*

jímž hrozí vyhynutí, ale zůstává lhostejným vůči obchodování s lidmi, nestará se o chudé anebo je odhodlán zničit druhého člověka, který mu není vhod. Nikoli náhodou svatý František ve chvalozpěvu stvoření, jímž chválí Boha, dodává: „Ať tě chválí, můj Pane, ti, kdo odpouštějí pro tvou lásku.“ ***Všechno je propojeno.*** *Proto* ***je žádoucí, aby se péče o životní prostředí pojila s upřímnou láskou k lidským bytostem a s neustálým nasazením za řešení problémů ve společnosti.*** (LS 91)

A v dalším článku dodává: ***Srdce je jedno jediné*** *a tatáž ubohost, která vede ke špatnému zacházení se zvířetem, se zanedlouho projeví i ve vztahu k jiným osobám…* ***Všechno je ve vztahu****, a my, všichni lidé, jsme sjednoceni jako bratři a sestry na podivuhodné pouti, spojeni láskou, kterou chová Bůh ke každému svému tvoru a která něžným citem pojí také nás k bratru slunci, sestře luně, sestře řece a matce Zemi.* (LS 92)[14]

Kontemplovat stvoření ve světle Zmrtvýchvstání

Celou kapitolu pak papež uzavírá opět poukazem na Zmrtvýchvstalého, který obestírá i naplňuje celé stvoření:

Takto se tvorstvo tohoto světa již nejeví jako pouhá přirozená realita, protože Vzkříšený ji tajemně obestírá a orientuje k údělu plnosti.
Samy polní květy i ptáci,
jež s úžasem kontemploval svýma lidskýma očima,
jsou teď plni jeho zářivé přítomnosti.
papež František, *Laudato si‘*, čl. 100[15]

Vztah kontemplace a četby Písma svatého

Jestliže klíčovým slovem minulého týdne bylo **„přijetí“**, můžeme za klíčová slova tohoto týdne považovat **„naslouchání“** a **„propojení“**: Všechno je ve vztahu, jsme součástí Božího milovaného stvoření proniknutého od počátku Kristovou přítomností a přítomností Božího Ducha a směřujícího k plnosti Zmrtvýchvstání. K odkrytí uzdravující a naplňující zkušenosti tohoto propojení slouží **četba Božího slova v Písmu svatém**, která **sytí naši kontemplaci stvoření** a svojí dialogičností ji chrání před rozpuštěním do nějakého beztvarého pocitu všeho a ničeho.

[14] V šesté části („VI. Společné určení dober“) pak toto vše papež dotahuje až k praktické otázce soukromého vlastnictví, které *„je vždy zatíženo sociální hypotékou“* (LS 93). *Bohatý a chudý mají stejnou důstojnost, protože „oba stvořil Pán“ (Př 22,2), „stvořil malého i velkého“ (Mdr 6,7) a „dává vycházet svému slunci pro zlé i dobré“ (Mt 5,45).* (LS 94) *Životní prostředí je kolektivní dobro, jmění celého lidstva a odpovědnost všech. Kdo vlastní nějakou jeho část, je tomu tak pouze proto, aby ji spravoval ku prospěchu všech.* (LS 95)

[15] Překlad je dle španělského textu; v oficiálním překladu je použit obrat „s úžasem nazíral svýma lidskýma očima“.

Svým způsobem **naslouchání Božímu slovu v Písmu plní roli oněch tří let následování**, kdy učedníci viseli Ježíši na rtech a nechali se tak postupně skrze kříž, vzkříšení a seslání Ducha uvádět do stále plnějšího důvěrného společenství s Otcem.

Ovšem **četba Písma jako potrava pro vnitřní modlitbu** s otevřeností pro kontemplaci **není totožná se studiem či reflexivní četbou Písma**, při které namáháme především svůj rozum. Jak říká sv. Terezie z Ávily:

„Vnitřní modlitba není podle mého názoru nic jiného než styk přátelství, časté přebývání v samotě s tím, od něhož víme, že nás miluje.“ (Život 8,5)[16]

Při vnitřní modlitbě jde proto spíše o to „být s Ježíšem“, než „přemýšlet o Ježíši“. Jsme zváni vstoupit do Jeho příběhu a nechat na sobě zakusit totéž, co zakoušeli učedníci při setkávání se s Ním. A co tedy máme konkrétně dělat? Svatá Terezie z Ávily má pro nás radu, která se lehce řekne, ale hůře vykoná:

„Úspěch nespočívá v mnohém přemýšlení, ale v mnohém milování. A tak dělejte to, co ve vás bude víc probouzet lásku. Možná ani nevíme, co znamená milovat… Protože to nespočívá ve větším okoušení, nýbrž ve větší rozhodnosti toužit po tom, dělat ve všem Bohu radost a snažit se, nakolik jen jsme s to, abychom jej neuráželi.“ (Vnitřní hrad 4 - 1,7)[17]

Při vnitřní modlitbě tedy nejde ani o „mnohé přemýšlení“ (reflexe), ani o „větší okoušení“ (pocity), ale o touhu a rozhodnost následovat Ježíše a žít život podobný životu Ježíšovu. Proto je pro vnitřní modlitbu Písmo tak důležité.

Praxe četby Písma svatého při vnitřní modlitbě

Je tedy dobře se **před svojí denní tichou chvílí včas připravit** tím, že si nejen předem naplánujeme její čas a místo, ale také vybereme úryvek z Písma, jehož kontemplativní četbou budeme chtít do své denní tiché chvíle vstoupit. Jestliže se např. chceme ke své denní tiché chvíli usebrat brzy ráno, **můžeme tuto přípravu udělat již večer před spaním** a ráno se již nezdržovat listováním a přemýšlením, co vlastně budeme číst.

Není dobré si vybírat stále nové a nové texty, spíše si časem **vytvořit jakousi osobní sbírku nám blízkých textů**, které nás živě oslovují, a tak nás také snadněji vedou do osobního společenství s Kristem. Můžeme už **předem také úryvek promyslet**, vyjít vstříc své zvědavosti a zabývat se nějakými souvislostmi, jednotlivostmi a výklady, ale **nakonec v něm najít v něm jakýsi jeho „živý střed“** (slovo, větu, obraz, scénu…), který nás pak při vlastní vnitřní modlitbě povede přímo k rozhovoru a přebývání s Ježíšem.

[16] Podle Vojtěch Kohut, *Slabikář vnitřní modlitby po způsobu sv. Terezie* z Ávily (Portál, Praha 2016), str. 28.
[17] Podle Vojtěch Kohut, *Slabikář vnitřní modlitby po způsobu sv. Terezie* z Ávily (Portál, Praha 2016), str. 32.

Biblická čítanka pro 2. týden podle 2. kapitoly Laudato si‘ (LS)

Žalm týdne: Žalm 148,3-5 s komentářem v LS 72 a s pokračováním ve *Chvalozpěvu stvoření* sv. Františka z Assisi (možno použít každý den)

První den: Mt 17,1-9 / Mk 9,2-10 (**Proměnění na hoře**): cesta na horu Proměnění jako cesta kontemplace – výstup ve společenství s Ježíšem (následování), odkrytí propojenosti První smlouvy (Mojžíš a Eliáš) s Ježíšem (rozjímání Božího slova), světlý oblak (zjednodušující temnota) jako prostor zakoušení lásky (*„Toto je můj milovaný Syn, toho poslouchejte!“*), společenství se „samotným Ježíšem“ a poslušné sestupování do údolí…

Druhý den: Gn 1,26.28.31 a Gn 2,15 (**Stvoření a poslání člověka**) s komentářem v LS 65 – 67 a s klíčovými slovy uvádějícími do vnitřní modlitby: „a bylo to velmi dobré“ (Gn 1,31) poslání člověka „obdělávat a chránit“ zahradu světa (Gn 2,15); při vstupu do kontemplace můžeme např. opakovat „obdělávat“ – „chránit“ / (Bože) „obděláváš“ – „chráníš“…

Třetí den: Gn 4,9-11 (**Kain a Ábel**) s komentářem v LS 70 a s klíčovými slovy „já“, „druzí“, „Bůh“, „Země“; při vstupu do kontemplace můžeme opakovat např. „ve své slabosti“ – „jsem součástí“…

Čtvrtý den: Gn 2,2-3; Ex 16,23; 20,10 (**Šabat**) s komentářem v LS 71 a s klíčovým slovem „šabbat“ – „adonaj“ (odpočinek, spočinutí, přestání – Hospodin); můžeme při vstupu do kontemplace opakovat např. „zůstávám v Tobě“ – „zůstáváš ve mně“…

Pátý den: Iz 40,28b-29 (**Proroci**) s komentářem v LS 73 s klíčovými slovy „Boží moc“ – „Boží něha“ (jsme papežem zváni doslova ke „kontemplaci“ – v našem překladu „rozjímání“ – Boží moci, která zahrnuje i Boží něhu); při vstupu do kontemplace můžeme opakovat např. „jsi mocný“ – „jsi něžný“…

Šestý den: LS 96 – 98 (**Kontemplující Ježíš**): Obraz pozemského Ježíše v jeho vztahu s Otcem, v jeho putování, v jeho kontemplaci přírody a vztahu k druhým načrtnutý v LS 96 – 98; vyberte si scénu, která je vám nejbližší, nebo na sebe nechte působit celek a v rozhovoru s Ježíšem se učte putovat světem podobným způsobem. Slovo, vedoucí do kontemplace, si vyberte sami.

Sedmý den: LS 99 – 100 (**Vzkříšený Ježíš**): Dnes, o dni odpočinku, v předvečer neděle, Dne Zmrtvýchvstání, kontemplujte obraz od věčnosti přítomného, v plnosti času vtěleného, vzkříšeného, oslaveného a ve slávě přicházejícího Krista (načrtnutý v LS 99 – 100), ve kterém je *„všecko stvořeno skrze něho a pro něho“* a ve kterém je *„veškerá plnost dokonalosti“* (Kol 1,16.19-20) a bude v něm *„Bůh všechno ve všem“* (1 Kor 15,28). Již nyní se však ve Vzkříšeném můžeme na cestě kontemplace setkávat s Jeho plností:

Samy polní květy i ptáci, jež (Ježíš) s úžasem kontemploval svýma lidskýma očima, jsou teď plni jeho zářivé přítomnosti. (LS 100)

Praktické podněty pro 2. týden postní

Podle svých možností můžete samozřejmě použít jen některé z nich, nebo se nechat vést nějakým jiným způsobem, který bude vyhovovat právě vám.

1. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si'*:**

a. Poslechem katecheze 2. postního týdne (případně kázání z 2. neděle postní) se seznamte s tématem (odkazy najdete na agas.cz/kontemplace).

b. Ve světle podnětů z katecheze a tohoto sešitku si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst 2. kapitolu *Laudato si'* (LS 62 – 100).

c. Rozvinutím tématu prvního týdne (stvoření, jaké je) a přípravou na týden třetí (kořeny krize) může být shlédnutí **dokumentárního filmu *Krajina v tísni*** (https://www.ceskatelevize.cz/porady/12322867525-krajina-v-tisni).

2. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**

a. Pokračujte v pravidelném **praktikování svých denních tichých chvil**, pro které jste již pravděpodobně nalezli nejvhodnější čas, místo a postoj (pro tento týden s Božím slovem v Písmu se nejlépe hodí vzpřímené meditativní sezení s textem v ruce s předchozím výběrem a přípravou textu).

b. Svůj „dlouhý, milující pohled na skutečnost" při těchto tichých chvílích během týdne nechte spočívat na „skutečnosti" příběhu Božího slova v Písmu svatém, jak je papežem Františkem nabídnuta a předestřena ve 2. kapitole *Laudato si'* (viz **Biblická čítanka** výše).

c. Cílem této **„kontemplativní četby" Písma** není analyzování, mudrování, či hledání nejrůznějších odborných výkladů, ale **„společenství s Ježíšem"**, přátelské setkání „s tím, od kterého víme, že nás miluje". I tentokrát vám při denní tiché chvíli, při přechodu od vnitřní rozmluvy s Ježíšem při četbě textu Písma do tichého přebývání s Ním, může opět pomoci **použití krátké fráze** (v rytmu dechu či jen občas) – např. dle tipů v Biblické čítance.

3. **SDÍLENÍ ve skupině, se kterou se přes týden scházíte:**

a. Při společném (virtuálním) setkání se můžete s druhými sdílet o to, co vás minulý týden při kontemplativní četbě 1. kapitoly *Laudato si'* **oslovilo, zasáhlo, povzbudilo či zneklidnilo**… Zůstávejte na osobní rovině.

b. Můžete se znovu sdílet o vaší **osobní praxi denních tichých chvil**, opět s prvotním zaměřením spíše na proces či zkušenost, než na obsah či reflexi.

c. Pokud máte více času, je možné k tomuto osobnímu sdílení po domluvě se všemi přidat i **čas pro spíše studijní diskuzi** nad minulý týden přečtenou 1. kapitolou *Laudato si'* (případně shlédnutým filmem Krajina v tísni), třeba i s přesahem k otázkám praktického konání.

3. týden postní: Kontemplace uvnitř kořenů krize

Ve třetí kapitole *Laudato si'* nazvané „Lidský kořen ekologické krize" (LS 101 – 136) se papež zaměřuje na hlubší reflexi příčin současné ekologické krize, které spatřuje v touze po nezávislosti a ve zneužití moci skryté v rozvoji technologie (srov. LS 105), který není adekvátně doprovázen rozvojem člověka a jeho zodpovědnosti: *„V tomto smyslu je člověk bez ochrany vystaven své vlastní moci, která stále roste, aniž by měl nástroje k její kontrole… solidní etika, kultura a spiritualita, která by mu skutečně kladla meze a udržovala ho v rámci jasnozřivého sebeovládání, mu chybí"* (LS 105).

Četba této kapitoly je náročná, ale aspoň za prolistování i tato kapitola stojí. Klíčem k jejímu pochopení jsou čl. 106 a 107 o zúženém technokratickém vnímání dnešního světa, které je zaměřeno jen na efektivitu a které předpokládá neomezený růst. Lékem je *„ekologická kultura"*, která *„má nabízet jiný pohled, myšlení, výchovný program,* ***životní styl a spiritualitu****"* (LS 111).

Papež zde uvádí i některé pozitivní příklady (srov. LS 112), jako volbu méně znečišťujících technologií, nekonzumního způsobu života, či technická řešení problémů druhých, a také *„když* ***tvořivé hledání krásy a její kontemplování***[18] *dovede překonat reduktivní přístup moci takovým druhem* ***spásy, která se naplňuje v kráse a v člověku, který ji kontempluje****"* (LS 112; srov. podobně již i v LS 103: *„Tak se* ***v umělcově touze po kráse i v touze toho, kdo tuto krásu kontempluje****, realizuje skok k ryze lidské plnosti."*). Dle papeže je nezbytné *„****zařadit nižší rychlost*** *a* ***podívat se na realitu jiným způsobem****, osvojit si pozitivní a udržitelné podoby rozvoje a zároveň se vrátit k hodnotám a velkým cílům, které byly zničeny nespoutanou megalomanií"* (LS 114).

Potom, co dvakrát silně zdůrazní, že *„všechno je propojeno"* (srov. LS 117 a 120), se papež věnuje kontemplativnímu pojetí lidské práce: *„Křesťanská* ***spiritualita spolu s kontemplativním úžasem*** *nad stvořením, jak jej vidíme u svatého Františka z Assisi,* ***rozvinula též bohaté a zdravé chápání práce****"* (LS 125) založenému na *„lidské* ***schopnosti kontemplace a vnímavé pozornosti****"*, přičemž *"práce by měla být prostředím tohoto mnohotvárného osobního rozvoje, kde spolupůsobí více dimenzí života"*, včetně *„komunikace s ostatními a* ***postoje adorace****"* (LS 127).[19]

Uprostřed „kořene ekologické krize" je tedy papež František schopný kontemplativním pohledem vidět krásu a potenciál k proměně životního stylu. I my se proto pokusme tento týden „zařadit nižší rychlost" a podívat se na realitu vlastního života jiným, kontemplativním způsobem vnímavé pozornosti:

---

[18] Použitý překlad je dle španělského textu; v českém oficiálním překladu je použit obrat „její nazírání".

[19] V závěrečných odstavcích III. kapitoly *Laudato si'* (LS 130 – 136) se pak papež věnuje některým specifickým otázkám, jako např. pokusům na zvířatech, genetickým modifikacím, či experimentům na lidských embryích.

Čítanka pro 3. týden postní: Ekologická konverze a sedm hříchů

Encyklika *Laudato si'* nám připomíná, že *„ekologická krize je… výzvou k hlubokému vnitřnímu obrácení"* (LS 217). Papež František zde vyčítá některým křesťanům, že i když se věnují modlitbě, vysmívají se starostem o životní prostředí, nebo jsou pasivní, nedůslední a nechtějí změnit svůj životní styl. A pokračuje: *„Chybí jim tedy* ***ekologická konverze****, která znamená, že se ve vztazích k okolnímu světu projevují všechny důsledky setkání s Ježíšem. Povolání střežit Boží dílo je podstatnou součástí ctnostného života. Nepředstavuje něco volitelného ani nějaký druhotný aspekt křesťanského života"* (LS 217). A s pozváním k inspirování se u sv. Františka z Assisi zve k hlubokému **zpytování svědomí**: *„Tato konverze rovněž vyžaduje, abychom uznali své chyby, hříchy, neřesti nebo opomenutí, ze srdce jich litovali a vnitřně se změnili… Musíme zkoumat svůj život a přiznat, jakým způsobem svými skutky a svou neschopností jednat ubližujeme Božímu stvoření. Musíme zakusit obrácení, proměnu srdce"* (LS 218).

Papež František v Laudato si' zmiňuje tři *„úzce související základní vztahy"*, na nichž *„se zakládá lidská existence"*: *„vztah k Bohu, vztah k bližnímu a vztah k Zemi"* a dodává, že *„podle Bible byly tyto tři vitální vztahy narušeny nejenom zvnějšku, ale také v našem nitru"* a že *„tímto narušením je hřích"* (LS 66). Později pak dodává ještě čtvrtý vztah: *„Zanedbávání závazku pěstovat a udržovat správný vztah k bližnímu, o něhož jsem povinen pečovat a kterého mám chránit, ničí můj vnitřní vztah k* ***sobě*** *samému, k* ***druhým****, k* ***Bohu*** *i k* ***Zemi****"* (LS 70; srov. 237 a 240).

Tyto **čtyři základní vztahy**, které jsou ničeny zanedbáváním povolání člověka, a **nauka o sedmi hlavních hříších** (pýcha, nestřídmost, závist, lakomství, hněvivost, smilstvo, lenivost) nám mohou pomoci nejen zjistit, kde jsme se odvrátili od svého Stvořitele a jeho stvoření, ale také vnímat tyto oblasti odvratu jako velmi hluboce požehnané **prostory uzdravení a návratu**.

Následující odstavce se věnují jednotlivým hlavním hříchům z úhlu pohledu stvoření.[20] Ke každému z těchto **ekologických hříchů** je přiřazena odpovídající **ekologická ctnost** (zdravá motivace, síla či energie, vždy ilustrovaná jedním *biblickým citátem*), která nám může pomoci obnovit vztahy a žít ve *„vznešeném společenství, které nás vede k posvátné, láskyplné a pokorné úctě"* (LS 89). A do třetice je k těmto ekologickým hříchům a ctnostem přiřazeno vždy jedno konkrétní pozvání ke **kontemplativnímu postoji**, kterému se můžeme učit při

[20] Text „Ekologická konverze a sedm hříchů" ve své základní struktuře a inspiraci vychází z textu „Postní reflexe 2020: Vyznávání ekologických hříchů a rozvíjení ekologických ctností" z The Global Catholic Climate Movement (český překlad Žít Laudato si' Česká republika, online k dispozici ZDE), byl však zásadně přepracován a doplněn ve světle knihy Christian Schwarz, *The 3 Colors of Comunity*, ChurchSmarts Resources, St. Charles, 2012 (srov. 3colorsofcommunity.org).

každodenních tichých chvílích tohoto týdne a skrze toto *„vznešené společenství“* (kontemplaci) pak vnímat, jak se jeho ovoce projevuje v našem všedním životě.

Následující podněty si vezměte jako vstupní inspirace pro vaše denní tiché chvíle tohoto týdne (a klidně v nich pokračujte i v týdnu příštím, jestliže se vám tento sešitek dostal do ruky až později). Opět je dobré se na denní ticho chvíli připravit např. v předvečer četbou těchto podnětů (včetně uvedeného biblického citát) a pak při vlastní tiché chvíli již vstoupit do tišší, spočívavější fáze vnitřní modlitby.

PRVNÍ DEN

PÝCHA aneb Zneužití moci

Pýcha způsobuje, že se stavíme na místo Boha a dovolujeme si neomezeně pošlapávat jeho stvoření a zneužíváme nám darovanou moc určenou ke službě. *„Scestný antropocentrismus způsobuje zcestný životní styl… Staví-li člověk do středu sám sebe, dává nakonec absolutní prioritu svým podružným zájmům“* (LS 122).

AUTORITA aneb Velikost skrze službu: Mk 10,35-40

„Nejlepší způsob, jak postavit člověka na jeho pravé místo a zastavit jeho chtivost po absolutní nadvládě nad zemí, je návrat k uznání osoby Otce, Stvořitele a jediného vládce světa…“ (LS 75). Pak člověk může v sobě nechat obnovit svou vlastní vnitřní autoritu v povolání *„obdělávat a chránit“* (srov. Gn 2,15) a uzdravit pokřivené, pyšné a nad ostatní stvoření se nadřazující chápání příkazu „podmaňte si zemi a panujte“ (srov. Gn 1,28). Touhu po autoritě můžeme nejzdravěji a nejplněji realizovat skrze službu.

SDÍLEJTE AUTORITU aneb Zmocňující vedení

V tiché chvíli si představte oblasti, v kterých máte na druhé nějaký dobrý vliv, na který jste možná pyšní. Představte si, že do této oblasti zvete někoho dalšího a o zodpovědnost za její ovlivnění se s ním dělíte. Tomuto člověku pak i nadále věnujte svoji láskyplnou pozornost v modlitbě a žehnejte mu, aby on sám vyrostl v člověka, který má na druhé v této oblasti dobrý vliv. Ztište se skrze (postupně zjednodušovanou) větu *„Kdo chce být velký, buď služebníkem…“*

DRUHÝ DEN

NESTŘÍDMOST aneb Pokřivená touha po štěstí

Nestřídmost, která bývá definována jako přílišné jezení a pití a nezřízené používání čehokoli, které nám jako droga nahrazuje naši nenaplněnou touhu po štěstí, můžeme v globálním měřítku vidět v naší epidemii plýtvání. Každý rok je ve světě zmařena či vyhozena asi třetina potravin. Papež František nám připomíná, že *„kdykoli jsou potraviny vyhazovány, je to, jako by byly ukradeny ze stolu chudým“* (LS 50).

POTĚŠENÍ aneb Co nám prospívá: 1 Kor 10,23-33

Nestřídmost nejhlouběji léčíme tím, že hledáme a využíváme zdravé cesty k naplňování naší potřeby být přijati a potěšeni. Papež František nás zve, *„abychom se od spotřeby obrátili k obětavosti, od nenasytnosti ke štědrosti, od plýtvání ke schopnosti sdílet, k postoji askeze, která ‚znamená, že se učíme dávat, a nikoli si jen odříkat. Je to způsob, jak projevovat lásku a jak postupně přecházet od toho, co chci já, k tomu, co potřebuje Boží svět. Je to osvobození od strachu, nenasytnosti a závislosti'. My křesťané jsme navíc povoláni ‚přijímat svět jako svátost společenství, jako způsob, jak se o něj dělit s Bohem a s bližním v globálním měřítku'"* (LS 9).

VYTVOŘTE PROSTOR aneb Účinné podpůrné struktury

V tiché chvíli dnes zkoumejte způsoby, jak můžete jíst prostěji, například rostlinnou potravu z místních zdrojů. Jak můžete omezit odpad ve své domácnosti či společenství. Jak se např. obejdete bez nápojů v lahvích či plechovkách, či bez jakýchkoli jednorázových plastů. Nebo jak se objedete bez zbytečného nakupování či používání auta. Jaký prostor pro růst radosti z těchto změn budete potřebovat? Vnímejte vnitřním zrakem, jak tyto postoje prospívají druhým a Zemi. Ztište se pak s větou *„Vše dovoleno – ne vše prospívá…"* A hledejte v oné zatím třeba jen vnitřně prožívané svobodě své vlastní potěšení.

TŘETÍ DEN

ZÁVIST aneb Naše nemocná identita

Hřích závisti nám namlouvá, že naše důstojnost a identita závisí na tom, co vlastníme, a že si můžeme koupit štěstí na úkor druhých lidí, především chudých této Země, a také na úkor omezených zdrojů sestry matky Země. *„Pokud se člověk prohlašuje za nezávislého na realitě a ustanovuje se absolutním vládcem, rozpadá se samotný základ jeho existence, protože ‚místo toho, aby plnil svůj úkol Božího spolupracovníka na díle stvoření, staví se člověk na místo Boha a vyvolává tím nakonec vzpouru přírody'"* (LS 117).

JEDINEČNOST aneb Každý je zapotřebí: 1 Kor 12,14-27

Vděčné zakoušení naší jedinečnosti spočívá v uznání, že svět je láskyplný Boží dar a že jsme uvnitř něj a ve vztahu vzájemné závislosti se všemi tvory a všemi lidmi povoláni k tomu, abychom objevili své jedinečné dary a používali je k prospěchu všech. Papež František poté, co vyjmenuje některé příklady tvůrčího přístupu ke stvoření, říká: *„Tato díla neřeší globální problémy, ale potvrzují, že lidská bytost je ještě schopna pozitivního působení. Byla stvořena k lásce, a tak lidská bytost i uprostřed svých omezení dává prostor projevům velkodušnosti, solidarity a péče"* (LS 58).

OBJEVTE SVÉ DARY aneb Na darech založená služba

Revidujte svou dosavadní představu o tom, co vás činí jedinečnými! Při dnešní tiché chvíli se kontemplativním pohledem lásky a vděčnosti zadívejte na ty své dary, schopnosti a dovednosti, které nejčastěji používáte, a vnímejte za nimi Dárce. Poté udělejte stejně s dary lidí kolem vás. Nakonec za všechny tyto dary poděkujte a vstupte do tišší modlitby s větou: *„Jsem jedinečnou… částí…“*

ČTVRTÝ DEN

LAKOMSTVÍ aneb Nemocná touha po zajištění

Lakomství nás chytá do pasti následování *„logiky ‚použij a vyhoď‘, která vyrábí množství odpadu jenom kvůli nezřízené touze konzumovat více, než kolik je skutečně třeba“* (LS 123). Lakomství nás zbavuje schopnosti přijmout odpovědnost za svou vlastní spotřebu a pochopit omezení Země.

ZAJIŠTĚNÍ aneb Rozmnožování skrze dávání: Mk 6,32-44

Encyklika Laudato si‘ nám připomíná, že tím, čím si člověk zajišťuje lepší prostředí, ve kterém bude žít on i jeho potomci je dobročinná láska, jedna z forem štědrosti: *„Láska ke společnosti a nasazení pro společné dobro jsou výsadní formou nezištné lásky, která ovlivňuje nejen vztahy mezi jednotlivci, ale také makro-vztahy, společenské, hospodářské i politické“* (LS 231).

DÁVEJTE aneb Na potřeby zaměřené svědectví

V tiché chvíli zaměřte svoji láskyplnou pozornost na období či události, kdy jste se nějakým způsobem zapojili do dobročinného jednání pro společné dobro. Zkuste vnitřním zrakem vystopovat, kam tato zasetá zrníčka dobra postupně prorostla a kde vydala své ovoce. Nakonec vnímejte, jaké ovoce vám tento pohled zanechává v srdci a ztište se větou *„Vzal… děkoval… lámal… dával…“*

PÁTÝ DEN

HNĚVIVOST aneb Zraňující zášť

Hněvivost se snaží zničit toho, na koho se hněvá, místo aby dala prostor obraně a růstu spravedlnosti jako takové. Může být snadné soudit druhé, kteří nesdílejí náš velmi úzce zaměřený zájem (o Zemi či o cokoli dalšího). I papež František se zmiňuje o nutnosti překonat averze mezi náboženstvími, vědeckými specializacemi a ekologickými hnutími, o kterých také platí, že *„mezi nimiž nechybí ideologické boje“* (LS 201; srov. také LS 136). Vždyť *„nedovedeme-li v samotné realitě uznat důležitost chudého člověka, lidského embrya, osoby s postižením, … stěží budeme schopni naslouchat volání samotné přírody“* (LS 117).

SPRAVEDLNOST aneb Horlivost pro Boží věc: Jan 2,13-17

Cestou k uzdravení této zraňující zášti a naštvanosti, která pak člověka samotného začne sžírat zevnitř, není rezignace na snahu o spravedlnost, ale její transformace ve zdravou, dialogem a respektem k druhým nesenou horlivost. Celá encyklika Laudato si' je jedním velkým voláním po spravedlnosti. Papež nám ovšem klade na srdce, že *„jednota je nadřazena konfliktu"* (LS 198) a v celé V. kapitole nás vybízí, abychom společně *„kráčeli po cestě dialogu, k němuž je potřebná trpělivost, askeze a velkorysost"* (LS 201).

ZAČNĚTE ROZHOVOR aneb Tvůrčí setkávání

V dnešní tiché chvíli si všímej myšlenek a pocitů, které ve vás vznikají, když druzí odmítají vaše snahy o prosazení spravedlnosti, anebo když se zdá, že nechápou váš pohled na věc. Představte si, že s těmito lidmi vedete obtížný rozhovor, který se týká vaší starosti o Zemi či o cokoli, co vám leží na srdci. Soustřeďte se při tom ne tolik na to, co jim chcete říct vy, ale zkuste trpělivě a s respektem naslouchat tomu, co chtějí říct oni vám. Do hlubší modlitby pak vstupte s větou *„Zde jsem… naslouchám…"*

ŠESTÝ DEN

SMILSTVO aneb Instrumentalizace vztahů

Smilstvo znamená, že svoji tělesnost či tělesnost druhých chápeme a prožíváme jako pouhý nástroj uspokojení svých potřeb, a ne jako výraz vzájemné lásky. Papež František cituje svého předchůdce a říká: *„Také člověk má přirozenost, kterou musí respektovat a se kterou nemůže libovolně manipulovat"* a dodává: *„V tomto smyslu je třeba uznat, že naše tělo nás staví do přímého vztahu k životnímu prostředí a k ostatním živým bytostem… přesvědčení, že máme úplně v moci své vlastní tělo, se někdy nenápadně transformuje v přesvědčení, že máme takovou nadvládu i nad stvořením"* (LS 155). Vykořisťování přírody je tak v posledku důsledkem instrumentalizace vztahů způsobené tím, že nezakoušíme intimní zakotvení v Bohu a všude možně hledáme jeho náhražky.

INTIMITA aneb Celostný vztah s Kristem: Lk 7,36-39

Ve vztahu s Kristem, který zahrnuje naší celou bytost, se všemi jejími pocity, vášněmi a potřebami, žitém v kontextu vztahů s druhými a živým i neživým stvořením, se dovršuje naše touha po intimitě: *„V lůně vesmíru můžeme nalézat nesčetné neustálé vztahy, které se tajemně proplétají… To nás vybízí… k tomu, abychom objevovali klíč k našemu vlastnímu uskutečnění. Lidská osoba totiž roste, dozrává a posvěcuje se tím víc, čím víc vstupuje do vztahu, když vychází ze sebe samé, aby žila ve společenství s Bohem, s druhými a se všemi tvory"* (LS 240)

MODLETE SE TĚLEM aneb Celostné uctívání

Zkuste dnešní tichou chvíli strávit venku v přírodě (nebo si aspoň při ní představte „krajinu svého srdce“). Když trávíte čas modlitbou venku, učíte se nejen cenit si stvoření jako Božího daru, který je sám o sobě posvátný, ale také zakoušet onu celostnost vztahu s Bohem, po které volá vaše touha po intimitě. Nechte při tom na sebe působit vánek, chlad, vůně, barvy… Jste součástí tohoto stvoření a vnímáte spolu se sv. Janem od Kříže, že *„Bůh je všemi věcmi“* (LS 235) a že váš obdiv ke stvoření i bolest skrze něj prožívaná mohou, ba dokonce *„musí být uschovány v Bohu“* (srov. LS 235). Nechte se prostoupit větou Jana od Kříže z téhož odstavce encykliky: *„Těmito horami… Těmito údolími… je pro mě můj Milovaný…“*

SEDMÝ DEN

LENIVOST aneb Rezignovaná vyčerpanost

Čelíme riziku, že se necháme pohltit starostmi každodenního života, takže budeme příliš unavení a nebudeme se snažit jednat solidárně. Lenivost znamená rezignované poddání se vnitřní vyčerpanosti. Papež František varuje před *„globalizací lhostejnosti“* (LS 52) a konkrétně říká: *„Postoje, které i mezi věřícími kladou překážky na cestách k těmto řešením, sahají od popírání problému až k lhostejnosti, pohodlné rezignaci anebo slepé důvěře v řešení technická“* (LS 14).

OBNOVA SIL aneb Nalezení odpočinku přijetím jha: Mt 11,28-30

Papež František nás povzbuzuje, abychom své životy žili jako odpověď na *„nářek Země a nářek chudých“* (LS 49). Máme čelit letargii, která nás může svádět k nečinnosti, a připomínat si, že *„povolání střežit Boží dílo je podstatnou součástí ctnostného života“* (LS 217). Ovšem dodává: *„Když tyto společenské aktivity vyjadřují lásku, která se rozdává, mohou se stát hlubokými duchovními zkušenostmi“* (LS 232). Cestou k tomu je, když *„věřící nekontempluje svět zvenčí, ale zevnitř, přičemž uznává pouta, jimiž nás Otec sjednotil se všemi bytostmi“* (LS 220) a prožívání neděle jako dne odpočinku, který je zároveň *„dnem uzdravení vztahů lidské bytosti s Bohem, se sebou, s druhými a se světem“* (LS 237).

ODPOČINTE SI aneb Kontemplativní spiritualita

Při dnešní tiché chvíli nechte svůj dlouhý milující pohled spočívat na realitě nějaké vaší aktivity, která vás nezdravě vyčerpává, případně na důsledcích této vyčerpanosti, jako je lhostejnost, rezignace, nechuť k čemukoli… Uprostřed toho všeho naslouchejte slovům toho, který i vám říká: *„Pojďte ke mně všichni, kdo se lopotíte, a já vás občerstvím…“* A odpočiňte si u něj.

Praktické podněty pro 3. týden postní

Podle svých možností můžete samozřejmě použít jen některé z nich, nebo se nechat vést nějakým jiným způsobem, který bude vyhovovat právě vám.

1. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si'*:**

a. Poslechem katecheze 3. postního týdne (případně kázání ze 3. neděle postní) se seznamte s tématem (odkazy najdete na agas.cz/kontemplace).

b. Ve světle podnětů z katecheze a tohoto sešitku si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst 3. kapitolu *Laudato si'* (LS 101 – 136).

2. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**

a. Pokračujte v pravidelném **praktikování svých denních tichých chvil**, pro které jste již pravděpodobně nalezli nejvhodnější čas, místo a postoj (pokud ne, zapracujte na tom a využijte karanténu k hlubokému ponoru).

b. Svůj „dlouhý, milující pohled na skutečnost" při těchto tichých chvílích během týdne nechte spočívat na „skutečnosti" „kořene hříchu" ve vašem vlastním životě, k čemuž můžete využít podněty z textů věnovaných reflexím sedmi ekologických hříchů a ctností (viz výše **Čítanka pro 3. týden postní**).

c. Cílem této **„kontemplativní četby" zranění hříchu ve vlastním životě** opět není pouhá rozumová reflexe či „zpytování svědomí" vedoucí přímo k „předsevzetí", ale **kontemplativní společenství s Ježíšem**, přátelské setkání „s tím, od kterého víme, že nás miluje". I tentokrát vám při denní tiché chvíli, při přechodu od vnitřní rozmluvy s Ježíšem při četbě podnětů k rozjímání do tichého přebývání s Ním, může opět pomoci **použití krátké fráze** – např. dle tipů v Čítance pro 3. týden postní (sami si navržené fráze přizpůsobujte).

3. **SDÍLENÍ ve skupině, se kterou se přes týden scházíte:**

a. Při společném (virtuálním) setkání se můžete opět s druhými sdílet o to, co vás minulý týden při kontemplativní četbě 2. kapitoly *Laudato si'* **oslovilo, zasáhlo, povzbudilo či zneklidnilo**… Zůstávejte při rozhovoru na osobní rovině.

b. Můžete se znovu sdílet o vaší **osobní praxi denních tichých chvil**, opět s prvotním zaměřením spíše na proces či zkušenost, než na obsah či reflexi.

c. Pokud máte více času, je možné k tomuto osobnímu sdílení po domluvě se všemi přidat i **čas pro spíše studijní diskuzi** nad minulý týden přečtenou 2. kapitolou *Laudato si',* třeba i s přesahem k otázkám hlubšího porozumění předestřeným biblickým textům.

4. týden postní: Kontemplace uvnitř sítě vztahů

Po **popisu** reality (I. kap.) a po **posouzení** kořene krize (III. kap.) ve světle **naslouchání** Božímu slovu (II. kap.) nám nyní papež František ve IV. kapitole *Laudato si'* předestírá svoji systematickou **vizi *vzájemné vnitřní provázanosti*** všech aktérů Božího stvoření, aby z ní poté mohl v následujících dvou kapitolách odvodit konkrétní podněty k praktickému jednání.

Jestliže je tématem **vnitřní propojenosti světa** (tj. tématem Země či lidstva jako sítě, společenství či komunity vzájemně souvisejících, propojených a na sobě závislých vztahů) proniknuta celá encyklika (a to ve všech kapitolách[21] a tolika způsoby[22]), její IV. kapitola, do jejíž kontemplativní četby se pustíme tento týden, toto téma reflektuje v celé jeho šíři. Proto právem nese název „Integrální ekologie“.[23]

Termín „kontemplace“ papež v této kapitole používá jen jedenkrát, když mluví o *„přednostní volbě pro chudé“* a vzápětí nás v témže článku vyzývá, *„abychom ve světle nejhlubšího přesvědčení víry dokázali **kontemplovat**[24] **nesmírnou důstojnost chudých**“* (LS 158).

Je-li však tato kapitola systematickým završením dosavadních úvah (tématem „kontemplace“ silně proniknutých) a východiskem pro závěrečnou VI. kapitolu (která se spiritualitou a kontemplací zabývá jako svým vlastním tématem), můžeme **hlavní téma IV. kapitoly** (vzájemná propojenost všeho) považovat za **klíčové i pro papežovo pojetí kontemplace**. Navíc, jak jsme viděli, toto téma je silně přítomné i ve všech ostatních kapitolách.

V dalších částech tohoto úvodu do 4. postního týdne vás tedy nejprve jako obvykle pozvu k **prohlídce témat IV. kapitoly** (abych vás případně navnadil k jejímu samostatnému studiu), poté se (s odskoky do kapitol ostatních) podíváme, **co to znamená pro naši cestu kontemplace**, aby nakonec mohly být připojeny některé **inspirace pro denní tiché chvíle** tohoto týdne a **praktické podněty pro celý týden** jako takový.

---

[21] Celkem minimálně ve 27 odstavcích rozprostřených po všech kapitolách včetně úvodu (srov. Úvod čl. 16, / I. kap. čl. 24, 56, / II. kap. čl. 66, 86, 89, 91, 92, / III. kap. čl. 111, 117, 120, 128, / IV. kap. čl. 137, 138, 139, 141, 148, 149, 151, / V. kap. čl. 164, 201, / VI. kap. čl. 202, 213, 220, 239, 240).

[22] Tuto stále se vracející myšlenku papež v encyklice vyjadřuje především výrazy jako *propojení* (9x LS 5, 89, 91, 117, 120, 141, 164, 213, 240), *souvislost* s celkem (7x LS 16, 56, 66, 111, 137, 138, 141), univerzální *společenství* (6x LS 89, 92, 148, 149, 220, 239), *síť* vztahů (5x LS 128, 138, 201, 148, 219), *součást* celku (4x LS 24, 139, 148, 151), *sounáležitost* (4x LS 148, 149, 151, 202), vzájemná *závislost* (3x LS 86, 138, 164).

[23] Jestliže se věty typu *„Všechno je (vzájemně) propojeno“* / *„Všechno spolu vzájemně (úzce) souvisí“* apod. v encyklice objevují osmkrát (a to ve všech kapitolách kromě první), ve IV. kapitole je najdeme třikrát, hned v prvních třech odstavcích (LS 137 – 139); srov. II. kap. čl. 91, III. kap. čl. 117 a 120, IV. kap. čl. 137, 138 a 139, V. kap. čl. 164, VI. kap. čl. 240.

[24] Podle španělského textu encykliky; v českém překladu je zde použit obrat „rozjímat o nesmírné důstojnosti chudých“.

Integrální ekologie

Hned v prvním článku IV. kapitoly papež shrnuje její vlastní téma takto:

*„Poněvadž **všechno spolu vnitřně souvisí** a nynější problémy vyžadují pohled, který zohledňuje všechny aspekty světové krize, navrhuji nyní pouvažovat o určitých prvcích **integrální ekologie**, která jasně zahrnuje lidské i sociální dimenze“* (LS 137).

A hned v dalším článku tuto klíčovou myšlenku rozvíjí:

*„Není zbytečné i zde zdůraznit fakt, že **všechno vzájemně souvisí**… Jako spolu souvisejí různé složky planety…, tak také biologické druhy tvoří určitou síť, s jejímž poznáváním a zkoumáním nebudeme nikdy hotovi. Velkou část své genetické informace sdílíme s různými živými bytostmi. Proto se zlomkovitost a izolovanost poznání může stát jistou formou ignorance, nezařadí-li se do širšího pojetí reality“* (LS 138).

Podrobněji se pak věnuje pěti základním rozměrům této „integrální“ (tj. celostné, vše zahrnující, komplexní) ekologie (v souvislosti s prvními třemi rozměry ekologie se někdy mluví o *environmentálním*, *ekonomickém* a *sociálním* „sloupu“ rozvojových plánů):

1. **Environmentální ekologie** (srov. LS 139 – 140): Termín *„životní prostředí“* vyjadřuje *„zvláštní vztah mezi přírodou a společností, která ji obývá“*; příroda *„není něco odděleného, pouhý rámec našeho života“*, ale *„jsme do ni zahrnuti, jsme její součástí, prostupuje námi“*; z toho plynoucí směry řešení, které *„vyžadují integrální koncepci potírání chudoby, navrácení důstojnosti vyloučeným lidem a zároveň péči o přírodu“* (LS 139).
2. **Ekonomická ekologie** (srov. LS 141): Zde papež volá po *„vzájemné interakci“* ekonomie a ekologie, *„aby se dosáhlo všezahrnující a sjednocující vize“*, protože: *„Ochrana životního prostředí musí tvořit nedílnou součást procesu rozvoje a nemůže být chápána odděleně“* (LS 141).
3. **Sociální ekologie** (srov. LS 142): Zde papež opět začíná naším známým heslem: *„Je-li všechno ve vzájemném vztahu“*, a pokračuje: *„pak také kvalita zdraví společenských institucí působí na životní prostředí a kvalitu života… V tomto smyslu je sociální ekologie nezbytně institucionální a dosahuje postupně různých dimenzí, od primární sociální skupiny, rodiny, přes místní a národní společenství až k mezinárodnímu životu“* (LS 142).
4. **Kulturní ekologie** (srov. LS 143 – 146): Tento rozměr papež shrnuje následující větou: *„Je třeba zahrnout dějiny, kulturu a architekturu určitého místa a uchovat jeho původní identitu. Ekologie proto vyžaduje také péči o kulturní bohatství lidstva v jeho nejširším smyslu“* (LS 143) a vyzývá, aby do *„nově se rodící procesy“* byly zahrnuty do procesů, *„které pocházejí ze samotné místní kultury“* (LS 144).

5. **Lidská ekologie** (srov. LS 147 – 155): Nejvíce prostoru pak papež věnuje tomuto poslednímu rozměru „integrální ekologie“, který mezinadpis nazývá *„ekologie všedního života“* a v textu je také charakterizován jako *„lidská ekologie“* či *„ekologie člověka“* (srov. LS 148, 155, 156). Jde zde o jakýsi náš „mikrosvět“: *„Prostředí, ve kterém žijeme, ovlivňuje náš pohled na život, naše cítění i jednání. Ve svém **pokoji**, ve svém domě, na svém **pracovišti** a ve své **čtvrti** využíváme životní prostředí, abychom vyjádřili svoji identitu. Snažíme se přizpůsobit prostředí, a je-li neuspořádané, chaotické nebo vizuálně či akusticky znečištěné, pak přemíra podnětů omezuje naše snahy o **rozvoj sjednocující a šťastné identity**“* (LS 147).

Ekologie a kontemplace chudých

Na tento **klasický důraz na souvislost mezi naším nitrem** („sjednocující šťastnou identitou“) **a prostředím, ve kterém žijeme**, pak papež v dalších odstavcích navazuje jakousi novou „červenou nit“ a začíná mluvit o **ekologii chudých**, kteří navzdory veškerým omezením *„navazují vřelé a blízké lidské vztahy, vytvářejí společenství“* a jsou tak *„součástí sítě společenství a sounáležitosti“*. To vše pak korunuje větou: ***„Tak může jakékoli místo přestat být peklem a stát se prostorem důstojného života“*** (LS 148).

„Extrémní nouze“ podle papeže na jedné straně *„usnadňuje zrod nelidského jednání“* a vyvolává *„pocit vykořenění“* vedoucí k *„protispolečenskému jednání a násilí“*, na straně druhé však také platí, že ***„láska je silnější“*** a že *„mnozí lidé v těchto podmínkách jsou schopni navazovat vztahy sounáležitosti a vzájemnosti, které přetvářejí přelidnění ve **zkušenost společenství**, **boří zdi vlastního ‚já‘ a překonávají bariéry sobectví**,“* což si papež dovolí nazvat ***„zkušeností spásy uprostřed komunity“***, která *„často probouzí tvořivost“* (LS 149).

K tématu zkušenosti spásy uprostřed chudoby se pak papež vrací i na závěr dvou posledních témat IV. kapitoly. Jde o již výše citovanou výzvu ***„kontemplovat nesmírnou důstojnost chudých“*** navazující na text o *„přednostní volbě pro chudé“* (LS 158), zcela na závěr pak, po drsném článku o *„katastrofických předpovědích“*, které *„už dnes nelze nahlížet s pohrdáním a ironií“*, protože *„nynější neudržitelný životní styl může vyústit pouze do katastrof“* (LS 161), a po varování před extrémním individualismem, nadměrnou spotřebou a *„neschopností otevřít horizont vlastních starostí a pomyslet na ty, kteří zůstávají z rozvoje vyloučeni“*, pak papež celou IV. kapitolu korunuje takto:

> *Neztrácejme se v představách o chudých zítřka,*
> *stačí, když budeme myslet na ty dnešní,*
> *kterým na této zemi zbývá pár let života a nemohou již déle čekat.*
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 162

Kontemplace jako propojení s veškerenstvem v tajemství Trojice

Tato **červená nit kontemplace chudých** (ve smyslu jak subjektu, tak objektu) vyjádřená obraty jako „sjednocující a šťastná identita“, „láska je silnější“, „místo přestávající být peklem a stávající se místem důstojného života“, „zkušenost společenství, které boří zdi vlastního ‚já‘ a překonává bariéry vlastního sobectví“, „zkušenost spásy uprostřed komunity“ chudých a uprostřed chudoby a navzdory chudobě, a pozvání ke „kontemplaci nesmírné důstojnosti chudých“, se zde nyní přirozeně propojuje s oním centrálním důrazem IV. kapitoly shrnutým ve sloganu *„všechno spolu vnitřně souvisí“* (LS 137, srov. LS 138 a 139, ale také LS 91, 117, 120, 164):

Příroda podle papeže totiž není něco *„od nás odděleného“* a nelze být považována *„za pouhý rámec našeho života,“* ale *„jsme do ní zahrnuti, jsme její součástí, prostupuje námi“* (LS 139). Podobně i na rovině vztahů mezi lidmi *„druzí… přestávají být cizí a lze je vnímat jako součást onoho ‚my‘, které společně tvoříme“* (LS 151).

Toto celou encyklikou se prolínající téma je pak v její závěrečné kapitole, ke které se dostaneme později, zakotveno v teologii trojičního společenství:

„Taková (ekologická) konverze … Působí též láskyplné vědomí toho, že nejsme izolováni od ostatních tvorů, ale s ostatními bytostmi vesmíru tvoříme úžasné univerzální společenství. ***Věřící nekontempluje svět zvenčí, ale zevnitř****, přičemž uznává pouta, jimiž nás Otec sjednotil se všemi bytostmi“* (LS 220). *„Víra v jediného Boha, jenž je* ***trojičním společenstvím****, vede křesťany k vědomí, že* ***veškerá skutečnost v sobě nese specifický trojiční otisk****“* (LS 239).

Božské osoby, to jsou trvající vztahy, a svět, stvořený podle božského vzoru, je pletivem vztahů. Stvoření směřují k Bohu a zároveň je každé živé bytosti vlastní tíhnout k jiné věci, takže v lůně vesmíru můžeme nalézat nesčetné neustálé vztahy, které se tajemně proplétají… ***Všechno je propojené, a to nás zve k tomu, abychom rozvíjeli spiritualitu globální solidarity, která pramení z trojičního tajemství.***

papež František, *Laudato si‘*, čl. 240

A modlitební „koruna“ úplně na závěr:

Pane, ***Bože Trojjediný****, úžasné společenství nekonečné lásky,* ***nauč nás Tě kontemplovat v kráse veškerenstva****, kde všechno mluví o tobě. Probuď naši chválu a naši vděčnost za každou bytost, kterou jsi stvořil. Daruj nám milost, abychom se cítili vnitřně spojeni se vším, co existuje.*

papež František, Modlitba křesťanů a celého stvoření, *Laudato si‘*, čl. 246

Čítanka z *Laudato si'* pro 4. týden postní

Praktické podněty k denním tichým chvílím v tomuto týdnu viz str. 34, č. 2 (a – c).

1. DEN (LS 158 a 162): *Za nynějšího stavu světové společnosti, kde je tolik nerovnosti a kde je stále více lidí odsouváno na její okraj a zbavováno základních lidských práv, princip obecného dobra logicky a nevyhnutelně okamžitě vzbuzuje výzvu k solidaritě a k přednostní volbě pro chudé. Tato volba… vyžaduje především, abychom ve světle nejhlubšího přesvědčení víry dokázali kontemplovat nesmírnou důstojnost chudých… Neztrácejme se v představách o chudých zítřka, stačí, když budeme myslet na ty dnešní, kterým na této zemi zbývá pár let života a nemohou již déle čekat.*

2. DEN (LS 86): *Katechismus učí (KKC 340): „Vzájemná závislost tvorů je Boží záměr. Slunce a měsíc, cedr i malý květ, orel i vrabec: pohled na jejich nesčetné rozmanitosti a nerovnosti nám říká, že žádný tvor si sám nestačí, že tvorové existují jen ve vzájemné závislosti, aby se navzájem doplňovali a sloužili jeden druhému.“*

3. DEN (LS 91 a 117): *Všechno je propojeno. Proto je žádoucí, aby se péče o životní prostředí pojila s upřímnou láskou k lidským bytostem a s neustálým nasazením pro řešení problémů ve společnosti… Nedovedeme-li v samotné realitě uznat důležitost chudého člověka, lidského embrya a postižené osoby (abychom zmínili jen některé příklady), stěží budeme schopni naslouchat volání samotné přírody. Všechno je propojeno.*

4. DEN (LS 139): *Mluvíme-li o „životním prostředí“, máme na mysli také jeden zvláštní vztah, totiž ten mezi přírodou a společností, která ji obývá. To nám brání považovat přírodu za něco od nás odděleného nebo za pouhý rámec našeho života. Jsme do ní zahrnuti, jsme její součástí, prostupuje námi.*

5. DEN (LS 149 a 151): *Rád bych nicméně zdůraznil, že láska je silnější. Mnozí lidé v těchto podmínkách jsou schopni navazovat vztahy sounáležitosti a vzájemnosti, které přetvářejí přelidnění ve zkušenost společenství, boří zdi vlastního „já“ a překonávají bariéry sobectví. Právě tato zkušenost spásy uprostřed komunity často probouzí tvořivost… Druzí tak přestávají být cizí a lze je vnímat jako součást onoho „my“, které společně tvoříme.*

6. DEN (LS 220): *Taková (ekologická) konverze… působí též láskyplné vědomí toho, že nejsme izolováni od ostatních tvorů, ale s ostatními bytostmi vesmíru tvoříme úžasné univerzální společenství. Věřící nekontempluje svět zvenčí, ale zevnitř, přičemž uznává pouta, jimiž nás Otec sjednotil se všemi bytostmi.*

7. DEN (LS 239 a 240): *Víra v jediného Boha, jenž je trojičním společenstvím, vede křesťany k vědomí, že veškerá skutečnost v sobě nese specifický trojiční otisk… Božské osoby, to jsou trvající vztahy, a svět, stvořený podle božského vzoru, je pletivem vztahů. Stvoření směřují k Bohu a zároveň je každé živé bytosti vlastní tíhnout k jiné věci, takže v lůně vesmíru můžeme nalézat nesčetné neustálé vztahy, které se tajemně proplétají… Všechno je propojené, a to nás zve k tomu, abychom rozvíjeli spiritualitu globální solidarity, která pramení z trojičního tajemství.*

Praktické podněty pro 4. týden postní

Podle svých možností můžete jako vždy použít jen některé z nich, nebo se nechat vést nějakým jiným způsobem, který bude vyhovovat právě vám.

1. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si'*:**

a. Poslechem katecheze 4. postního týdne (případně kázání ze 4. neděle postní) se seznamte s tématem (odkazy najdete na agas.cz/kontemplace).

b. Ve světle podnětů z katecheze a tohoto sešitku si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst 4. kapitolu *Laudato si'* (LS 136 – 162).

2. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**

a. Pokračujte v pravidelném **praktikování svých denních tichých chvil**, a to tím spíše v této době, kdy je třeba mít pevné kotvy i ve vnitřním životě.

b. Váš „dlouhý, milující pohled na skutečnost" při tichých chvílích během tohoto týdne nechte i uprostřed vší nejistoty spočinout na „důstojnosti chudých", nechte jej „vpít" do sítě vztahů, kterých jste ve vašem osobním životě, životě rodiny, farnosti, obce, či širšího společenství církve a lidstva součástí a kontemplujte svět „zevnitř" (může vám v tom pomoci **Čítanka pro 4. týden postní**, která nabízí klíčové citáty z *Laudato si'* k tématu).

c. Cílem tohoto **„kontemplativního propojení" s požehnanými i zraněnými vztahy v našem světě** není pouhá reflexe textu (ten si tradičně promyslete při přípravě na denní tichou chvíli např. v předvečer), ale **kontemplativní společenství s Ježíšem**, s tím, **který se pro nás stal součástí sítě vztahů uvnitř tohoto stvoření**. I tentokrát vám při denní tiché chvíli, při přechodu od vnitřní rozmluvy s Ježíšem při četbě podnětů k rozjímání do tichého přebývání s Ním, může pomoci **použití krátké fráze** – tu si tento týden zkuste nalézt sami a celý týden **zůstaňte u jedné**.

3. **SDÍLENÍ ve skupině, se kterou se přes týden scházíte či jste online:**

a. Při společném (virtuálním) setkání se můžete opět s druhými sdílet o to, co vás minulý týden při kontemplativní četbě 3. kapitoly *Laudato si'* **oslovilo, zasáhlo, povzbudilo či zneklidnilo**… Zůstávejte na osobní rovině.

b. Můžete se sdílet o vaší **osobní praxi denních tichých chvil**, opět s prvotním zaměřením spíše na proces či zkušenost, než na obsah či reflexi.

c. Pokud máte více času, je možné k tomuto osobnímu sdílení po domluvě se všemi přidat i **čas pro spíše studijní diskuzi** nad minulý týden přečtenou 3. kapitolou *Laudato si'*, třeba i s přesahem k otázkám hlubšího porozumění komplexním souvislostem často tak odlišných světů, ve kterých každý z nás žije, spolu s porozuměním propojenosti našeho vnitřního a vnějšího světa.

5. týden postní: Kontemplativní dialogické jednání

Pátou kapitolou *Laudato si'* se papež František pouští do systematického shrnutí tématu, které se už v předchozích kapitolách formou neustále se o slovo hlásících výhonků neodbytně dralo na povrch: **z kontemplace vyrůstající akce** (viz v úvodu k 1. postnímu týdnu zmiňovaná celková dynamika encykliky ve světle klasického „trojkroku" vidět – posoudit – jednat).

Aby nás o tomto základním pohybu nenechal na pochybách, hned v úvodním článku V. kapitoly (nazvané „Jak se zorientovat a jednat") papež František píše:

> *Snažil jsem se **prozkoumat aktuální situaci** lidstva a zjistit,*
> *kde jsou trhliny planety, kterou obýváme,*
> *a jaké jsou nejhlubší příčiny zhoršování životního prostředí.*
> *Ačkoli nám už toto **kontemplování skutečnosti samotné***[25]
> *naznačuje směr potřebné změny a napovídá nám, jak činně reagovat,*
> *přece se nyní pokusím **nastínit cesty dialogu**, jež nám pomohou*
> *dostat se ze sebedestruktivní spirály, do níž se propadáme.*
>
> papež František, *Laudato si'*, čl. 163

Z tohoto úvodního důrazu a pak především z celé páté kapitoly můžeme vyčíst, že nejen že podněty k praktickému jednání v páté a šesté kapitole *Laudato si'* pro papeže Františka přirozeně vyrůstají z předchozí Božímu slovu naslouchající kontemplativní četby reality, ale zároveň že **každé praktické jednání, které má přinést své trvající ovoce, je jednáním „dialogickým", naslouchajícím, ve svém jádru trvale kontemplativním**. Nelze tedy o to v kontemplaci zjistit, co mám dělat, a pak to už jen hlava nehlava realizovat. Samotné praktické **jednání** (viz 5. týden semináře) zůstává hluboce kontemplativním, protože aktérům nezakrývá oči před novým **vnímáním** reality (1. týden), nezavírá uši a srdce před obnoveným **slyšením** Božího slova (2. týden), nebrání sestoupení rozumu do srdce, do centra jejich bytosti, aby byli schopni celostného **rozlišování** (3. týden), a nebrání jim v nové zkušenosti **propojenosti** s celým stvořením (4. týden), do které je toto rozlišování ponořeno a v které nachází dialogický prostor ke svému dozrání. Lze tedy říci, nejen že platí, že **akce vyrůstá z kontemplace**, ale také, že jsme zváni prožívat **trvalou kontemplaci uprostřed akce**.

Zatímco v následujícím souhrnu V. kapitoly *Laudato si'* si nastíníme oblasti, které v rámci encykliky leží papeži nejvíce na srdci, v připojených „Podnětech k tichým chvílím" pak budou nabídnuty podněty pro zácvik do praktického kontemplativního jednání uprostřed našeho všednodenního života.

[25] Tento překlad („kontemplování skutečnosti samotné") navazuje na originální španělské znění. V českém oficiálním překladu je zde použit obrat „tento pohled na skutečnost samu".

Dialogické jednání: Ochutnávka V. kapitoly *Laudato si'*

Snad nejzásadnější větu papež František uvádí zcela na závěr páté kapitoly:

> *Závažnost ekologické krize od nás všech vyžaduje,*
> *abychom mysleli na společné dobro a kráčeli po cestě dialogu,*
> *k němuž je potřebná trpělivost, askeze a velkorysost;*
> *mějme vždy na paměti, že „realita je důležitější než idea" (EG 231).*
>
> papež František, Laudato si', čl. 201

Papež František před tím v páté kapitole *Laudato si'* rozvíjí pět oblastí, kde je třeba rozvinout či v nich prohloubit dialog vedoucí ke konkrétnímu jednání (pro komplexnost těchto témat zde uvedu jen některé ilustrativní citáty):

- **Dialog v mezinárodní politice:** *„Význam vzájemně propojeného světa… (spočívá) především v tom, že se navrhovaná řešení mohou předkládat v globální perspektivě, a ne pouze z perspektivy ochrany zájmů některých zemí. Vzájemná závislost nás zavazuje k tomu, abychom uvažovali o jediném světě, o společném projektu"* (LS 164).
- **Dialog v národní a lokální politice:** *„Krátkozrakost při uplatňování moci brání tomu, aby se součástí veřejné agendy vlád stala prozíravá politika ochrany životního prostředí. Zapomíná se tak, že ‚čas je nadřazen prostoru' (EG 222) že jsme vždy plodnější, když se snažíme spouštět procesy než ovládat prostory moci"* (LS 178).
- **Dialog v rozhodovacích procesech:** *„… je třeba transparentních politických procesů, které jsou otevřeny dialogu"* (LS 182). *„V otázkách týkajících se životního prostředí existují diskuse, v nichž je těžké dospět ke konsenzu… Církev… zve k čestné a transparentní debatě, aby partikulární potřeby nebo ideologie neškodily společnému dobru"* (LS 188).
- **Politika a ekonomika v dialogu:** *„…potřebujeme, aby politika a ekonomika společně a s rozhodností začaly sloužit životu, a to zejména lidskému"* (LS 189). *„Jde o to, aby se otevřela cesta různým příležitostem, které nepředstavují zastavení lidské kreativity a lidského snu o pokroku, ale spíše usměrňují tuto energii novým způsobem"* (LS 191). *„I zde platí princip, že ‚jednota je nadřazena konfliktu' (EG 228)"* (LS 198).
- **Náboženství a vědy v dialogu:** *„Většina obyvatel planety se prohlašuje za věřící, a to by mělo náboženská vyznání vést k tomu, aby vstupovala do vzájemného dialogu zaměřeného na péči o přírodu, na obranu chudých, na budování sítě vzájemné úcty a bratrství. Nezbytný je také dialog mezi samotnými vědami… Stejně tak nezbytný je otevřený a uctivý dialog mezi ekologickými hnutími, mezi nimiž nechybí ideologické boje"* (LS 201).

Podněty k tichým chvílím a praktická cvičení pro 5. týden postní

Do tichých chvil tohoto týdne vstupujte ve světle příběhu o vzkříšení Lazara (Jan 11,1-45). Pro usnadnění je vám k dispozici *Příloha 4* na konci tohoto sešitku.

Pro přechod k tiché kontemplaci vám může každý den pomoci věta ***„Lazare“*** (nádech) ***„pojď ven!“*** (výdech), přičemž místo Lazara si můžete dosadit své vlastní jméno. V rozjímavé přípravě na toto kontemplativní ztišení se můžete, jak je naznačeno níže, postupně ve světle doporučených veršů z příběhu o Lazarovi zabývat **pěti předpoklady praktického kontemplativního jednání**, které pak během dne můžete „nacvičovat“ (+ dva dny jako rezerva).

Stejně tak při přípravě na tichou chvíli, případně při systematickém studiu, se můžete nechat inspirovat **čtyřmi papežovými principy** zmíněnými níže, které papež prvně prezentoval v exhortaci *Evangelii gaudium*, čl. 222 – 237 a které také cituje na souvisejících místech encykliky *Laudato si'* (viz níže).

Pokud by tě takovéto množství podnětů nevedlo ke kontemplaci, ale spíše od ní odvádělo, rezignuj na jejich studium a nechej se v tichých chvílích nést jen oním ***„Lazare – pojď ven!“***, přičemž pod „Lazarem“ můžeš vnímat své hlubší, pravé „já“, svoji identitu skrytou v Bohu, a vyjadřovat tak svoji touhu, aby ve tvém životě byla žita svobodně a otevřeně vůči všem.

Celý týden může být předznačen citátem, kterým jsme tyto úvahy začínali a kterým začíná V. kapitola *Laudato si'*: ***„Kontemplování skutečnosti samotné naznačuje směr potřebné změny a napovídá, jak činně reagovat“*** (LS 163).

1. DEN (I. kap. LS; Jan 11,1-3.17-18.33-36.38): Kontemplativní **VNÍMÁNÍ** skutečnosti, událostí a dějů, uprostřed kterých žiji, a osob, které každodenně potkávám (srov. princip *„realita je nadřazena ideji“* LS 110 a 201; viz EG 231 – 233; mezi oběma se musí odvíjet soustavný dialog; princip vtělení Slova)

- **V tiché chvíli** jako v **1. týdnu** praktikuj „dlouhý milující pohled na realitu“ a ke spočívající kontemplaci přejdi opakováním věty ***„Lazare – pojď ven!“***
- **Během dne** se pak pokus vnímat tímto pohledem své okolí, lidi, které budeš potkávat, události, které budeš prožívat… Občas se zastav, nadechni se, zakotvi se v přítomnosti, nehodnoť, jen laskavě vnímej…

2. DEN (II. kap. LS; Jan 11,4-7.14-15.39-40.41b-44): Kontemplativní **NASLOUCHÁNÍ** Božímu slovu a zakoušení Ježíšova jednání v Písmu, v hloubce srdce, v druhých lidech a ve znameních doby

- **V tiché chvíli** jako ve **2. týdnu** naslouchej Božímu slovu, např. Ježíšovým slovům k učedníkům a k Martě a Marii z příběhu o Lazarovi, a vnímej, jak proměňují jejich vnímání reality a jejich jednání “ a ke spočívající kontemplaci přejdi opakováním věty ***„Lazare – pojď ven!“***

- **Během dne** si některá z těchto slov připomínej a konfrontuj s tím, co vnímáš z reality svého života v tomto konkrétním dni…

3. DEN (III. kap. LS; Jan 11,8-13.21-27.37): Kontemplativní **ROZLIŠOVÁNÍ** jakožto bytostné (rozum, emoce, vůle) rozpoznávání a zakoušení smyslu skutečnosti, ve které žijeme, ve světle Božího slova, kterému naslouchámе a které zakoušíme (srov. princip *„jednota je nadřazena konfliktu“* LG 198; viz EG 226 – 230; řešení konfliktu je často na vyšší rovině s uchováním cenných možností protikladných polarit; smířená různost prvotně v našem nitru)

- **V tiché chvíli** se jako ve **3. týdnu** pokus jít ke kořeni událostí ve svém životě a jako inspiraci pro to vnímej ty části příběhu o Lazarovi, kde učedníci vstupují do hlubšího porozumění situaci ve světle Ježíšova slova “ a ke spočívající kontemplaci přejdi opakováním věty ***„Lazare – pojď ven!“***
- **Během dne** se pak zaměř na některé rozpory či protiklady, na které narazíš, a zkus pro ně najít syntézu na vyšší rovině…

4. DEN (IV. kap. LS; Jan 11,19.28-32): Kontemplativní **PROPOJENÍ** s celým stvořením a s lidmi kolem nás, síťování, dialogický trpělivý a velkorysý rozhovor mezi více úhly pohledu (srov. princip *„celek je nadřazen části“* LG 141; viz EG 234 – 237; celek je víc, než součet jeho částí; jednat lokálně, myslet globálně)

- **V tiché chvíli** se jako ve **4. týdnu** zaměř na souvislosti, souvztažnosti a sítě, ve kterých žiješ, a ptej se, které jsou pro tebe požehnáním a které tě svazují“ a ke spočívající kontemplaci přejdi opakováním věty ***„Lazare – pojď ven!“***
- **Během dne** se průběžně pokus opakovaně navazovat dialog s každým prostředím, ve kterém se budeš pohybovat, a skrze něj se vědoměji stávej součástí tohoto prostředí…

5. DEN (V. kap. LS; Jan 11,16.20.41a.45): Kontemplativní **JEDNÁNÍ** ochotné odvážně a vytrvale dělat drobné krůčky lásky, i když budu nejisté a nedokonalé (srov. princip *„čas je nadřazen prostoru“* LG 178; viz EG 222 – 225; je třeba starat se víc o to, abychom spouštěli procesy, než abychom ovládali prostory moci; pracovat dlouhodobě a trpělivě, bez posedlosti okamžitými výsledky; zasévat a dopřát čas pro růst)

- **V tiché chvíli** se dnes podívej na své jednání, zda je otevřené všem dříve nastíněným rovinám a jak se s nimi prolíná ve vzájemné odkázanosti a ke spočívající kontemplaci přejdi opakováním věty ***„Lazare – pojď ven!“***
- **Během dne** celkově zpomal své jednání a uč se, i když ti to bude připadat třeba umělé a násilné, v něm dávat prostor všem předchozím momentům kontemplativního jednání…

6. DEN – rezerva / **7. DEN** – rezerva

Praktické podněty pro 5. týden postní

Podle svých možností můžete jako vždy použít jen některé z nich, nebo se nechat vést nějakým jiným způsobem, který bude vyhovovat právě vám.

1. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si'*:**

a. Poslechem katecheze 5. postního týdne (případně kázání z 5. neděle postní) se seznamte s tématem (odkazy najdete na agas.cz/kontemplace).

b. Ve světle podnětů z katecheze a tohoto sešitku si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst 5. kapitolu *Laudato si'* (LS 163 – 201).

2. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**

a. Pokračujte v pravidelném **praktikování svých denních tichých chvil**, a to tím spíše v této době, kdy je třeba mít pevné kotvy i ve vnitřním životě.

b. Při tichých chvílích během tohoto týdne se vrátíte k tématům z předchozích týdnů (pomohou vám v tom **Podněty k denním tichým chvílím** dále).

c. Cílem tohoto **kontemplativního propojení s požehnanými i zraněnými vztahy v našem světě** není pouhá reflexe textu (ten si tradičně promyslete při přípravě na denní tichou chvíli např. v předvečer), ale **kontemplativní společenství s Ježíšem**, s tím, **který nás vyvádí z našich zapáchajících hrobů i požehnaných míst do svobody služby**. I tentokrát vám při denní tiché chvíli, při přechodu od vnitřní rozmluvy s Ježíšem při četbě podnětů k rozjímání do tichého přebývání s Ním, může pomoci **použití krátké fráze**.

3. **SDÍLENÍ ve skupině, se kterou se přes týden scházíte či jste online:**

a. Při společném (virtuálním) setkání se můžete opět s druhými sdílet o to, co vás minulý týden při kontemplativní četbě 4. kapitoly *Laudato si'* **oslovilo, zasáhlo, povzbudilo či zneklidnilo**… Zůstávejte na osobní rovině.

b. Můžete se sdílet o vaší **osobní praxi denních tichých chvil**, opět s prvotním zaměřením spíše na proces či zkušenost, než na obsah či reflexi.

c. Pokud máte více času, je možné k tomuto osobnímu sdílení po domluvě se všemi přidat i **čas pro spíše studijní diskuzi** nad minulý týden přečtenou 4. kapitolou *Laudato si'*, třeba i s přesahem k otázkám konkrétních výzev k intenzivnější a plodnější propojenosti a síťování, které vyrůstá ze společenství s Bohem při kontemplaci a v životě.

Svatý týden a Velikonoční Triduum: Prázdnota kontemplace

O Svatém týdnu a Velikonočním Triduu se v osobní modlitbě nechte vést liturgií slavenou ve vaší farnosti, případně pro inspiraci využijte níže připojené odkazy.

Svatý týden: Křížová cesta do Srdce stvoření

- Kázání ze mše svaté z Květné neděle ("Zachraň svět z gauče!")
- Bohoslužba smíření ve světle Laudato si' („Ekologické hříchy“)
- Kázání ze mše svaté z úterý Svatého týdne („Přiznání se ke Kristu“)
- Kázání ze mše svaté ze středy Svatého týdne ("Jidáši, příteli!")

Velikonoční triduum: Prázdnota po prázdnotě volá

- Kázání ze mše na Zelený čtvrtek a adorace ("Sloužící a plačící Bůh")
- Kázání z obřadů Velkého pátku ("Tři tváře Krista na kříži")
- Kázání z vigilie Zmrtvýchvstání Páně ("Tři Galileje")
- Kázání ze mše svaté ze Slavnosti Zmrtvýchvstání ("Trojí lámání chleba")
- Kázání ze mše na Velikonočního pondělí ("Mnohotvárné přijímání")

Odkazy na další části velikonoční liturgie najdete na agas.cz/kontemplace.

Velikonoční doba: Kontemplativní ekologická spiritualita



Ve velikonoční době se ve druhé části našeho semináře necháme inspirovat šestou kapitolou encykliky papeže Františka *Laudato si'* („Ekologická výchova a spiritualita“), ve které je výslovných zmínek o kontemplaci nejvíce (celkem osm). Již jen to naznačuje, že dosavadní zmínky o kontemplativním postoji nejsou ve Františkově pojetí „péče o nás společný domov“ něčím jen jakoby zvenčí přidaným pro okrasu, ale že kontemplativní rozměr této péče je rozměrem nezbytným a základním.

Ve druhé části semináře v době velikonoční nás proto čekají tato témata:

2. týden velikonoční: Životní styl a kontemplace – PROSTŘEDÍ (LS 202 – 215; 228 – 232)

3. týden velikonoční: Kontemplativně-ekologická konverze – SRDCE (LS 216 – 221)

4. týden velikonoční: Prorocký a kontemplativní životní styl – ŠÍŘKA (LS 222 – 227)

5. týden velikonoční: Kontemplace a mystika – HLOUBKA (LS 233 – 234)

6. týden velikonoční: Praxe kontemplativního postoje – NÁSTROJE (LS 235 – 237)

7. týden velikonoční: Kontemplativní tanec Trojice – KORUNA (LS 238 – 240)

Závěrečný týden: *„Hle – všechno tvořím nové!“* (LS 241 – 245)

2. velikonoční: Životní styl a kontemplace – PROSTŘEDÍ

Závěrečná, na praktické jednání zaměřená šestá kapitola encykliky *Laudato si'* papeže Františka je jednou velkou výzvou k celkové proměně životního stylu:

> *Mnoho věcí musí změnit své směřování,*
> *ale **především se potřebuje změnit samo lidstvo**.*
> *Chybí mu vědomí společného původu, vzájemné sounáležitosti a společně sdílené budoucnosti.*
> *Toto základní povědomí by umožnilo **zrod nových přesvědčení, nových postojů a životních stylů**.*
> *Vyvstává tak velká kulturní, duchovní a výchovná výzva,*
> *která bude vyžadovat **dlouhé obrodné procesy**.*
>
> papež František, Laudato si', čl. 202

V dalších třech článcích (srov. LS 203 – 205) pak papež toto rozvíjí, a nakonec vyjadřuje naději, že tato *„**změna životního stylu** by mohla vyvinout zdravý tlak na ty, kteří mají politickou, ekonomickou a sociální moc"* (LS 206). Papež zde tedy vyjadřuje naději, že v lidech může vyrůst to, co se často chápe jako **jádro kontemplativního postoje** a co je *„kořenem, který umožňuje péči o druhé a o životní prostředí a dává zrod mravnímu jednání, jež bere v úvahu vnější dopad každého úkonu a každého osobního rozhodnutí na naše okolí"*: *„**schopnost vycházet ze sebe směrem k druhým**"* a *„základní **postoj sebetranscendence**, který rozbíjí izolované a sebevztažné vědomí"* (LS 208).

Volá se zde po *„obnovení ekologické rovnováhy"* (srov. LS 210):

- na **vnitřní** úrovni (ve vztahu k sobě samým);
- na **solidární** úrovni (ve vztahu s druhými);
- na **přírodní** úrovni (ve vztahu se všemi živými bytostmi);
- na **duchovní** úrovni (ve vztahu k Bohu).

Ještě zde sice není použité slovo „kontemplace", ale papež zde používá stejně hluboký obrat, když konstatuje, že ona celostní rovnováha, ke které má směřovat každá environmentální výchova, by nás měla *„uschopnit k onomu **skoku do Tajemství**, z něhož ekologická etika vyvozuje svůj nejhlubší smysl"* (LS 210).

Tento hluboce **kontemplativní „skok do Tajemství" ovšem nevylučuje**, ba předpokládá, že tato environmentální výchova ve všech „výchovných prostředích" (škola, rodina, sdělovací prostředky, katecheze apod., srov. LS 213) bude zároveň také **výchovou široce praktickou**, která se nebude omezovat na „poskytování informací", ale **povede také k „formování návyků"** (srov. LS

211)[26] a k **„občanské a politické lásce“** (srov. LS 228 – 232).[27] Tyto **proměněné návyky pak *„vzbuzují v lůně této Země dobrotu, která má vždy tendenci šířit se – někdy i neviditelně“*** (LS 212). Ba co víc, podle papeže Františka nám tyto proměněné návyky **jsou nejen ovocem naší cesty „na hlubinu“** (srov. LS 215),[28] ale **na této cestě nám samy pomáhají „k větší existenciální hloubce“**: *„Takové způsoby jednání nám navíc navracejí vědomí naší vlastní důstojnosti, vedou nás k větší existenciální hloubce a umožňují nám zakoušet, že se vyplatí žít na tomto světě“* (LS 212).

Šířku a důležitost této environmentální výchovy, po které papež volá, pak shrnuje (tentokrát už přímo i se zahrnutím slova „kontemplace“)[29] takto:

> *Politice a různým sdružením náleží úsilí o formaci svědomí. Náleží to též církvi. Všechna křesťanská společenství mají v této výchově plnit důležitou roli. Doufám též, že se v našich seminářích a v řeholních formačních domech vychovává*
> ***k odpovědné střídmosti,***
> ***k vděčné kontemplaci světa a***
> ***k pečlivému zacházení se zranitelností chudých i se životním prostředím.***
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 214

„Vděčná kontemplace světa“ je tedy podle papeže Františka jedním z nezbytných rozměrů „environmentální výchovy“, ke kterému by měli být křesťané vedeni ve „všech křesťanských společenstvích“. A to proto, že tato **kontemplace nejen že nese ovoce proměny životního stylu, ale tento proměněný životní styl zase vytváří vstřícné prostředí pro její rozvoj**.

---

[26] Ilustrací této praktičnosti je např. pokračování čl. 211 encykliky: *„Jestliže se někdo – ačkoli mu jeho ekonomické podmínky umožňují spotřebovat a utrácet víc – radši lépe oblékne místo toho, aby zapnul topení, znamená to, že si osvojil přesvědčení a způsoby prospěšné ochraně životního prostředí. Je velmi ušlechtilé osvojovat si úkol ochrany stvoření v drobných každodenních úkonech a je úžasné, když je výchova dovede tak motivovat, že se stanou životním stylem. Výchova k environmentální zodpovědnosti může vést k mnohým postojům, které mají přímý a důležitý dopad na ochranu životního prostředí – jako například omezování použití plastových či papírových materiálů, omezení spotřeby vody, třídění odpadu, vaření pouze takového množství pokrmů, které se stačí spotřebovat, ochrana jiných živých tvorů, využívání veřejné dopravy nebo sdílení stejného vozidla s vícero cestujícími, sázení stromů, zhášení zbytečného osvětlení a tak dále. Toto všechno je součástí velkorysé a důstojné kreativity, která ukazuje tu nejlepší stránku lidské bytosti. Když ze svého hlubokého přesvědčení radši opětovně použijeme nějakou věc místo toho, abychom se jí rychle zbavili, může to být skutek lásky, který vyjadřuje naši důstojnost.“* (LS 211)

[27] Zde papež mluví o nutnosti změnu životního stylu jednotlivců rozšířit i na „makrovztahy“ (společenské, ekonomické, politické) v duchu ideálu „civilizace lásky“, který František doplňuje svým pojmem „kultura pečlivosti“ (srov. LS 231). Chválí zde rozvoj *„nesčetných rozmanitých sdružení, která se nasazují ve prospěch společného dobra a chrání přírodní i městské životní prostředí…, rozvíjejí nebo obnovují vztahy a utváří ne nové lokální sociální předivo…, pečují o svět a o kvalitu života těch nejchudších…“* (LS 232).

[28] *„Stejně tak chceme-li dosáhnout hlubokých změn, musíme mít na paměti, že způsob uvažování má reálný vliv na chování. Výchova bude neúčinná a její snahy zůstanou neplodné, nebude-li se snažit též o to, aby šířila nové pojetí lidské bytosti, života, společnosti a vztahu k přírodě.“* (LS 215)

[29] Použitý překlad je dle španělského textu; v českém oficiálním překladu je použit obrat „vděčnému nazírání na svět“.

Praktické podněty pro 2. týden velikonoční

Po velikonočním sestupu do srdce tajemství Kristovy lásky, která zůstává věrně v našem srdci a spočívá uprostřed všednodennosti našich životů a vztahů, jsme nyní zváni ke vnímavému odkrývání Kristovy lásky a milujícího Kristova pohledu uvnitř situací našeho života a naší sítě vztahů v tomto světě. Proto v této druhé části nebudeme již poskytovat podněty k tichým chvílím, pouze základní týdenní nasměrování (viz katecheze 2. týdne velikonočního, případně kázání z 2. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**
   a. Obnovte pravidelné **praktikování denních tichých chvil**, a to v takových časech a prostorech, které jste si v postní době vyzkoušeli, že vám nejvíce vyhovují. U těch nyní již setrvejte. Doporučujeme např. ráno či večer 30 min., nebo 15 min. ráno a 15 min. večer. O postojích viz začátek semináře.
   b. Z Velikonoc jste dostatečně nasyceni Božím slovem, proto **při vlastních tichých chvílích** v této druhé části semináře již **nic nečtěte**.
   c. Na začátku můžete **ve své představivosti zpřítomnit Krista** tak, jak se vás jeho přítomnost nejživěji dotkla v posledních dnech (myjícího nohy, visícího na kříži, spočívajícího v hrobě, sestupujícího do podsvětí, setkávajícího se se ženami, s apoštoly, sesílajícího Ducha, naplňujícího vaše vlastní životy, vztahy…). Vstupte pak s ním do osobního rozhovoru a nechte vše plynout…
   d. **Jestliže** se v myšlenkách přistihnete, že **se zabýváte něčím z vašich vzpomínek či očekávání**, vraťte se do přítomnosti např. tím, že se chvilku soustředíte na svůj dech, na podlahu před sebou, na nějaký zvuk v okolí, či na některé z „posvátných slov“, které se vám při předchozích tichých chvílích nejvíce „zvnitřnilo“. Můžete také vše, co takto prožíváte, znovu a znovu jemně „probírat“ s Ježíšem v té scéně, kterou jste do tiché chvíle vstoupili.
   e. **Z těchto pomůcek si vyberte jen jednu či dvě**, během meditace je příliš nestřídejte a během týdne pátrejte, která z nich vás nejlépe vede ke spočinutí v přítomném okamžiku, v zakoušení „dlouhého milujícího Ježíšova pohledu na skutečnost vašeho života takový, jaký je“ (jak lze chápat kontemplaci).

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou online:**
   a. **Vyberte si jednoho „patrona“**, který vás bude druhou částí semináře doprovázet, a alespoň jednou týdne mu zavolejte a sdílejte s ním zkušenosti z tichých chvil. Může jím být organizátor tohoto semináře, nebo i někdo jiný, komu důvěřujete a kdo na cestě kontemplace má již něco „odchozeno“.
   b. Pokud máte **seminární skupinku**, sdílejte s ní vaše osobní zkušenosti z tichých chvil, obsahu encykliky se věnujte jen, když vám zbyde čas.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

Ve světle podnětů z tohoto sešitku pro tento týden a katecheze si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst **LS 202 – 215** a **LS 228 – 232**.

3. velikonoční: Kontemplativně-ekologická konverze – SRDCE

Minulý týden jsme vnímali, jak podle papeže Františka proměna životního stylu připravuje půdu našeho srdce pro kontemplaci a jak zase naopak zkušenost s kontemplací proměňuje náš životní styl, který nám pak opět více a více „uschopňuje ke skoku do Tajemství“ (srov. LS 210) a setkání s tímto Tajemství nás vede k „vděčné kontemplaci světa“ vnímavé jak k chudým, tak k životnímu prostředí (srov. LS 214). Co je však jádrem tohoto „skoku do Tajemství“? To nám napovědí následující články encykliky (LS 216 – 221) rozvíjející téma „ekologické konverze“, kterému se budeme věnovat tento týden.

V této části své encykliky papež František před našima očima rozprostírá svoji vizi v mystice zakořeněné „ekologické spirituality“ ovlivňující náš „způsob uvažování, vnímání a prožívání“ a kterou považuje za jakési „srdce“ celé své vize „péče o společný domov“. Citujíce svoji exhortaci *Evangelii gaudium* připomíná, že *„není možné nasazovat se pro velké věci pouze na základě pouček, bez* ***mystiky****, která by je oživovala, bez ‚****vnitřní hybné síly****, která podněcuje, motivuje, povzbuzuje a dává smysl osobnímu i společnému konání‘“* (LS 216; srov. EG 261). A pokračuje citujíce Benedikta XVI.: *„Jestliže ‚se ve světě rozrůstají* ***vnější pouště****, protože tak moc narostly* ***pouště vnitřní****‘, stává se* ***ekologická krize výzvou k hlubokému vnitřnímu obrácení****“* (LS 217).

Po kritice křesťanů, *„kteří se horlivě věnují modlitbě, ale často se pod záminkou realismu a pragmatičnosti vysmívají starostem o životní prostředí,“* či křesťanů, kteří *„jsou pasivní, nedovedou se rozhodnout ke změně svých zvyklostí a stávají se nedůslednými“* konstatuje: *„Chybí jim tedy* ***ekologická konverze****, která znamená, že se ve vztazích k okolnímu světu projevují všechny důsledky setkání s Ježíšem. Povolání střežit Boží dílo je podstatnou součástí ctnostného života. Nepředstavuje něco volitelného, ani nějaký druhotný aspekt křesťanského života“* (LS 217). A vzápětí zdůrazňuje **komunitní rozměr této konverze**: *„Na sociální problémy se odpovídá komunitními sítěmi, nikoli pouhou sumou individuálních dober… Ekologická konverze nezbytná k vytvoření dynamismu trvalé změny je také* ***komunitní konverzí****“* (LS 219).

V dalším článku pak papež František představuje několik postojů, které s sebou tato „ekologická konverze“ nese a které *„ve vzájemné součinnosti vedou k velkorysé péči plné něhy“* (LS 220):

- ***vděčnost a nezištnost*** (tj. vnitřní hluboké uznání, že svět je darem, který jsme přijali od Otcovy lásky);
- ***odříkání a štědrost*** (tj. sdílení darů s druhými, které je praktickým projevem vnitřního postoje vděčnosti a nezištnosti);
- ***láskyplné vědomí toho, že nejsme izolováni*** (tj. vědomí, že s ostatními bytostmi vesmíru tvoříme úžasné univerzální společenství);

- ***rozvoj tvořivosti a nadšení*** (tj. postoj odevzdanosti se Bohu jako „oběť živá, svatá a Bohu milá“ (srov. Řím 12,1).

Ke třetímu bodu papež navíc dodává zásadní větu poodhalující charakter jeho pojetí kontemplace:

> ***Věřící nekontempluje svět zvenčí, ale zevnitř,***
> *přičemž uznává pouta, jimiž nás Otec sjednotil se všemi bytostmi.*
> papež František, Laudato si‘, čl. 220

Teologická odůvodnění tohoto „zevnitř“ pak přidává v dalším článku LS 221:

- **STVOŘENÍ** jako **„svátost“** Boží vůči člověku (*„každé stvoření odráží něco Božího a sděluje nám jisté poselství“*; *„když Bůh stvořil svět, vepsal do něj řád a dynamiku“*);
- **VTĚLENÍ** jako **„přijetí“** celého hmotného světa Bohem (*„Kristus na sebe přijal tento hmotný svět“*);
- **VZKŘÍŠENÍ** jako **„prodlévání“** Boha v nitru každé bytosti (*„Kristus nyní jako Vzkříšený přebývá v nitru každé bytosti, objímá ji svou láskou a prostupuje svým světlem“*).[30]

Kontemplace podle papeže Františka tedy není ani útěkem před „světem“ do nějakého izolovaného spočívání v Kristu, ani ztracením se ve „světě“, které by snad hrozilo, že nás od Krista bude oddělovat, ale spíše odvážným a často náročným či bolestným **ponořením se do „přediva vztahů“** uvnitř tohoto světa, oním **odvážným „skokem to Tajemství“**, který je však zároveň nesen důvěrou, že právě tam se setkáváme se Vzkříšeným, který nás zve ke *„**kontemplování Stvořitele, jenž žije mezi námi a v tom, co nás obklopuje**“* (LS 225).

Takto může být **kontemplace** považována za **srdce „ekologického obrácení“ a „ekologické spirituality“**. Do tohoto srdce vstupujeme motivováni „pouštěmi vnitřními“ i „pouštěmi vnějšími“, jsme v něm poháněni „vnitřní hybnou silou“ mystiky, integrálně z něj vyrůstá naše péče o celé stvoření a tuto péči prožíváme jako součást „komunitní sítě vztahů“. To vše osloveni poselstvím Božího **stvoření**, přijati spolu s celým stvořením **vtěleným** Kristem a proniknuti z nitra tohoto stvoření světlem Kristova **vzkříšení** (srov. již také LS 100).

---

[30] Toto pak v dalším oddíle papež prohlubuje těmito slovy: *„Integrální ekologie vyžaduje, abychom věnovali trochu času obnovení pokojné harmonie se stvořením, zamyšlení nad svým způsobem života a nad svými ideály,* ***kontemplování Stvořitele, jenž žije mezi námi a v tom, co nás obklopuje****, a jehož přítomnost ‚se nesmí stát umělým konstruktem, nýbrž musí být objevována, odhalována‘ (EG 71)“.* (LS 225) *„Nový Jeruzalém, svaté město (srov. Zj 21,2-4), je cílem, ke kterému se ubírá celé lidstvo. Je zajímavé, že kniha Zjevení nám říká, že plnost lidstva a dějin se uskuteční ve městě. Potřebujeme vnímat město* ***kontemplativním pohledem, totiž pohledem víry, která objevuje Boha, jenž přebývá v jeho domech, na jeho ulicích a náměstích****. Boží přítomnost pak provází každé upřímné hledání jednotlivců i celých skupin, toužící nalézt oporu a smysl života.* ***On žije mezi obyvateli a prosazuje solidaritu, bratrství, touhu po dobru, pravdě a spravedlnosti.*** *Tato* ***jeho přítomnost se nesmí stát umělým konstruktem, nýbrž musí být objevována, odhalována****. Bůh se neskrývá těm, kteří ho hledají upřímným srdcem, třebaže tak činí tápavě, nepřesně a zmateně“* (papež František, *Evangelii gaudium*, čl. 71). Srov. LS 100.

Praktické podněty pro 3. týden velikonoční

Tento týden jste zváni otevírat se v tichých chvílích daru vnitřní konverze skrze „skok do Tajemství“ a „ponoření se do našeho života“, ve kterém přebývá Vzkříšený Kristus. Ani tentokrát proto nejsou k dispozici podněty k jednotlivým tichým chvílím, pouze základní týdenní nasměrování (viz katecheze 3. týdne velikonočního, případně kázání ze 3. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích:**

a. Pokračujte v pravidelném **praktikování denních tichých chvil**, a jejich délku si zkuste oproti minulému týdnu o 5 minut prodloužit. Pokud jste praktikovali dva kratší úseky, zkuste je tento týden spojit v jeden delší.
b. Při tichých chvílích ani tento týden **nic nečtěte**, Božím slovem se nechte sytit „zevnitř“ a **nově přijměte okolnosti svého života** jako prostředí, do které je Božím stvořením, do kterého se Kristus vtělil a z jehož hlubin jste prozařování Kristovým vzkříšením.
c. Na začátku vám může opět pomoci **zpřítomnit si ve své představivosti Krista** tak, jak se vás jeho přítomnost nejživěji dotkla v posledních dnech. Pokud nemáte žádnou inspiraci, navrhuji navázat na nedělní evangelium a vnímat Krista, který se jako neznámý poutník připojuje k vaší cestě a vstupuje do vašich obav, smutků, bolestí, zklamání či selhání a svým „výkladem Písem“ postupně „zapaluje vaše srdce“. Nebo se s tímto poutníkem prostě usaďte v Emauzích a dejte mu šanci, abyste jej mohli „poznat“ při lámání chleba Božího slova a vašeho života. Tuto vnitřní rozmluvu ale rozvíjejte jen na začátku tiché chvíle a dejte šanci postupně se ve vás rozprostírajícímu tichu a bdělé vnímavosti.
d. **K vracení se do Boží přítomnosti či k bdělé vnímavosti** používejte to, co se vám minulý týden především osvědčilo (viz bod 1d+e podnětů z minule).

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou online:**

a. **Se svým „patronem“**, kterého jste si minulý týden vybrali (viz bod 2a praktických podnětů z minulého týdne), proberte zkušenosti z denních tichých chvil týdne předchozího. Jak se vám dařilo zachovávat pravidelnost tichých chvil? Co vám pomáhalo při ponoření se do ticha či k opakovaným návratům do něj? Co vám v tom naopak bránilo? Co z vašeho životního stylu podporuje vaše rozhodnutí pro ztišení v tichých chvílích? Co byste ve svém životním stylu mohli změnit, aby byl pro vaši kontemplaci podpůrnější?
b. Pokud máte **seminární skupinku**, sdílejte s ní něco z podnětů z bodu 2a.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden si můžete v postoji kontemplativního naslouchání pročíst **LS 216 – 221**.

4. velikonoční: Prorocko-kontemplativní životní styl – ŠÍŘKA

Jestliže jsme se minulý týden pokusili nahlédnout do „srdce“ ekologického obrácení, tohoto „skoku do Tajemství“, ve kterém jsme objevili hluboký kontemplativní rozměr ekologické spirituality, jak nám ji papež František prezentuje ve své encyklice Laudato si‘, tento týden se další částí šesté kapitoly této encykliky (LS 222 – 227) necháme vést **k pohledu do „šířky“** této spirituality. Je to jakési **praktické rozvinutí toho, co ve 2. velikonočním týdnu bylo spíše z teoretického pohledu prezentováno jako „životní styl“**. Papež toto téma hned v prvním článku této části šesté kapitoly shrnuje takto:

Křesťanská spiritualita nabízí
alternativní způsob chápání kvality života a povzbuzuje
*k **prorockému a kontemplativnímu životnímu stylu**,*
takže člověk se dovede hluboce radovat,
aniž by byl posedlý spotřebou.

papež František, *Laudato si‘*, čl. 222

Zde se nenabízí volba mezi „prorockým“ a „kontemplativním“ životním stylem (jako mezi dvěma „alternativními“ formami křesťanské spirituality). Ale křesťanská spiritualita jako taková je zde prezentována jako (pro křesťana nezbytná) „alternativa“ k dnešnímu běžnému životnímu stylu založenému na spotřebě. A tato alternativa má dvě – vzájemně se doplňující a vzájemně se potřebující – tváře: **tvář prorockou** a **tvář kontemplativní**. Právě toto propojení prorocké kritiky s kontemplativním přijetím je pramenem oné dynamiky skryté v každé zdravé křesťanské spiritualitě.

To je vidět v dalších slovech téhož článku, kde papež povzbuzuje k **osvojení si postoje *„méně je více“*** později charakterizovaného jako *„růst v šetrnosti“*, *„schopnost radovat se z mála“*, či *„návrat k jednoduchosti“*. Tento postoj nám usnadňuje ***„ocenit každou věc a každý okamžik“***, což vede k ***„pokojné přítomnosti uvnitř každé skutečnosti“***, která *„nám otevírá mnohem **širší možnosti chápání** a osobní realizace“*, uschopňuje k **umění *„zastavit se a vychutnávat malé věci“***, ***„děkovat za možnosti, které nám život nabízí**, aniž bychom se poutali k tomu, co máme, nebo zarmucovali kvůli tomu, co nemáme“* (LS 222). Už na tomto výčtu je vidět, jak se zde „prorocký styl“ (střídmost, jednoduchost, šetrnost) přirozeně snoubí s „kontemplativním stylem“ (radost, pokojná přítomnost, širší možnosti chápání, díkůvzdání).

V následujícím článku (LS 223) je pak toto niterné **propojení nitra** (kontemplativní osobní prožívání) **a vnějšku** (prorocké znamení pro druhé) dále ilustrováno, když papež tento životní postoj nazývá *„střídmostí“*, která *„prožívaná svobodně a uvědoměle je osvobozující“*, umožňuje nám *„oceňovat*

každou osobu a každou věc" a učí nás *„umět se z nich radovat"*. Později ukazuje, že tato „střídmost" není nějakou suchou askezí, ale **cestou k vychutnání si pravého života**, když říká: *„Je možné potřebovat málo a žít mnoho"*, což dle Františka vede k tomu, že jsme schopni *„poskytnout prostor jiným potěšením"*. Jako příklady těchto „jiných potěšení" zde pak papež zmiňuje bratrské vztahy, nejrůznější setkání, službu, charismata, hudbu, umění, přírodu, či modlitbu.

Další dva články (LS 224 a 225) pak zdůrazňují potřebu *„integrity ekosystémů"* (harmonie v enviromentální oblasti, jak o ní mluvil v předchozích kapitolách), stejně jako potřebu *„integrity lidského života"* (ochotě a schopnosti překročit naše úzké sobecké „já" směrem k Bohu vedoucí k ***„vnitřnímu míru se sebou samým"***), na kterou se zaměřuje v této kapitole šesté. Tento *„vnitřní mír"* se *„odráží ve vyváženém způsobu života, k němuž patří* ***schopnost žasnout****, jež* ***vede k hloubce života"*** (LS 225). Po zdůraznění, že *„příroda je plná laskavých slov"*, která kvůli uspěchanosti, roztěkanosti a vnějškovosti našeho životního stylu často přeslechneme, papež na každému člověku směřuje následující vášnivou výzvu, která svým způsobem **shrnuje** dosavadní úvahy a **prohlubuje** je **výzvou ke kontemplování Stvořitele v hloubce našich vztahů i celého stvoření**:

> *Integrální ekologie vyžaduje, abychom věnovali trochu času*
> *obnovení pokojné harmonie se stvořením,*
> *zamyšlení nad svým způsobem života a nad svými ideály,*
> ***kontemplování Stvořitele,***
> ***jenž žije mezi námi a v tom, co nás obklopuje,***
> *a jehož přítomnost… musí být objevována, odhalována.*
>
> papež František, *Laudato si'*, čl. 225 (srov. EG 71)

Jak **„prorocká" dimenze** (znamení navenek a praktická spolupráce v péči o stvoření), tak **„kontemplativní" dimenze** životního stylu je **zakotvená v témže „zdroji"**: Stvořiteli, přebývajícím v nás, uprostřed našich vztahů a v přírodě. I zde se opět ukazuje, že **kontemplace je v posledku darem**, setkáním stvoření se Stvořitelem, který je na kontemplativní cestě krok za krokem „objevován", či „odhalován" (lépe řečeno, který se nechává objevovat a odhalovat).

I když jsme to již citovali, stojí za to i zde znovu upozornit na onen nádherný text z *Evangelii gaudium* čl. 71, na který tento článek Laudato si' odkazuje.[31]

[31] *„Nový Jeruzalém, svaté město (srov. Zj 21,2-4), je cílem, ke kterému se ubírá celé lidstvo. Je zajímavé, že kniha Zjevení nám říká, že plnost lidstva a dějin se uskuteční ve městě. Potřebujeme vnímat město* ***kontemplativním pohledem, totiž pohledem víry, která objevuje Boha, jenž přebývá v jeho domech, na jeho ulicích a náměstích****. Boží přítomnost pak provází každé upřímné hledání jednotlivců i celých skupin, toužící nalézt oporu a smysl života.* ***On žije mezi obyvateli a prosazuje solidaritu, bratrství, touhu po dobru, pravdě a spravedlnosti.*** *Tato* ***jeho přítomnost se nesmí stát umělým konstruktem, nýbrž musí být objevována, odhalována****. Bůh se neskrývá těm, kteří ho hledají upřímným srdcem, třebaže tak činí tápavě, nepřesně a zmateně"* (papež František, *Evangelii gaudium*, čl. 71).

Předposlední článek části encykliky *Laudato si'*, které se věnujeme tento týden (LS 226) je pak **souhrnem „kontemplativního postoje"** (aniž by byl zde takto nazýván) a svým způsobem i souhrnem předchozích charakteristik kontemplativně-prorockého životního stylu:

> *Mluvíme o **postoji srdce**, které všechno prožívá*
> *s **pokojnou pozorností**, které dovede být u někoho*
> ***plně přítomné**, aniž by přemýšlelo o tom, co bude následovat,*
> *které **se odevzdává každé chvíli** jako božskému daru,*
> *jenž se má prožívat naplno.*
>
> papež František, *Laudato si'*, čl. 226

Tento postoj, který lze nazvat hluboce kontemplativním, zde představen jako:

(1) postoj srdce; (2) pokojná pozornost; (3) plná přítomnost „u někoho";
(4) vděčné prožívání „tady a teď".

Hlavním učitelem tohoto „postoje srdce", tohoto „hledění s láskou", je Ježíš:[32]

> *Ježíš nás tomuto postoji učil, když nás vybízel*
> ***hledět na polní lilie a na nebeské ptáky** nebo když*
> ***„pohlédl s láskou" na hledajícího člověka** (srov. Mk 10,21).*
> *On opravdu uměl*
> ***být naplno přítomen u každé lidské bytosti a před každým stvořením**,*
> *a tak nám ukázal cestu k překonávání chorobné úzkosti,*
> *která nás činí povrchními, agresivními a bezuzdnými konzumenty.*
>
> papež František, *Laudato si'*, čl. 226

A to by nebyl papež František, aby tuto hlubokou kapitolku o „prorocko-kontemplativním životním stylu" nezakončil velmi **praktickou radou**, která je zároveň **hlubokým ponorem** a **souhrnem všeho dříve řečeného**. Když v posledním článku zmíní *„schopnost zastavit se a děkovat Bohu před jídlem a po jídle"* jako projev onoho výše zmiňovaného „hledění s láskou" a vyzve věřící, *„aby se navrátili k tomuto cennému zvyku a hluboce ho prožívali"*, odůvodní to pak takto: *„**Chvíle dobrořečení** – byť i velmi krátká – nám připomíná naši životní **závislost na Bohu**, umocňuje v nás **smysl pro vděčnost** za dary stvoření, je **projevem vděčnosti** vůči těm, kdo nám svou prací poskytují tato dobra, a upevňuje **solidaritu s těmi nejpotřebnějšími**"* (LS 227).

[32] Opět si zde můžeme připomenout charakteristiku kontemplace jako „dlouhého milujícího pohledu na realitu", srov. Walter J. Burghardt, SJ, „Contemplation: A Long Loving Look at the Real", in Church No. 5 (Winter 1989): 14 – 17; k dispozici ke stažení v českém překladu ve formátu .pdf na https://farnostcheb.cz/reflexe. Srov. LS 96 – 100!

Praktické podněty pro 4. týden velikonoční

Tento týden jste zváni pokračovat v tichých chvílích tak, jak jste do nich byli uvedeni, a navíc vnímat, jak vnitřní kontemplace přirozeně volá po prorocké angažovanosti ve vnějším světě (viz katecheze 4. týdne velikonočního, případně kázání ze 4. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích a během dne:**
   a. Pokračujte v pravidelném **praktikování denních tichých chvil**. Po případném experimentování s délkou či časem v minulém týdnu tuto zkušenost (třeba i v rozhovoru s vaším patronem) vyhodnoťte a setrvejte u toho, co vás nejvíce vede do hloubky (i kdyby to pro vás bylo obtížné).
   b. Při tichých chvílích se opět nechte **sytit Božím slovem spíše „zevnitř“**, skrze to, co vám bude říkat srdce. Z nedělního evangelia se nabízí **obraz Krista jako Dobrého pastýře**, který přišel, *„aby měly život a měly ho v hojnosti“* (Jan 10,10) – kontemplativní rozměr, ale který také *„dává svůj život za své ovce“* a brání je před zlodějem (prorocký rozměr).
   c. **K vracení se do Boží přítomnosti či k bdělé vnímavosti** opět používejte to, co se vám osvědčilo (viz bod 1d+e podnětů z 2. týdne velikonočního).
   d. **Během dne se pokuste praktikovat** to, o čem píše František v LS 227 – **krátké chvilky dobrořečení** (před jídlem, po jídle, v poledne, během práce, při čekání na MHD…) – jakési vděčné „nádechy“ během celodenního maratonu, krátká „spočinutí“ v náruči Dobrého pastýře, blesková „mrknutí okem“ na Toho, který na vás celý den „hledí s láskou“.

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou:**
   a. **Se svým „patronem“** především jako vždy proberte zkušenosti z denních tichých chvil týdne předchozího ohledně jejich délky, místa a prožívání.
   b. **Navíc s ním můžete probrat**, jak ve svém životě vnímáte vzájemnou **provázanost vnější angažovanosti** („prorocká dimenze“) **a vnitřního pokoje** („kontemplativní dimenze“) vašeho životního stylu. Pokud tam najdete nějaké „třecí plochy“, zkuste i ve světle tento týden rozjímané části *Laudato si‘* nalézt způsob, jak nalézt „společný zdroj“ obojího, který vám může pomoci uvést tyto dimenze do větší harmonie. K tomu patří i **sdílení se o zkušenostech s bodem 1.d (krátké chvilky dobrořečení během dne)**, které jsou jedním z dobrých nástrojů k propojení těchto dvou dimenzí života.
   c. Pokud máte **online skupinku**, sdílejte s ní něco z podnětů z bodu 2a+b.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden si můžete v postoji kontemplativního naslouchání **pročíst LS 222 – 227** (tentokrát to zvlášť doporučujeme, protože tam není ani odstavec navíc a vše směřuje k tématu tohoto týdne a rozvíjí je).

5. velikonoční: Kontemplace a mystika – HLOUBKA

Minulý týden jsme vnímali pozvání k prohloubení prorocko-kontemplativního stylu života, který naší cestě s Kristem dodává dostatečnou „šířku“ směřující k objetí a proměně veškeré skutečnosti. Tato „šířka“ prorocké kontemplace stvoření však volá po zakotvení v „hloubce“ kontemplace samotného Stvořitele uprostřed tohoto stvoření. To už bylo vyjádřeno v jednom z článků z minulého týdne, kde nás papež zval ke „*kontemplování Stvořitele, jenž žije mezi námi a v tom, co nás obklopuje“* (LS 225; srov EG 71, viz pozn. 29 v tomto sešitku). Jsme tak povoláni, abychom se odvážili onoho „ponoření se do stvoření“ a zároveň byli otevřeni zkušenosti Boží lásky darované nám také bezprostředně, nebo, jak říká Ignác z Loyoly, *„bez předcházející příčiny“* (DC 330).[33]

Nebude nám na cestě k tomuto bezprostřednímu společenství s Bohem nakonec ale stvořený svět překážet? Není stvořený svět tak zraněný, že v něm nakonec převáží spíše destruktivní síly Zlého, než moc života Vzkříšeného? Je vůbec schůdná čistě „přirozená“, a tudíž i všem lidem, včetně nekřesťanů, otevřená cesta kontemplace? Není to nějaká slepá ulička, kterou se ubírá východní nekřesťanská spiritualita a dnešní křesťané do ní upadají jako do léčky?

Aniž bychom se pouštěli do těchto obtížných otázek podrobněji, v následujících třech týdnech našeho semináře si můžeme všímat, zda se jich v závěrečných kapitolkách *Laudato si‘* papež František alespoň nedotýká. Už názvy těchto kapitolek („Svátostná znamení a sváteční odpočinek“, „Trojice a vztah mezi tvory“, „Královna veškerého stvoření“ a „Z druhé strany Slunce“) napoví, že nejspíše ano a že jeho odpověď nebude „buď – anebo“.

Nalézat Boha ve všech věcech

Tento týden se budeme zabývat pouze dvěma, ale zato velmi hutnými články encykliky, kterými jsou tato závěrečná témata uvozena a zároveň ukotvena v „hloubce“: **LS 233 – 234**. Papež zde nejprve zopakuje (františkánský, ale i typicky jezuitský[34] a, jak o tom svědčí v encyklice *Laudato si‘* připojená pozn.

[33] Ignác z Loyoly, *Duchovní cvičení*, čl 330: *„Jedině Bůh, náš Pán, může dát duši útěchu bez předcházející příčiny. Neboť je vlastní Stvořiteli vcházet do ní, vycházet z ní a působit v ní hnutí tak, že ji zcela přitahuje k lásce své božské Velebnosti. Říkám ‚bez příčiny‘: bez jakéhokoliv předcházejícího smyslového nebo rozumového poznání nějakého předmětu, skrze který by tato útěcha přišla prostřednictvím vlastních úkonů rozumu a vůle.“* Srov. Mello, Anthony de, *Hledání Boha: Ignaciánská duchovní cvičení*, Praha: Portál, 2011.

[34] K jezuitskému pojetí „nacházení Boha ve všech věcech“ viz např. Ignác z Loyoly, *Duchovní cvičení*, čl. 230 – 237 („Nazírání k nabytí lásky“). Ignác zde nejprve pozve k radikálnímu vnitřnímu zřeknutí se vlastní svobody, paměti, rozumu, vůle a všeho vlastnictví: *„Vezmi si, Pane, celou moji svobodu, mou paměť, můj rozum a celou mou vůli, všechno, co mám a vlastním. Tys mi to dal, tobě, Pane, to vracím; všechno je tvé, nalož s tím zcela podle své vůle. Dej mi svou lásku a milost, neboť ta mi stačí“* (DC 234). Poté vyzývá: *„Pohledět, jak Bůh bydlí ve tvorech: v živlech, když jim dává bytí; v rostlinách, když jim poskytuje vzrůst; ve zvířatech, když jim dává cítění; v lidech, když jim dává rozum; a tak ve mně, když mě dává bytí…“* (DC 235) a rozjímání dovršuje takto: *„Pohledět, jak všechna dobra a dary sestupují shůry, například moje omezená síla shora od nejvyšší a nekonečné, a stejně tak*

č. 159, i súfijský) důraz na **„nalézání Boha ve všech věcech“**, který v encyklice různými způsoby tematizoval již mnohokrát:

> *Vesmír se rozvíjí v Bohu, jenž ho veskrze naplňuje.*
> ***List, cestička, rosa, tvář chudého tedy skrývají mystický rozměr.***[35]
> *Ideálem není pouze přecházet od vnějšího k vnitřnímu*
> *za objevem Božího působení v duši,*
> *nýbrž také **setkávat se s Bohem ve všech věcech**,*
> *jak učil svatý Bonaventura:*
> *‚**Kontemplace** je tím vznešenější,*
> *čím více v sobě člověk zakouší božskou milost*
> *anebo umí více **rozpoznat Boha v ostatním stvoření**‘.*
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 233

Poté se ale papež utíká o radu k Janu od Kříže a v dalším článku píše:[36]

> *Svatý Jan od Kříže učil, že **vše dobré, co je ve věcech a ve zkušenostech světa, ‚je v Bohu vynikajícím způsobem***[37]
> ***a v nekonečné míře**, nebo, abychom to lépe vyjádřili,*
> *každou z těchto velikých věcí, o nichž se zde hovoří, je Bůh‘.*[38]
> *Ne proto, že by byly omezené skutečnosti světa reálně božské, ale*
> *proto, že **mystik zakouší vnitřní pouto, které je mezi Bohem***

spravedlnost, dobrota, laskavost a milosrdenství atd.; tak jako paprsky vycházejí ze slunce, vody z pramene atd. Končit tím, že to budu rozjímat ve vztahu k sobě, jak bylo již řečeno“ (DC 237).

[35] Pracovní překlad podle španělské verze textu LS 233 („Entonces hay mística en una hoja, en un camino, en el rocío, en el rostro del pobre“, dosl. „Pak je tu mystika na listu, na cestě, v rose, na tváři chudáka“). Český překlad LS 233 (vycházející z italské verze) zde překládá: „List, cestička, rosa, tvář chudého tedy skrývají tajemství, které je třeba kontemplovat“. V papežově pozn. č. 159 k této větě čteme: *„Duchovní učitel Ali Al-Khawwas na základě své zkušenosti zdůrazňoval nezbytnost příliš neoddělovat stvoření světa od vnitřní zkušenosti Boha. Říkal: „Netřeba a priori kritizovat ty, kteří hledají extázi v hudbě či poezii. Existuje subtilní tajemství v každém pohybu a zvuku tohoto světa. Zasvěcení dokážou chápat, co říká závan větru, ohýbání stromu, tekoucí voda, bzučící mouchy, vrzající dveře, ptačí zpěv, zvuk strun či flétny, vzdech nemocných, sten raněných...“* (Eva De Vitray-Meyerovitch [ed.]: Antologie du soufisme. Paris 1978, 200).“ Ali Al-Khawwas byl muslimský súfijský mystik a básník z 9. století (viz např. https://en.wikipedia.org/wiki/Ali_al-Khawas). Zatímco papež zde používá slovo „mystika“ v širokém obecném smyslu „hloubky“, „tajemství“ apod. („mystika všedního dne“), karmelitánské spiritualitě v návaznosti na Terezii z Avily a Jana od Kříže je termín „mystika“ („mystický život“ / „mystické dary“) většinou vyhrazený pouze tzv. „vlité kontemplaci“ (viz pozn. č. 4). Je proto dobré si být vždy vědomi, v jakém smyslu slova a v rámci jaké spirituality tyto termíny používá.

[36] Viz pozn. č. 4 a 35 k rozdílnosti použití termínu „kontemplace“ a „mystika“ v jezuitské a karmelitánské spiritualitě.

[37] V poznámce č. 10 k tomuto výrazu („vynikajícím způsobem a v nekonečné míře“) ve zde použitém českém překladu *Duchovní písně* (Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000) čteme: „Scholastická teologie si jasně uvědomovala, že o Bohu může hovořit pouze analogicky, a tak mimo jiné zdůrazňuje i vynikající způsob (*eminentia*), jakým nacházíme stvořené kvality v Bohu. Tím se vyhýbá jakémukoli náznaku panteismu.“ (*Duchovní píseň*, XIV, 5, pozn. 10)

[38] *Duchovní píseň*, XIV, 5. Jan od Kříže zde má navíc (v encyklice již necitovaný) dovětek: *„… a všechny spolu jsou Bůh“*. Předchozí, v encyklice uvedený citát, se v různých jazykových verzích encykliky překládá různě – jestliže španělština, italštině i němčina překládá doslovně, podobně jako náš český překlad („každou z těch velikých věcí, o nichž se zde hovoří, je Bůh“, anglická verze překládá volněji („v každé z těch úžasných skutečností je Bůh“).

***a všemi bytostmi**, a tak **‚cítí, že Bůh je všemi věcmi‘**.*[39]
Když obdivuje velikost hor, nemůže je oddělit od Boha a vnímá, že tento vnitřní obdiv, který prožívá, musí být uschován v Bohu:
‚Hory jsou vysoké, četné, široké, krásné, půvabné, kvetoucí a vonící.
Těmito horami je pro mne můj Milovaný.
Lesní osamělá údolí jsou klidná, líbezná, svěží, stinná, plná sladkých vod a v rozmanitosti svého stromoví a ve sladkém zpěvu ptáků působí nesmírné osvěžení a rozkoš pro smysl, poskytují občerstvení a odpočinek ve své samotě a mlčení.
***Těmito údolími je pro mne můj Milovaný‘**.*[40]

papež František, *Laudato si‘*, čl. 234

Jen velmi *pozorné čtení v kontextu* původního díla Jana od Kříže čtenáře ujistí, že zde nejde o reálné ztotožnění stvoření s Tvůrcem (panteismus), ale o vyjádření hluboké mystické zkušenosti, kterou Jan od Kříže nazývá *„duchovním zasnoubením“*. Podle Jana od Kříže toto zkušenostní téměř až „splynutí“ Tvůrce se stvořením je podmíněné hlubokou osobní zralostí a není zde „samo od sebe“.[41]

Jestliže papež František tento mystický text cituje v rámci svých úvah o „vděčné kontemplaci“ stvoření, pak tím, zdá se, dává najevo, že přeci jen není nejspíše nutné striktně oddělovat jakousi pouze „přirozenou“ (získanou) kontemplaci nabízenou Bohem každému člověku od kontemplace „nadpřirozené“ (vlité), Bohem darované jen některým lidem. Zdá se, že pak podle papeže Františka platí, že každý člověk žijící uprostřed tohoto Bohem darovaného stvoření je povolán k onomu „splynutí“, o kterém svědčí Jan od Kříže. A ***zároveň pak platí***, že každá, i ta na první pohled nejpřirozenější a nejvšednější zkušenost lásky „zprostředkovaná“ nám skrze a uvnitř stvoření je zároveň zcela darována Bohem. „Přirozená“ (naučená, získaná) a „nadpřirozená“ (darovaná, vlitá) kontemplace by pak nebyly protiklady, ale dva komplementární pohledy na jedno jediné kontemplativní, Bohem darované a člověkem přijaté hluboce proměňující setkání Tvůrce se stvořením.

---

[39] *Duchovní píseň,* XIV, 5. Jan od Kříže zde poznamenává: „… jak to cítil svatý Jan, když řekl: *‚Quod factum est, in ipso et vita erat* (1,4). To je: *To, co bylo učiněno, (bylo učiněno) v něm a (v něm) byl život‘*.“ A sám dodává: „A tak se tomu nemá rozumět tak, že to, o čem se zde praví, že duše cítí, je jako by viděla věci ve světle nebo tvory v Bohu, nýbrž že v onom vlastnění cítí, že Bůh je pro ni vším. A rovněž se tomu nemá rozumět tak, jelikož duše cítí Boha v tom, o čem začínáme mluvit, tak vznešeně, že Jej vidí bytnostně a jasně; (ve skutečnosti) je to jen silné a bohaté sdělení a záblesk toho, čím je v sobě, ve kterém duše cítí ono dobro věcí a který nyní ve verších objasníme, to je: *Můj milovaný: Hory*.“ (*Duchovní píseň,* XIV, 5).

[40] *Duchovní píseň,* XIV, 6-7. Kvůli kráse veršů těchto dvou „duchovních písní“ (tj. písně 14. a 15.), ve kterých Jan od Kříže básnicky vyjadřuje svoji zkušenost „duchovního zasnoubení“, je zde ocitujme celé: *Můj milovaný: hory, / lesní osamělá údolí, / vzdálené ostrovy, / zvučné řeky, / svist láskyplných větrů, // ztichlá noc / před východem svítání, / umlčená hudba, / zvučící samota, / večeře, jež osvěžuje a naplňuje láskou.* (*Duchovní píseň,* XIV, 1)

[41] Není zde „samo od sebe“, ale, jak dále píše Jan od Kříže, o takovémto splynutí můžeme mluvit, „nakolik se v tomto případě duše sjednocuje s Bohem…Srov. *Duchovní píseň,* XIV, 5.

Praktické podněty pro 5. týden velikonoční

Tento týden odkládejte své vlastní představy o modlitbě a vrůstejte do postoje „je to takové, jaké to je, řekla láska“ (viz níže a katecheze 5. týdne velikonočního, případně kázání z 5. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích a během dne:**

a. Pokud denní tiché chvíle od začátku semináře praktikujete pravidelně, **lze již předpokládat jistou „lehkost“** v jejich zachovávání, nebo minimálně toto již pro vás není hlavní téma, na které se soustředíte. Pokud tomu tak není, doporučuji **přijmout vaši momentální kapacitu** pro zachovávání tichých chvil jako v této etapě vašeho života danou a **příliš se netrápit, že „to pořád není ono“**. Spíše **vrůstejte do postoje „je to takové, jaké to je, řekla láska“** (Erich Fried, *Pád do slova*).

b. V mezích daných vašimi možnostmi a kapacitou k prožívání denních tichých chvil se již nesoustřeďte tolik na jejich vnější zachovávání a „techniku“, ale spíše **buďte tento týden citliví na jemné vnitřní „pohyby“** a nechte se vést (ať už do hloubky či do šířky, do skrytosti či do přírody, k vnímání dechu či opakování posvátného slova, k rozhovoru lásky či objetí lásky… prostě kamkoli, kde tušíte, že se otevíráte tajemství setkání Tvůrce s tvorem.

c. Možná se na začátku tichých chvil můžete nechat vést slovem z nedělního evangelia (Jan 14): *„Kdo viděl mne, viděl Otce… Věřte mi, že já jsem v Otci a Otec ve mně… Amen, amen, pravím vám: Kdo věří ve mne, i ten bude konat skutky, které já konám, ba ještě větší bude konat, protože já odcházím k Otci“*. V **odkládání či rozpadávání našich vlastních představ o hluboké modlitbě** či plánů, jak se modlit (v „odcházení“ našeho pouze „pozemského“ Ježíše) můžete nalézt šanci k objevení nečekaného (Ježíše „vzkříšeného“)…

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou:**

a. **Se svým „patronem“ mluvte o vnitřních procesech**, které ve své modlitbě vnímáte. Nesoustřeďte se na ně ale během tichých chvil (nepozorujte se při nich), dívejte se na ně až zpětně a vnímejte především jejich ovoce.

b. Pokud máte **seminární skupinku**, sdílejte s ní o tomtéž.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

a. Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden si můžete v postoji kontemplativního naslouchání **promeditujte LS 233 – 234** (pouhé dva krátké, ale nádherné odstavečky encykliky).

b. Máte-li k dispozici **Duchovní cvičení Ignáce z Loyoly** (viz pozn. č. 33 – 34) či **Duchovní píseň Jana od Kříže** (viz pozn. č. 37 – 41), můžete se mrknout na kapitolky, na které odkazují poznámky v tomto sešitku.

6. velikonoční: Praxe kontemplativního postoje – NÁSTROJE

V předchozím týdnu jsme viděli, jak „zprostředkující“ prostor stvoření, ve kterém žijeme a který „kontemplujeme s plesáním a chválou“ je pro nás zároveň prostředím, ve kterém jsme pozváni k zakoušení „bezprostředního“, hluboce proměňujícího a osvobozujícího setkání s Milovaným.

Protože je ale stvoření zraněné a zraňující, jsme povoláni k často dlouhé a náročné cestě, na které vstupujeme do stále hlubší svobody od závislosti na tvorech a do stále intenzivnějšího společenství s Bohem nejen „skrze“ (Bohem darované) stvoření, ale také „navzdory“ (člověkem zraněnému) stvoření. Pro tuto cestu osvojování si kontemplativního postoje k celému stvoření a k životu papež ke konci své encykliky *Laudato si'* ve třech jejích článcích (LS 235 – 237) nabízí **několik „nástrojů“**: svátosti, zvláště pak eucharistii, a zcela specificky nedělní „kontemplativní odpočinek“.

SVÁTOSTI: Nejprve mluví **o svátostech** obecně: *„**Svátosti představují privilegovaný způsob**, jak je příroda přijata Bohem a proměněna na prostředek nadpřirozeného života. **Skrze bohoslužbu jsme zváni objímat svět na jiné úrovni**. **Voda, olej, oheň a barvy** jsou přijaty s veškerou svou symbolickou silou a začleňují se do chvály. **Ruka**, která žehná, je nástrojem Boží lásky a odleskem blízkosti Krista, jenž přišel, aby nás provázel na cestě životem. **Voda** stékající po těle dítěte, které je křtěno, je znamením nového života. **Když se chceme setkat s Bohem, neunikáme ze světa ani nepopíráme přirozenost**“*[42] (LS 235).

Tak se opět (tentokrát z pohledu teologie svátostí) potvrzuje to, co bylo opakovaně zdůrazňováno již dříve (z pohledu teologie stvoření a vtělení): Na cestě kontemplace (a vůbec na cestě zdravého křesťanského života) není základního rozporu mezi „vnějškem“ a „nitrem“, mezi „spoluprací“ a „darem“, mezi „získanou“ a „vlitou“ kontemplací, mezi „zprostředkovanou“ a „bezprostřední“ zkušeností setkání s Bohem: jsou to všechno spíše jen dva sice rozlišitelné, ale vzájemně se doplňující pohledy či momenty jedné jediné cesty.

EUCHARISTIE: Totéž pak samozřejmě platí i **o eucharistii**, o které papež František v *Laudato si'* mluví **jako *„kosmickém aktu lásky“***,[43] když cituje Jana Pavla II.: *„**Ano, kosmickým! Protože i když se eucharistie slaví na malém oltáři vesnického kostela, slaví se vždy v jistém smyslu na oltáři světa.** “*.[44] Eucharistie,

---

[42] Ve světle pohledu na spiritualitu křesťanského Východu skrze list Jana Pavla II. *Orientale lumen*, čl. 11, papež František dodává: *„Podle křesťanské zkušenosti nalézají všichni tvorové hmotného vesmíru svůj pravý smysl ve vtěleném Slově, protože Boží Syn do své osoby začlenil část hmotného vesmíru, do něhož vložil zárodek definitivní proměny“* (LS 235).

[43] V tomto „aktu lásky“ celé *„stvoření dochází svého největšího povýšení“*; v *něm „se chtěl Pán dotýkat našeho nitra skrze úlomek hmoty“*, a to *„nikoli shůry, ale zevnitř, abychom se s ním mohli setkat v našem vlastním světě“* (srov. LS 236).

[44] Jan Pavel II., encyklika *Ecclesia de Eucaristia*, čl. 8

ve které *„je plnost již uskutečněna“*, je pro papeže Františka *„**životním centrem vesmíru, překypujícím centrem lásky a nevyčerpatelného života**“, „**sjednocuje nebe a zemi, objímá a prostupuje všechno stvoření**“* (LS 236). A papež pak tuto svoji hlubokou úvahu zakončuje velmi prakticky: *„A proto je eucharistie též pramenem světla a zdrojem motivace v naší starosti o životní prostředí a vede nás k tomu, abychom byli ochránci všeho stvoření“* (LS 236).

ODPOČINEK: Nakonec nás papež pozve k pohledu na **křesťanskou neděli** ve světle židovského šabatu: *„Zvláštní význam má účast na nedělní eucharistii. Neděle – podobně jak židovský šabat – se představuje jako **den uzdravení vztahů lidské bytosti s Bohem, se sebou, s druhými a se světem**“*,[45] je *„dnem Vzkříšení, ‚prvním dnem‘ nového stvoření, jehož prvotinou je Pánovo vzkříšené lidství, záruka konečného proměnění veškeré stvořené skutečnosti“*, který navíc *„**ohlašuje věčné odpočinutí člověka v Bohu**“* (LS 237; srov. KKC 2175).

A poté již papež pokračuje výslovným **pozváním ke „kontemplativnímu“ odpočinku**, ve kterém můžeme objevovat **smysl každého lidského konání** a který je královským **nástrojem pro „vnímavý a svobodný rozměr“ života**:

> *Křesťanská spiritualita tímto způsobem*
> *zahrnuje hodnotu odpočinku a slavení.*
> *Lidská bytost má sklon považovat **kontemplativní odpočinek***
> *za něco jalového a neužitečného a zapomíná,*
> *že tak obírá konané dílo o to nejdůležitější – o jeho smysl.*
> ***Jsme povoláni k tomu,***
> ***abychom do svého konání začleňovali vnímavý a svobodný rozměr**,*
> *který se liší od pouhého nečinění.*
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 237

A papež František pak na závěr samozřejmě opět neopomene zmínit důsledky kontemplativního prožívání eucharistie a nedělního odpočinku pro sociální vztahy a pro křesťanskou praxi v oblasti péče o stvoření: *„Odpočinek rozšiřuje náš pohled a **umožňuje nám znovu uznávat práva druhých**. Tak den odpočinku, jehož centrem je eucharistie, šíří své světlo na celý týden a **povzbuzuje nás k tomu,** abychom si **osvojovali péči o přírodu a o chudé**“* (LS 237).

Co to vše znamená pro naši kontemplativní praxi?

Že opět není zásadní rozpor či protiklad mezi „mystikou“ či „kontemplativním životem“ (někdy přisuzovaným jen těm „dokonalým“) a obyčejným „plněním přikázání“ či „svátostným životem“ (někdy přisuzovaným „začátečníkům“):

[45] Opět i zde si všimněme oné v encyklice se stále znovu objevující čtveřice základních vztahů člověka: vztah k Bohu, k sobě, k druhým, ke světu (srov. také LS 66, LS 70, LS 240).

- **Kontemplace a mystika** mají vždy svůj hluboký a bytostný eucharistický rozměr, který zahrnuje komunitu Božího lidu a objímá celý svět, spojuje s veškerým stvořením a uschopňuje k prorocké péči o náš společný domov.
- **Eucharistie a svátosti** jsou pak vždy a ze své podstaty něčím, co nezůstává na povrchu krásných rituálů, plnění liturgických rubrik, či rozvíjení mezilidských vztahů té které lokální komunity, ale má: ***mystickou hloubku*** („životní centrum vesmíru“); ***vesmírnou výšku*** („objímá a prostupuje všechno stvoření“); ***sloužící šířku*** („překypující centrum lásky“).
- **Kontemplativní odpočinek**, do kterého se královským, ale ne jediným způsobem „zacvičujeme“ při slavení neděle jako dne Páně, především při nedělním slavení eucharistie, je nejen způsobem, jak uprostřed našeho života objevovat *hluboký smysl a zdroj našeho konání*, ale také prostorem, ve kterém se na naší kontemplativní cestě stáváme ***svobodnějšími*** k životu uprostřed tohoto zraněného stvoření, a tím i ***vnímavějšími*** vůči křiku Země a křiku chudých a ***schopnějšími*** na něj odpovědět.

Společné nedělní slavení eucharistie je na jedné straně privilegovaným a výsostně důležitým prostorem pro setkávání se se Vzkříšeným uprostřed Božího lidu (a tedy i pro posilu a zdravý rozvoj křesťanského – kontemplativního – života). Na straně druhé je samotný nedělní eucharistický rituál je nástroj,[46] který není cílem, ale pouhým prostředkem k setkání se Vzkříšeným tak jako tak přítomným mnohotvárným způsobem v celém vesmíru[47] (a tedy něčím, co pro náš křesťanský – kontemplativní život – není za všech okolností nezbytné).

Pokud tedy neděli z důvodu nemožnosti účasti na společném slavení eucharistie slavím s rodinou či sám doma či v přírodě, mám i zde (stejně dokořán, i když jiným způsobem) otevřené dveře k setkání s Ukřižovaným a Vzkříšeným, jako při slavení eucharistie. Jsem takto totiž součástí slavení eucharistie jako „kosmického aktu lásky“ založeného pozemským Kristem a trvale zpřítomňovaného Kristem vzkříšeným v jeho těle.[48] Kontemplativní zkušenost a praxe mi právě v tomto může velmi pomoci, stejně jako nedělní slavení eucharistie může naopak zásadním způsobem pomoci zakořenit mé kontemplaci.

---

[46] Teologie svátostí zde mluví o „viditelném znamení“ („sacramentum tantum“) neviditelné milosti“ („res tantum“), což teprve společně tvoří „symbolickou svátostnou realitu“ („res et sacramentum“).

[47] Stojí za to se znovu vrátit k některým klíčovým textům z Laudato si‘, které o této mnohotvárné přítomnosti Vzkříšeného mluví, jako např.: *„Bůh je přítomen uvnitř každé věci, aniž by ovlivňoval samostatnost svého stvoření…“* (LS 80). *„Celá příroda, kromě toho, že zjevuje Boha, je místem jeho přítomnosti. V každém stvoření přebývá jeho oživující Duch, který nás volá ke vztahu s ním“* (LS 88 citujíce brazilské biskupy). *„Samy polní květy i ptáci, jež (Ježíš) s úžasem kontemploval svýma lidskýma očima, jsou teď plni jeho zářivé přítomnosti“* (LS 100). *„Kristus nyní jako Vzkříšený přebývá v nitru každé bytosti, objímá ji svou láskou a prostupuje svým světlem“* (LS 221). *„Vesmír se rozvíjí v Bohu, jenž ho veskrze naplňuje. List, cestička, rosa, tvář chudého tedy skrývají tajemství, které je třeba kontemplovat“* (LS 233). Proto také mohu *„setkávat se s Bohem ve všech věcech“* (LS 233), jako např. v mnohotvárném prostoru krásy či zraněnosti stvoření, ve vztazích s druhými, v naslouchání Božímu slovu, v hluboké touze svého srdce, či v nářku chudých, kterému vycházím v modlitbě a službě naproti…

[48] V propojení rozptýlených údů těla Kristova a v naslouchání Božímu slovu může pomoci online přenos bohoslužby z farnosti, kde jsem „doma“, ale při tomto přenosu se na eucharistii nenapojuji „elektronicky“. Součástí této eucharistie, která „objímá a prostupuje celé stvoření“, jsem i bez tohoto přenosu, který je pouhou berličkou k tomu, abych právě tam, kde se jsem, „nacházel Boha ve všech věcech“ ve spojení s celkem Božího lidu.

Praktické podněty pro 6. týden velikonoční

Nechme se tento týden pozvat, abychom vnímali, jak skrze nástroje, které nám papež předkládá v závěru své encykliky (svátosti, eucharistie a kontemplativní odpočinek), v našem životě vyrůstá svoboda k životu uprostřed stvoření, vnímavost vůči křiku Země a křiku chudých a schopnost na tento křik odpovědět (více v katechezi k 6. týdnu velikonočnímu, případně v kázání ze 6. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci a v kontemplativní PRAXI svátostí:**

a. **V denních tichých chvílích** pokračujte jako obvykle. Můžete se navíc otevřít **pozvání ke *„kontemplativnímu odpočinku“*** uprostřed svého konání a důvěřovat, že tímto „nicněděláním“ vrůstáte do větší svobody a vnímavosti, která pro vás bude přinášet ovoce i ve vašem všednodenním životě a službě.

b. **Při eucharistii**, kterou budete během týdne slavit, zkuste vnímat její „kosmický rozměr“, jak je i tato mše slavena „na oltáři celého světa“ a jak v ní vstupujeme do všem lidem každým okamžikem bezpodmínečně otevřeného „kosmického aktu lásky“ Ukřižovaného a Vzkříšeného Krista.

c. Během týdne se připravte ke **slavení svátosti smíření**, ve které se můžete nechat obejmout stejným „kosmickým aktem lásky“, tentokrát zcela osobně.

d. Po celý týden pro vás mohou být povzbuzením nádherná slova nedělního evangelia očekávající málo a slibující mnoho: **Jan 14,18-21**.

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou:**

a. **Se svým „patronem“ mluvte o vaší svátostné praxi** (slavení eucharistie, slavení svátosti smíření, slavení pomazání nemocných, život ve svátosti manželství), o vašem způsobu slavení neděle a o vašem pojetí odpočinku, a to ve světle otázky, **jak je to vše propojeno s vaší cestou kontemplace**.

b. Pokud máte **seminární skupinku**, sdílejte se s ní o tomtéž.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

a. Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden se ptejte, co ve vašem život znamená slavení svátostí obecně, zvláště pak slavení eucharistie a nedělní odpočinek.

b. V postoji kontemplativního naslouchání si **promeditujte LS 235 – 237**. Pokud si chcete připomenout části *Laudato si‘* věnované zvěsti o přítomnosti Vzkříšeného v celém stvoření, můžete se vrátit k LS 80, 88, 100, 221, 233.

7. velikonoční: Kontemplativní tanec Trojice – KORUNA

V minulých týdnech jsme se spolu s papežem Františkem střídavě zaměřovali na stvoření jako znamení Boží lásky, na stvoření, které jsme zváni kontemplovat s plesáním a chválou, nořili se do hlubin Božího Tajemství, kde toužíme po setkání tváří v tvář s Milovným, abychom se pak opět vynořili povzbuzeni naslouchat křiku Země a křiku chudých a sdílet se s nimi o plody této zkušenosti. Nyní nám papež v závěru své encykliky (v sedmém oddíle nazvaném „Trojice a vztah mezi tvory“) nabízí pohled, který tuto dynamiku lásky vnímá ve světle tajemství společenství Nejsvětější Trojice a kterým nás zve k rozvíjení „spirituality globální solidarity, která pramení z trojičního tajemství“ (LS 240).

Tento trojiční pohled je jakousi korunou papežova uvádění do „ekologické spirituality“ a svorníkem, který propojuje v jednotu v mnohosti **přirozený**, **komunitní** i **nadpřirozený rozměr cesty** kontemplace.

Postupně zde z encykliky *Laudato si‘* ocitujeme kompletní texty všech tří odstavců k tomuto tématu (LS 238 – 240).

V prvním z nich papež nejprve shrnuje zvěst o jednotě v rozmanitosti všech tří osob Trojice, aby nás pak s odvoláním na Jana Pavla II. pozval ke vše propojující a vzájemně propojené (tj. integrální) kontemplaci stvoření a chvále Trojice:

***Otec** je prvotním zdrojem všeho,*
láskyplným a sjednocujícím základem toho, co existuje.
***Syn**, jenž ho odráží a skrze něhož bylo všechno stvořeno,*
se spojil s touto zemí, když se vtělil v lůně Marie.
***Duch**, nekonečné pouto lásky,*
je vnitřně přítomen v srdci univerza,
kde vnuká a vzbuzuje nové cesty.

Svět byl stvořen třemi Osobami
jakožto jediným božským principem,
ale každá z Osob realizuje toto společné dílo
podle své vlastní osobní identity.

Proto (jak říká Jan Pavel II.):[49]
„Když s údivem kontemplujeme vesmír v jeho velikosti a nádheře, musíme chválit celou Trojici.“

papež František, *Laudato si‘*, čl. 238

[49] Jan Pavel II.: Katecheze (2. srpna 2000), 4: Insegnamenti 23/2 (2000), 112

Kontemplace stvoření jako onen „dlouhý milující pohled na skutečnost“,[50] kterému se lze učit a do kterého se lze zacvičovat, je zde integrálně propojena s kontemplací Trojice, tímto zcela nezaslouženým darem láskyplného přijetí člověka do společenství Trojice, kterému se lze jen v úžasu a vděčnosti otevřít.

Jak totiž dále píše papež František, s odvoláním na františkána sv. Bonaventuru, jediný Bůh, ve kterého věří křesťané, je komunitou, trojičním společenstvím, které v celém stvoření zanechává své stopy: *„Víra v **jediného Boha, jenž je trojičním společenstvím**, vede křesťany k vědomí, že **veškerá skutečnost v sobě nese specifický trojiční otisk**…*[51] *Každé **stvoření v sobě nese typickou trojiční strukturu**, která je tak reálná, že by mohla být spontánně **kontemplována**, kdyby pohled lidské bytosti nebyl omezený, zatemněný a nedostatečný“* (LS 239).

Právě tato „omezenost, zatemněnost a nedostatečnost“ lidských bytostí volá po tom, abychom se na své cestě s Kristem odvážili také zdravé askeze, věrnosti v temnotě a otevřenosti vůči často bolestné transformaci těchto „zatemněností“ uprostřed různých „nocí smyslů“ a „nocí ducha“, o kterých mluví Jan od Kříže.[52]

V následujícím článku pak papež konkretizuje, že ony **„trojiční otisky“** jsou jen jiným vyjádřením hluboké pravdy, že nejen člověk, ale i **celé stvoření je ve své hloubce „relační“**, tj. **založené na „síti vztahů“**, což nám dává do rukou **„klíč k našemu vlastnímu uskutečnění“**, tedy ukazuje způsob života vlastní člověku:

> ***Božské osoby** jsou trvající* (dosl. subsistující)[53] *vztahy a **svět, stvořený podle božského vzoru, je pletivem vztahů**.*
> *Stvoření směřují **k Bohu** a zároveň je každé živé bytosti vlastní tíhnout **k jiné věci**, takže v lůně vesmíru můžeme nalézat nesčetné neustálé vztahy, které se tajemně proplétají.*
> *To nás vybízí nejen k tomu, abychom obdivovali nejrůznější **vazby**, které mezi tvory existují, ale vede nás to také k tomu, abychom objevovali **klíč k našemu vlastnímu uskutečnění**.*
>
> papež František, Laudato si‘, čl. 240

[50] Připomínáme zde opět toto klasické pojetí kontemplace zmíněné v jedné z poznámek k prvním týdnu našeho semináře, srov. Walter J. Burghardt, SJ, „Contemplation: A Long Loving Look at the Real“, in Church No. 5 (Winter 1989): 14 – 17; k dispozici ke stažení v českém překladu ve formátu .pdf na agas.cz/texty (Spiritualita)

[51] „Svatý Bonaventura dokonce tvrdil, že lidská bytost před hříchem byla schopna objevovat, jak každé stvoření ‚dosvědčuje, že Bůh je trojjediný‘. V přírodě byl patrný odlesk Trojice, ‚když nebyla člověku zatemněna ani tato kniha, ani nebylo zakalené oko člověka‘… Tak nám předkládá výzvu, abychom se snažili rozumět skutečnosti v trojičním světle“ (LS 239).

[52] Sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří, 1995; srov. také např. Wilfrid Stinissen, *Noc je mým světlem*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří 1997; Gerald G. May, *Nocí duše ke svobodě*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří 2011; Hans Buob, *Růst v modlitbě a Cesta obrácení*, Portál, Praha 1993; Hans Buob, *Cesta obrácení*, Karmelitánské nakladatelství, Kostelní vydří 2013.

[53] Dosl. „subsistující vztahy“, tj. jeden v druhém trvale a podstatně spočívající; ve španělském textu encykliky „relaciones subsistentes“, v anglickém „subsistent relations“, v německém „subsistente Beziehungen“.

I proto si můžeme ve světle výše citovaného článku o integrálním propojení kontemplace stvoření a chvály Trojice (srov. LS 238) a v předminulém týdnu prezentovaného pohledu Jana od Kříže (srov. LS 234) dovolit říct:

Když kontemplujeme vesmír v jeho velikosti a nádheře, už tím samým kontemplujeme celou Trojici, která se skrze Kristovo vtělení do tohoto vesmíru ponořila a která nás právě takto zve k setkání s Milovaným.

A opět zde nakonec papež potvrzuje, že cesta proměny a růstu člověka, tato jeho vnitřní transformace, tudíž i jakákoli zdravá cesta kontemplace, je ve své podstatě „relační“, komunitní, volající po sebepřekročení vůči „tomu druhému“:

> *Lidská osoba totiž roste, dozrává a posvěcuje se tím víc,*
> *čím víc vstupuje do vztahu, když vychází ze sebe samé,*
> *aby žila ve **společenství s Bohem**, **s druhými** a **se všemi tvory**.*
> papež František, Laudato si‘, čl. 240

Na naší cestě kontemplace **jsme proto zváni být součástí „trojičního tance“**[54] (papež to nazývá „trojičním dynamismem“), **který je naším nejpřirozenějším způsobem bytí od našeho početí, ba od samotného počátku stvoření**.

Tento **„trojiční tanec“** ovšem není sebestředně zahleděný sám do sebe, ale jeho nejvlastnější charakteristikou je, že **to nejhlubší Boží tajemství solidárně sdílí s celým vesmírem, s každou bytostí, s každým člověkem**. Každý člověk je proto na cestě kontemplace pozván mít na tomto z hloubky čerpajícím a s celým vesmírem se solidarizujícím „tanci Trojice“ osobní a jedinečnou účast:

> *Tak (lidská osoba) ve své vlastní existenci*
> *uskutečňuje ten **trojiční dynamismus**,*
> *který jí už od jejího stvoření vtiskl Bůh.*
>
> ***Všechno je propojené**, a to nás zve k tomu,*
> *abychom rozvíjeli **spiritualitu globální solidarity**,*
> *která **pramení z trojičního tajemství**.*
> papež František, Laudato si‘, čl. 240

[54] „Tento obraz trinitární perichoreze (vzájemného prostupování) jakožto ‚kolového tance‘ navazuje na původní význam řeckého slova *perichoresis*, původně označujícího právě kolový tanec, případně krouživý pohyb jeden kolem druhého při tanci. Jestliže si tedy dovolíme takto dynamicky vnímat vnitřní vztahy osob v Trojici a jestliže si dovolíme připustit, že tyto vztahy zanechávají své stopy dokonce i ve stvoření, natož potom ve společenství církve jako ikony Trojice, pak za jeden z centrálních vůdčích obrazů, do kterých můžeme zasadit naše hledání cest ke zdravé a plné realizaci synodality v církvi a v našich farnostech, je obraz farnosti jako „tančící církve“, jako strukturované společenství bratří a sester tančící společně ‚kolový tanec‘ vzájemné odkázanosti, podpory, prolínání a respektu k jedinečnosti role každého, který je zároveň otevřen i všem kolem a který všechny kolem ve své hloubce již v podstatě i zahrnuje.“ Petr Hruška, *Pastorační rady farností v české církevní provincii jako realizace synodality v pastorační praxi*, dizertace na KTF UK, Praha 2009, 5.1.1. Svátost communia Trojjediného a „tančící církev“, dostupné na dizertace.agas.cz, s odkazem na George Cladise a Ctirada V. Pospíšila.

Cesta kontemplace, na kterou jsme papežem Františkem byli krok za krokem uváděni, je tak něčím, co se již dávno děje v srdci Trojice, ve které od svého početí až navěky tančíme tanec osobní, komunitní i kosmické proměny a lásky, jehož součástí je i ten nejposlednější tvor na Zemi, i ta nejmenší částečka v dalekém a širokém vesmíru. Tanec trojjediného Boha, ve kterém *„žijeme, pohybujeme se a jsme“* (Sk 17,28).[55] Smím prosit? 😊

Praktické podněty pro 7. týden velikonoční

Tento týden jsme Nejsvětější Trojicí znovu žádáni o tanec. Nemusíme se bát, že to nebudeme umět. Je to tanec, který tančíme už od početí. Jen jsme potřebovali vstoupit do tanečních kurzů, abychom jej znovu objevili, jak proudí v našich žilách, jak je samotným naším životem. Nácvik jednotlivých kroků bývá někdy klopotný a vyžaduje vytrvalost. Ale naším učitelem tance je samotný Mistr, ten Milovaný. Když se spolehneme na něj, ponese nás. Tento týden touží z tebou prožít „závěrečnou“, kterou ovšem toto naše životní „taneční“ nekončí, jen se dostává do své další fáze. (viz katecheze pro 7. týden velikonoční, případně kázání ze 7. neděle velikonoční; odkazy na agas.cz/kontemplace).

1. **SPOČINUTÍ v kontemplaci při denních tichých chvílích a během dne:**

a. Tento týden se při přípravě na své **denní tiché chvíle** můžete ohlédnout za celou postní a velikonoční cestou, postupně jakoby do jedné svatební květiny svazovat kvítky oslovení, vhledů či zkušeností, které jste na této cestě posbírali a tuto stále pestřejší květinu můžete přinášet jako „oběť chvály“.

b. Máte-li tu možnost, **alespoň jednu tichou chvíli prožijte v přírodě** a spolu se svatým Františkem chvalte Trojici kontemplující stvoření. Může také pomoci meditace nad **ikonou Trojice** od Andreje Rubleva (viz *Příloha 5*), stejně jako vědomé prožití **znamení kříže** s trojičním požehnáním.

c. **Na závěr tohoto týdne**, při Svatodušní vigilii nebo při Slavnosti seslání Ducha svatého, tuto květinu přineste jako celek svému Milovanému, který vás touží nově a hlouběji naplnit Duchem své lásky pronikajícím každou částečku vaší bytosti. Nic zvláštního si nepřipravujte, nechte se obdarovat.

2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou:**

a. **Se svým „patronem“** se tento týden také ohlédněte na celou postní a velikonoční cestu a hovořte s ním o tom, co se vás dotklo, co pro vás bylo požehnáním, co byste si chtěli nést dál a co by pro to bylo dobré udělat.

b. Pokud máte možnost **setkat se ve společenství** (i přesto, že ostatní s vámi touto cestou uvedení do kontemplace třeba nešli), pokuste se o něco z podnětů kurzu a z vašich zkušeností během kurzu podělit s ostatními.

3. **STUDIUM podnětů z tohoto sešitu a encykliky *Laudato si‘*:**

Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden si v postoji kontemplativního naslouchání **pročítejte LS 238 – 240**.

[55] Srov. také Richard Rohr, Mike Morrell, *Božský tanec: Trojice a vaše proměna*, Barrister a Principal, Brno 2018.

Slavnost Seslání Ducha svatého: „Hle – všechno tvořím nové!“

První učedníci se otevřeli plnosti Ducha svatého ve společenství s Ježíšovou matkou: *„Ti všichni jednomyslně setrvávali v modlitbách spolu se ženami, s Ježíšovou matkou Marií a s jeho příbuznými“* (Sk 1,14). Tato její mateřská role podle papeže Františka trvá nejen vůči Ježíšovým učedníkům, ale vůči celému zraněnému i dnes: *„Maria, Matka, která pečovala o Ježíše, se nyní s mateřskou láskou a bolestí stará o tento zraněný svět. S probodeným srdcem oplakávala Ježíšovu smrt a nyní soucítí s utrpením ubohých stvoření tohoto světa, která křižuje a hubí lidská moc“* (LS 241).

V osmé části své „zelené“ encykliky nás tedy papež zve k pohledu na Marii, „Královnu veškerého stvoření“, a na sv. Josefa, silného i něžného „ochránce obecné církve“ (srov. LS 242).

V návaznosti na to nám pak také papež v poslední, deváté části (nazvané „Z druhé strany Slunce“) pozdvihne náš pohled na přicházející „společný nebeský domov“, pohled plný naděje, pohled motivující jak k praktické aktivní péči o náš společný domov „teď a tady“, tak také ke každodennímu sestupování do zkušenosti domova věčného, který se pro nás opět otevírá „tady a teď“:

***Na konci** se tváří v tvář setkáme s **nekonečnou Boží krásou** (srov. 1 Kor 13,12) a budeme moci s **radostným údivem** číst tajemství veškerenstva, které bude mít spolu s námi účast na plnosti **bez konce**. Ano, putujeme **k věčné sobotě, k novému Jeruzalému, ke společnému nebeskému domovu**. Ježíš nám říká: ‚Hle – všechno tvořím nové!‘ (Zj 21,5).* (LS 243)

Tento pohled do věčné budoucnosti, tento „sdílený úžas“ (což lze považovat za vyjádření komunitního rozměru kontemplace), je plností toho, co už v předchuti na naší cestě kontemplace můžeme zakoušet už zde – sdílený úžas, osobní proměnu, své jedinečné místo a solidaritu s chudými:

*Věčný život bude **sdíleným úžasem**,*
*kde každý tvor, zářivě **proměněn**, zaujme **své místo***
*a bude mít co **nabídnout chudým**, kteří budou definitivně osvobozeni.*

papež František, *Laudato si‘*, čl. 243

Důvěryplné očekávání naplnění Božích zaslíbení v přicházejícím „novém Jeruzalému“ nás ovšem opět nevytrhává z naší pozemské pouti, ale naopak nás na ní činí starostlivějšími o náš společný domov. To papež vyjadřuje takto:

*V tomto očekávání se spojme v **starostlivosti o tento domov**, který nám byl svěřen, s vědomím, že to, co je v něm dobrého, bude mít **účast na nebeské oslavě**. Společně se všemi tvory kráčíme po této zemi hledajíce Boha, neboť ‚jestliže svět má počátek a byl stvořen, hledá toho, kdo jej stvořil, hledá toho, kdo mu dal počátek, toho, kdo je jeho Stvořitelem‘* (Basil Veliký).

A svoji výzvu k této společné cestě starostlivosti doplňuje výzvou k radostné, nadějeplné chvále: *„**Kráčejme se zpěvem!** Ať nás naše zápasy a naše starost o tuto planetu neobírají o **radost naděje**“* (LS 244).

Poslední slova encykliky však zákonitě nepatří výzvám, jakkoli důležitým, ale **radostné zvěsti o tom, co pro nás dělá Vzkříšený Pán** a z čeho jedině může vyrůstat naše schopnost „kráčet se zpěvem“ i tímto zraněným světem:

> *Bůh, jenž nás volá k velkorysé ochotě dávat všechno,*
> *nám nabízí sílu a světlo, které ke své cestě potřebujeme.*
>
> ***V srdci tohoto světa vždy zůstává přítomen Pán života,***
> ***jenž nás velmi miluje.***
>
> *On nás neopustí, nenechá nás samotné,*
> *protože se definitivně spojil s naší zemí,*
> *a jeho láska nás vždy vede k nalézání nových cest.*
>
> ***Jemu buď chvála!***
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 245

Opět i v těchto závěrečných slovech encykliky vidíme, jak úzce je spolu pro papeže Františka propojená „kontemplace“ toho, kdo se „definitivně spojil s naší zemí“, a z ní vyrůstající „akce“ nesená zevnitř tím, „jehož láska nás vždy vede k nalézání nových cest“. A právě úžas nad tímto propojením jej v úplném závěru vede jak ke chvále („Jemu buď chvála“, LS 245), tak k naléhavé prosbě (dvě závěrečné modlitby v LS 246).

Seminář jsme začínali pozváním ke kontemplaci stvoření s plesáním a chválou:

> *Svět je něčím víc než jen problémem, který je třeba vyřešit.*
> ***Je radostným tajemstvím, jež kontemplujeme s plesáním a chválou.***
>
> papež František, *Laudato si‘*, čl. 12

A už tehdy jsme si také připomněli, že právě v závěrečných modlitbách své encykliky František toto pojetí kontemplace jako žasnoucího zakoušení propojení se vším tvorstvem prohlubuje až ke **spočinutí v srdci Trojjediného**:

> ***Pane, Bože Trojjediný, úžasné společenství nekonečné lásky,***
> ***nauč nás kontemplovat tě v kráse veškerenstva,***[56]
> ***kde všechno mluví o tobě.***
>
> papež František, Laudato si‘, čl. 246, Modlitba křesťanů a celého stvoření

[56] V českém překladu je zde bohužel použit obrat „nauč nás o tobě rozjímat v kráse veškerenstva“, což je zavádějící. Nejen, že ve španělské originální předloze je použit výraz „enséñanos a contemplarte“ („nauč nás kontemplovat tě“; podobě i v ostatních jazykových verzích), ale tento obrat zde shrnuje veškeré předchozí úvahy o kontemplaci! A najednou zde český překlad místo celostného „kontemplovat tě“ používá spíše rozumově orientovaný termín „rozjímat o tobě“.

Podněty pro Závěrečný týden do Slavnosti Nejsvětější Trojice

V průběhu kontemplativní četby encykliky *Laudato si'* se nám bohatě potvrdily všechny základní charakteristiky papežova pojetí kontemplace nastíněné na začátku: (1) Kontemplace jako základní postoj pro rozvoj „ekologické spirituality" (2) propojující člověka jak s veškerým stvořením, tak se společenstvím Trojice, a (3) nezbytně zahrnující „přirozený", „mystický" i „praktický" rozměr. Závěrem lze snad říci, že novost tohoto pojetí, očividně inspirovaného františkánskou a jezuitskou spiritualitou, ale prohloubeného také spiritualitou Karmelu, spočívá ve Františkově přístupu integrujícím osobní a komunitní spiritualitu se spiritualitou osobní, komunitní i politické péče o stvoření včetně péče o chudé (viz katecheze závěrečného týdne a kázání z Vigilie a ze Slavnosti Seslání Ducha; agas.cz/kontemplace).

1. **RADY NA CESTU** Petr Vacík fortna.eu/uambonu (12. 5. 2020)
   a. **Choďte pravidelně do přírody** – pobytem v přírodě lze významně rozpustit to, čím trpí naše vztahy; důležitá je bezcílnost či bezvýkonnost, odpojenost od sítí a telefonu (nechte jej doma), samota a pravidelné opakování.
   b. **Dostatečně spěte, pijte a hýbejte se** (jinak se zastaví duchovní pokrok).
   c. **Nebuďte sami a buďte štědří** (choďte mezi lidmi, navštěvujte ostatní, zvěte je k sobě domů, do přírody, na výstavu; samota je dobrá, ale vztahy jsou nezbytné; potřebujeme se dělit s ostatními o nás čas, talenty, zdroje).
   d. **Investujte čas a úsilí do solidní spirituality**, která vás a vaše okolí uzdravuje a proměňuje k lepšímu, což lze to poznat podle plodů – víry, naděje a lásky (kritériem nesmí být konformita, ideologie, ani vlastní dobrý pocit).
   e. **Mějte něco, na čem vám opravdu záleží** (jestliže dodržujete předchozí body, intuitivně poznáte, čemu máme přednostně věnovat své úsilí).
   f. **Sledujte to, co rozeznáváte jako plodné zdroje** (a podporujte je), přestaňte věnovat svůj čas neplodným aktivitám, nic vám nedávající zdroje opusťte.
2. **SDÍLENÍ s průvodcem či se skupinou:**
   a. **Se svým „patronem"** hovořte o tom, jaké **opory pro další cestu** považujete momentálně za nejdůležitější (např. doprovázení, studium, skupina, kurz, způsob života, vztahy apod.) a jak si je chcete opatřit či rozvinout.
   b. Pokud doposud nemáte žádné **stálé společenství**, kde byste mohli sdílet svoji cestu víry, pokuste se v následujících týdnech nějaké objevit a připojit se k němu, případně sami iniciovat jeho vznik.
3. **STUDIUM podnětů z encykliky *Laudato si'* a další literatury:**
   a. Ve světle podnětů z tohoto sešitku a z katecheze pro tento týden si v postoji kontemplativního naslouchání **pročítejte LS 241 – 246**.
   b. **Opatřete si některou z dále doporučených knih** (viz str. 72) a uvedení do kontemplace z tohoto semináře prohlubte dalším studiem.[57]

[57] Jako vhodné pokračování studia navazujícího na tento seminář se jeví např. v poznámce č. 55 již zmíněná kniha Richarda Rohra *Božský tanec* a na ni navazující a ji rozvíjející Rohrovo zastřešující dílo Rohr, Richard, *Univerzální Kristus: Jak může zapomenutá skutečnost změnit všechno, v co vidíme, v co doufáme, v co věříme*, Brno: Barrister & Principal, 2020.

Příloha 1: Chvalozpěv Stvoření

modlitba sv. Františka z Assisi (+1226)

Nejvyšší, všemocný, dobrý Pane,
tobě buď chvála, sláva, čest a všechno dobrořečení.
Patří tobě jedinému, Nejvyšší,
a žádný člověk není hoden vyslovit tvé jméno.

Ať tě chválí, můj Pane, všechno, co jsi stvořil,
zvláště pak bratr slunce,
neboť on je den a dává nám světlo,
je krásný a září velkým leskem,
vždyť je, Nejvyšší, tvým obrazem.

Ať tě chválí, můj Pane, sestra luna a hvězdy,
stvořils je na nebi jasné, vzácné a pěkné.

Ať tě chválí, můj Pane, bratr vítr
a vzduch i oblaka, jasná obloha i každé počasí,
kterým živíš své tvory.

Ať tě chválí, můj Pane, sestra voda,
která je velmi užitečná, pokorná, vzácná a čistá.

Ať tě chválí, můj Pane, bratr oheň, kterým osvětluješ noc
a on je pěkný, příjemný, mocný a silný.

Ať tě chválí, můj Pane, naše sestra matka země,
která nás živí a slouží nám,
a rodí rozličné plody, pestré květy a byliny.

Ať tě chválí, můj Pane, ti, kdo odpouštějí pro tvou lásku
a snášejí nemoci a soužení.
Blažení ti, kdo je nesou v pokoji,
neboť ty, Nejvyšší, dáš jim korunu.

Ať tě chválí, můj Pane, naše sestra smrt těla,
žádný živý člověk jí nemůže uniknout.
Běda těm, kdo zemřou v smrtelných hříších.
Blaze těm, které nalezne spojeny s tvou nejsvětější vůlí,
neboť druhá smrt jim neublíží.

Chvalte mého Pána, dobrořečte a děkujte mu,
a služte mu s velikou pokorou.

Příloha 2: Modlitba za naši Zemi (LS 246)

Všemohoucí Bože,
přítomný v celém vesmíru i v tom nejmenším ze svých tvorů,
ty zahrnuješ svojí něhou všechno, co existuje,
vlej nám sílu své lásky, abychom pečovali o život a krásu.

Zaplav nás pokojem,
abychom žili jako bratři a sestry a nikomu neškodili.

Bože chudých,
pomáhej nám vysvobozovat opuštěné a zapomenuté této země,
kteří mají v tvých očích tak velkou hodnotu.

Uzdrav náš život,
abychom chránili svět a nedrancovali ho,
abychom rozsévali krásu a ne znečištění a zkázu.

Dotkni se srdcí těch,
kdo hledají pouze výhody na úkor chudých země.

Nauč nás objevovat hodnotu každé věci,
s úžasem kontemplovat
a uznávat, že jsme na své cestě k tvému nekonečnému světlu
hluboce sjednoceni se všemi tvory.

Děkujeme ti, že jsi s námi po všechny dny.
Prosíme tě, posiluj nás v našem úsilí o spravedlnost, lásku a mír.



Příloha 3: Modlitba křesťanů a celého stvoření (LS 246)

Chválíme tě, Otče, se všemi tvými tvory,
kteří vyšli z tvojí mocné ruky.
Jsou tvoji a plni tvé přítomnosti a něhy.
Buď pochválen!

Synu Boží, Ježíši,
tebou byly stvořeny všechny věci.
Přijal jsi podobu v Mariině mateřském lůně,
stal ses součástí této země
a díval ses na tento svět lidskýma očima.
Nyní jsi živý v každém tvoru
slávou svého vzkříšení.
Buď pochválen!

Duchu Svatý,
jenž svým světlem směruješ tento svět do Otcovy lásky
a provázíš sténání stvoření,
i ty žiješ v našich srdcích,
abys nás vedl k dobru.
Buď pochválen!

Pane, Bože Trojjediný,
úžasné společenství nekonečné lásky,
nauč nás kontemplovat tě v kráse veškerenstva,
kde všechno mluví o tobě.
Probuď naši chválu a naši vděčnost
za každou bytost, kterou jsi stvořil.
Daruj nám milost, abychom se cítili vnitřně spojeni
se vším, co existuje.
Bože lásky, ukaž nám naše místo
na tomto světě,
kde jsme nástroji tvé lásky
vůči všem bytostem této země,
protože ani jedna z nich není tebou zapomenuta.
Osviť ty, kdo vládnou mocí a penězi,
aby neupadali do hříchu lhostejnosti,
milovali obecné dobro, podporovali slabé,
a pečovali o svět, který obýváme.

Chudí i země křičí:
Pane, ujmi se nás svojí mocí a svým světlem,
chraň každý život
a připravuj mu lepší budoucnost,
aby přišlo tvoje království
spravedlnosti, pokoje, lásky a krásy.

Amen

Příloha 4: Momenty kontemplativního jednání

1.	VNÍMÁNÍ	Co se děje?	VIDĚNÍ	*„Koukej na cestu!“*
2.	NASLOUCHÁNÍ	Co říká Ježíš?	SLYŠENÍ	*„Poslouchej mě!“*
3.	ROZLIŠOVÁNÍ	Co to znamená?	PŘEMÝŠLENÍ	*„Přemýšlej trochu!“*
4.	PROPOJENÍ	Co na to druzí?	ROZHOVOR	*„Mluv se mnou!“*
5.	JEDNÁNÍ	Co mám dělat?	AKCE	*„Dělej něco!“*

Evangelium podle Jana, 11. kapitola

VNÍMÁNÍ

[1]Byl jeden nemocný, Lazar z Betánie, vesnice, kde bydlela Marie a její sestra Marta. [2]To byla ta Marie, která pomazala Pána olejem a utřela mu nohy svými vlasy. Ten nemocný byl její bratr Lazar. [3]Sestry tedy poslaly k Ježíšovi se vzkazem: »Pane, ten, kterého miluješ, je nemocen.«

NASLOUCHÁNÍ

[4]Když to Ježíš uslyšel, řekl: »To není nemoc k smrti, ale k slávě Boží, aby jí byl oslaven Boží Syn.« [5]Ježíš měl rád Martu a její sestru i Lazara. [6]Když tedy uslyšel, že je nemocen, zůstal ještě dva dni v místě, kde byl. [7]Potom teprve řekl svým učedníkům: »Pojďme znovu do Judska!«

ROZLIŠOVÁNÍ

[8]Učedníci mu odpověděli: »Mistře, nedávno tě chtěli židé ukamenovat - a zas tam jdeš?« [9]Ježíš na to řekl: »Nemá den dvanáct hodin? Kdo chodí ve dne, neklopýtne, protože vidí světlo tohoto světa. [10]Kdo však chodí v noci, klopýtne, protože v něm není světlo.« [11]Po těch slovech ještě dodal: »Náš přítel Lazar spí, ale jdu tam, abych ho probudil.« [12]Učedníci mu řekli: »Pane, jestliže spí, uzdraví se.« [13]Ježíš však mluvil o jeho smrti, ale oni mysleli, že mluví o skutečném usnutí.

NASLOUCHÁNÍ

[14]Ježíš jim tedy řekl otevřeně: »Lazar umřel. [15]A jsem rád, že jsem tam nebyl, kvůli vám, abyste uvěřili. Ale pojďme k němu!«

JEDNÁNÍ

[16]Tomáš - řečený Blíženec - vyzval ostatní učedníky: »Pojďme i my, ať zemřeme s ním!«

VNÍMÁNÍ

[17]Když Ježíš přišel, shledal, že Lazar je už čtyři dny v hrobě. [18]Betánie byla blízko Jeruzaléma, jen asi patnáct honů od něho.

PROPOJENÍ

[19]K Martě a Marii přišlo mnoho židů, aby je potěšili *v žalu* nad bratrem.

JEDNÁNÍ

[20]Když Marta uslyšela, že Ježíš přichází, chvátala mu naproti. Marie zůstala v domě.

ROZLIŠOVÁNÍ

[21]Marta řekla Ježíšovi: »Pane, kdybys tu byl, můj bratr by byl neumřel. [22]Ale vím i teď, že ať bys žádal Boha o cokoli, Bůh ti to dá.« [23]Ježíš jí řekl: »Tvůj bratr vstane.« [24]Marta mu odpověděla: »Vím, že vstane při vzkříšení v poslední den.« [25]Ježíš jí řekl: »Já jsem vzkříšení a život. Kdo věří ve mne, i když umřel, bude žít [26]a žádný, kdo žije a věří ve mne, neumře navěky. Věříš tomu?« [27]Odpověděla mu: »Ano, Pane, věřím, že ty jsi Mesiáš, Syn Boží, který má přijít na svět.«

PROPOJENÍ

[28]Po těch slovech odešla, zavolala svou sestru Marii stranou a řekla jí: »Mistr je tu a volá tě.« [29]Jak to *Marie* uslyšela, rychle vstala a šla k němu. [30]Ježíš totiž dosud nedošel do vesnice, ale byl ještě na tom místě, kam mu Marta přišla naproti. [31]Když uviděli židé, kteří byli u Marie v domě a těšili ji, že rychle vstala a vyšla, šli za ní; mysleli si, že jde k hrobu, aby se tam vyplakala. [32]Jakmile Marie došla tam, kde byl Ježíš, a uviděla ho, klesla mu k nohám a řekla mu: »Pane, kdybys tu byl, můj bratr by byl neumřel.«

VNÍMÁNÍ

[33]Když Ježíš viděl, jak pláče ona a jak pláčou i židé, kteří přišli zároveň s ní, v duchu byl hluboce dojat, zachvěl se a [34]zeptal se: »Kam jste ho položili?« Odpověděli mu: »Pane, pojď se podívat!« [35]Ježíš zaplakal, [36]Židé říkali: »Hle, jak ho miloval!«

ROZLIŠOVÁNÍ

[37]Ale někteří z nich řekli: »Copak nemohl ten, který otevřel oči slepému, také dokázat, aby on neumřel?«

VNÍMÁNÍ

[38]Ježíš byl znovu hluboce dojat a přišel ke hrobu. Byla to jeskyně a na ní ležel kámen.

NASLOUCHÁNÍ

[39]Ježíš řekl: »Odstraňte ten kámen!« Sestra zemřelého Marta mu namítla: »Pane, už zapáchá, vždyť je tam čtvrtý den.« [40]Ježíš jí odpověděl: »Řekl jsem ti přece, že budeš-li věřit, uvidíš slávu Boží.«

JEDNÁNÍ

[41]Odstranili tedy kámen.

NASLOUCHÁNÍ

Ježíš obrátil oči vzhůru a řekl: »Otče, děkuji ti, že jsi mě vyslyšel.[42]Já jsem ovšem věděl, že mě vždycky vyslyšíš. Ale řekl jsem to kvůli zástupu, který stojí kolem mě, aby uvěřili, že ty jsi mě poslal.« [43]Po těch slovech zavolal mocným hlasem: »Lazare, pojď ven!« [44]Mrtvý vyšel, ovázán na nohou i na rukou pruhy *plátna* a s tváří omotanou šátkem. Ježíš jim nařídil: »Rozvažte ho a nechte odejít!«

JEDNÁNÍ

[45]Mnoho z těch židů, kteří přišli k Marii a uviděli, co *Ježíš* vykonal, v něj uvěřilo.

Příloha 5: Ikona Nejsvětější Trojice Andreje Rubleva



Základní použité prameny

Burghardt, Walter J., SJ, „Contemplation: A Long Loving Look at the Real“, in Church No. 5 (Winter 1989): 14 – 17; dostupné na agas.cz/texty (Spiritualita)

František, papež, *Laudato si‘ papeže Františka: Encyklika o péči o společný domov* (24. května 2015), Druhé, jazykově a odborně revidované vydání, Praha: Paulínky, 2018; papírový výtisk na paulinky.cz/obchod/produkt/Laudato-si.html / jako e-kniha (získaná z Kosmas.cz zdarma); ke stažení také na e-kniha zdarma ke stažení

František, papež, *Laudato si‘*, encyklika v angličtině, španělštině, němčině a dalších jazycích, vatican.va/content/francesco/en/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html

Hruška, Petr, „Kontemplace v encyklice Laudato si‘ papeže Františka“, dostupné na agas.cz/texty (Spiritualita)

Hruška, Petr, *Pastorační rady farností v české církevní provincii jako realizace synodality v pastorační praxi*, dizertace na KTF UK, Praha 2009, část 5.1.1. Svátost communia Trojjediného a „tančící církev“; dostupné na dizertace.agas.cz

Ignác z Loyoly, *Duchovní cvičení*, Velehrad – Roma: Refugium, 2017

Jan od Kříže, *Duchovní píseň*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000

Další použitá a doporučená literatura

Bourgeault, Cynthia, *Modlitba usebrání: Cesta k vnitřnímu probuzení*, Praha: Portál, 2015

Bourgeault, Cynthia, *Srdce kontemplativní modlitby: Neduální křesťanství v teorii a praxi*, Olomouc: Fontána, 2016

Hans Buob, *Cesta obrácení*, Kostelní vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013

Hans Buob, *Růst v modlitbě a Cesta obrácení*, Praha: Portál, 1993

Jalics, Franz, *Cesta kontemplace*, Praha: Triton, 2015

Jalics, Franz, *Kontemplativní exercicie*, Praha: Triton, 2018

Jan od Kříže, *Temná noc*, Kostelní vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1995

Keating, Thomas, *Pozvání k lásce: Cesta křesťanské kontemplace*, Praha: Alpha Book, 2019

Kohut, Vojtěch, *Čítanka vnitřní modlitby aneb Jak meditovat Písmo podle Terezie z Ávily*, Praha: Portál, 2017

Kohut, Vojtěch, *Prvouka vnitřní modlitby: Jak probírat svůj život s Bohem podle Terezie z Ávily*, Praha: Portál, 2018

Kohut, Vojtěch, *Slabikář vnitřní modlitby po způsobu sv. Terezie* z Ávily, Praha: Portál, 2016

May, Gerald G., *Nocí duše ke svobodě*, Kostelní vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011

Mello, Anthony de, *Hledání Boha: Ignaciánská duchovní cvičení*, Praha: Portál, 2011

Rohr, Richard, Morrell, Mike, *Božský tanec: Trojice a vaše proměna*, Brno: Barrister & Principal, 2018

Rohr, Richard, *Univerzální Kristus: Jak může zapomenutá skutečnost změnit všechno, v co vidíme, v co doufáme, v co věříme*, Brno: Barrister & Principal, 2020

Rohr, Richard, *Všechno má své místo: Dar kontemplativní modlitby*, Praha, Vyšehrad, 2003

Schwarz, Christian, *The 3 Colors of Comunity*, ChurchSmarts Resources, St. Charles, 2012

Stinissen, Wilfrid, *Noc je mým světlem*, Kostelní vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997

Šedivý, Jan, *O kontemplaci: Kamínky v mozaice spirituality*, Brno: Cesta, 2014

Šedivý, Jan, *To opravdové zůstává*, Brno: Cesta, 2018

Online zdroje pro další inspiraci a orientaci

Kontemplace a vnitřní modlitba česky

- agas.cz/kontemplace Pár podnětů k cestě kontemplace (Petr Hruška)
- kontemplace.eu Sdružení pro kontemplaci a meditaci (Jan Šedivý)
- schole.cz Scholé – domov pro kontemplaci (Holostřevy)
- elvafrouz.cz Elva Frouz – terapeut a osobní průvodce (Holostřevy)
- horyvtichu.com Hory v tichu – kontemplace v tichu hor (Holostřevy)
- kontemplace.cz Spolek pro akci a kontemplaci (pár nadšenců z Lelekovic)
- krestanskameditace.cz Křesťanská meditace (L. Freeman a J. Main)
- kolinskyklaster.org Kolínský klášter – centrum spirituality
- fortna.eu Otevřený klášter bosých karmelitánů na Hradčanech (Petr Glogar)
- cestanahoru.org Karmel Edith Steinové (Denisa Červenková)
- bosekarmelitky.cz Bosé karmelitky Karmel sv. Josefa (texty tradice)

Kontemplace a vnitřní modlitba anglicky

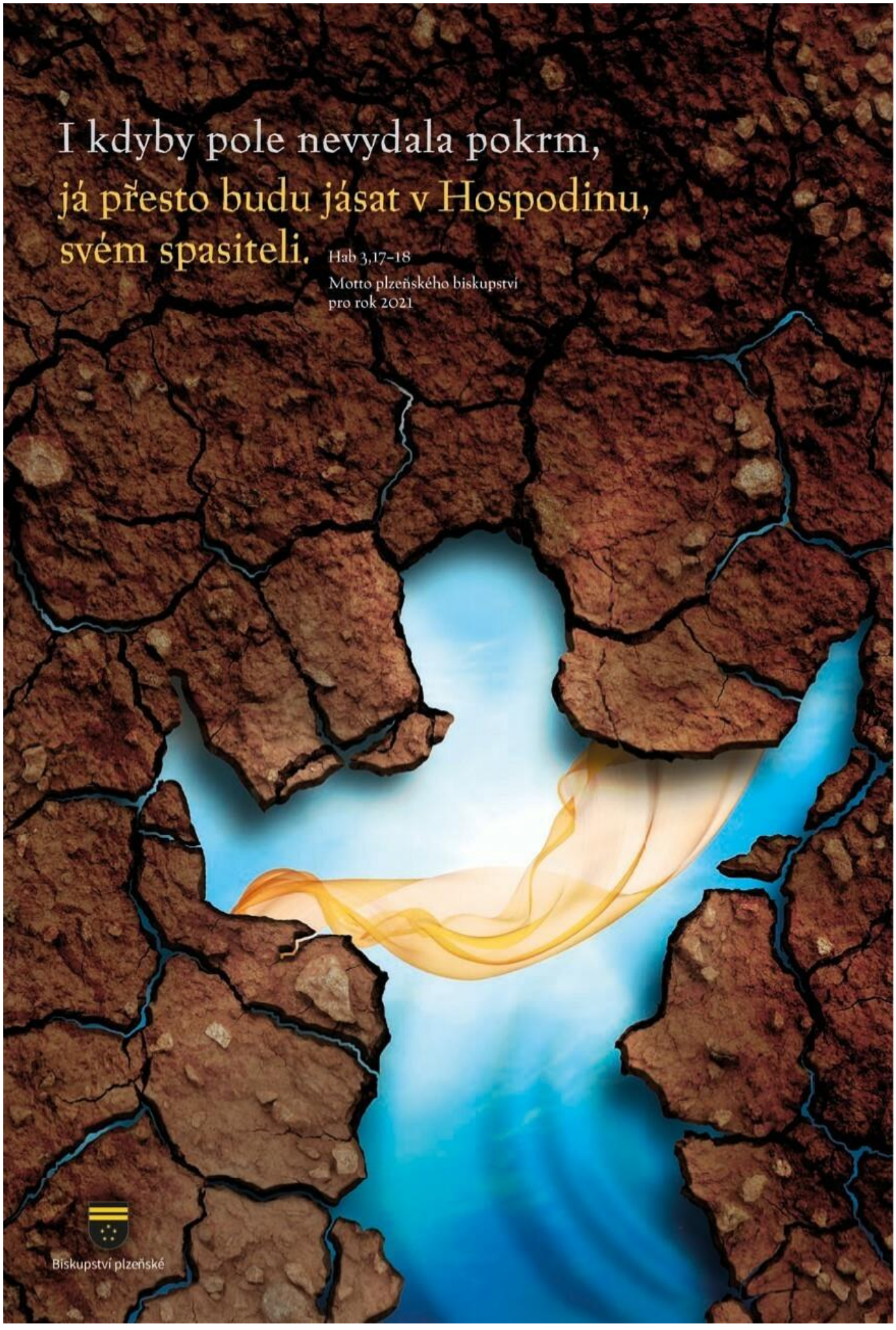
- centeringprayer.com Centering Prayer (Thomas Keating)
- contemplativeoutreach.org Contemplative Outreach (Centering Prayer)
- contemplative.org Contemplative Society (Cynthia Bourgeault)
- cac.org Center for Action and Contemplation (Richard Rohr)

Žít Laudato si‘ v praxi

- agas.cz/ekokonverze Zásobník materiálů a textů k ekologickému obrácení
- ekologickakonverze.cz Ekologická konverze podle Laudato si‘ v praxi
- zitlaudatosi.cz Žít Laudato si‘ Česká republika
- ckes.cz/zelena-zrnka Zelená zrnka České křesťanské enviromentální sítě
- laudatosi.cz Spolek Laudato si v Dobraticích

V březnu až květnu 2020 zpracoval a v lednu 2021 upravil Petr Hruška
V lednu 2021 pro vnitřní potřebu jako zdarma šiřitelnou e-knihu vydala
Římskokatolická farnost Cheb (korektury z 21. 8. 2022)

Poznámky:


I kdyby pole nevydala pokrm,
já přesto budu jásat v Hospodinu,
svém spasiteli. Hab 3,17–18
Motto plzeňského biskupství
pro rok 2021
Biskupství plzeňské