

## Postní duchovní obnova s koronavirem

Letošní postní doba je zvláštní a kříží naše plány a představy o prožití postní doby. Hrůza!? Je tu realita koronavirové epidemie a je tu náš duchovní postoj, ona „kouzelná hůlka“, která proměňuje i prach či dokonce hnůj v poklad. Nic neexistuje bez vztahu k Bohu, nic, kde bychom nemohli použít hůlku, děkovat a měnit sebe (přínejmenším) a okolí. Ne svou silou ovšem, ale silou Krista, ve spojení s Ním. Chvála Tobě, Pane, který proměňuješ i zlo v dobro.

Máme možnost volit a v podstatě denně volíme, byť často ne plně vědomě, podle jakého ducha myslíme, žijeme a jednáme. Buď podle ducha světa, kterému a jeho pokušení víceméně všichni nějak podléháme (Řím 12,2) nebo podle Ducha Svatého, podle Krista, kterého máme následovat (1 Kor 2,12). A podle ovoce pak poznáváme, kterým duchem (Duchem) se necháváme vést.

Duch světa, duch tohoto věku je mimo jiné duch homocentrismu, a vlastně egocentrismu, kdy je ve středu člověk, ne Bůh. Ve středu je moje já, duch dokonce zvýšeného kultu já; duch individualismu, kdy já rozhoduji o dobru a zlu, o morálce, o svém náboženství. Duch svobody jako bezbřehé neohraničené možnosti, co se mně chce, duch nároku a práva na vše jako na samozřejmost atd. V podstatě je to duch zdánlivého božství člověka, pýchy, skrytého strachu a někdy až skoro zoufalého útěku před pravdou, která by měla na mne nárok, i před sebou samým, prázdnotou v hlubině sebe sama (workholismus, zážitky, ubavení se k smrti, duchovní turismus po stále novém a zážitcích v duchovní oblasti). Ovoce v dnešní situaci vidíme a dokonce podle něho u sebe sama můžeme uvidět nakažení duchem světa.

Jaké jsou tedy příznaky nakažení duchem světa v korona situaci?

Strach a jeho šíření, naříkání, panika a vše z toho plynoucí. Stres se dotýká všech, to je přirozené, v řeči Písma je to břemeno, nápor atd. Reálná míra obav je na místě. Každý navíc reaguje podle své osobní hladiny úzkosti, někdo je prostě úzkostnější, citlivější, zranitelnější, někdo trpí chorobnými depresemi a úzkostmi. Nezapomeňme na citlivost takové sv. Terezy.

Agrese ve všech podobách jako reakce na to, že to není podle mého: Brblání, nadávání na všechno a na všechny, vztek, „hejtování“ na netu, puštění svého dlouhodobého naštvání.

Sebelítost a uzavření se do ní (spolehlivá cesta do hlubin negace, deprese, vztahovačnosti, ukřivděnosti atd. a sebelítost je velmi návyková).

Hledání viníka/ů a ukazování prstem na ně. (od mimozemšťanů přes vládu USA až po špatného papeže) podle konspirační teorie, která nám právě vyhovuje. To je prastará strategie už po prvním hříchu ukazovat prstem. Člověk snáší obecně hůř situaci nejistoty a toho, když není viník, kdy si uvědomí, že je „jen člověk, tvor“, není bůh. Vidíme to po katastrofách i osobních nezaviněných neštěstích atd. „Viník“ přináší iluzorní útěchu. Nezapomeňme proto na Iz 58, 9b

Sebezajišťování znamená vrhnout se na shromažďování zásob apod. je to pošetilé budování plných stodol.

Útěky před realitou nejrůznějšího typu jako prosurfování „doby moru“ na netu; švejkování a popírání reality až vzdorovitost vůči všem nařízením, pseudohrdinství.

Nespočetně negativních možností se otevírá naší kreativitě. A výsledek je vždy negativní i v psychické oblasti – zvýšení hladiny úzkosti, agresivity, zhoršení stresového stavu až vznik deprese. Všechny negativní emoce jsou patogenní, škodí, snižují imunitu a zhoršují i průběh uzdravování z jakékoli nemoci. A mnohem horší je jejich duchovní dopad! Mimo jiné staví do středu nás a ničí vděčnost jako základní duchovní postoj.

Dost o tom! Stačí to k zpytování svědomí.

**Pozitivní postoje a možnosti věřícího křesťana. Co můžeme?**

Můžeme využít současnou realitu pro opravdovou domácí postní duchovní obnovu.

Smysl postní doby krásně vyjádřil Benedikt XVI: „

*„Smyslem postní doby je znovu rozhodnutí se pro Krista, pro Jeho následování v pokoře.“*

Postní doba je čas přípravy, přípravy na základní slavnost víry Velikonoce, a také i na obnovu křestního slibu jako výraz znovu rozhodnutí pro Krista. Má to být čas pro Boha, druhé i sebe v tom správném slova smyslu. Čas, kdy jsme vedeni více využívat trojici posvěcujících prostředků: půst, almužna, modlitba.

Jak nám v tom může pomoci koronavirus?

Především nás vytrhuje z rutiny a staví do určité mezní situace. Tedy nám může pomoci zastavit se, možná i s námi zatřese a je to výzva dát se dohromady, ( což je volně i rekolekce). Dát dohromady své hodnoty, žebříček hodnot a především: v co věřím slovy a v co skutečně a jak se to projevuje v životě.

**Několik podnětů, bodů, jak na to:**

Zastav se!

Koronavirus ti „dal“ nějaký čas jakoby navíc (nemusíš a nemůžeš tam i tam), využij ho jako příležitost. Zastav se v běhu a přemýšlej o sobě, rozjímej, přehodnocuj.

Zamysli se po vzývání Ducha Svatého nad svými hodnotami:

Co je smyslem tvého života? Co je pro tebe základem života? Co je podstatné? Co důležité, ale ne podstatné a co není vlastně tak důležité, i když je to třeba dobré? Kde je Bůh, kde spása, kde štěstí (a co to pro tebe je), kde je vlastní smrt, kde láska, blízcí atd.? Kde je to, co „nemá duši“ peníze, kariéra? A jak se to skutečně zatím projevuje v mém životě? Co změnit? Pros o sílu, moudrost a vytrvalost v uskutečnění.

Zpytuj své svědomí ohledně ducha doby

Poznané vyznej ve svátosti smíření. A postav se proti němu ve svém životě. Promysli konkrétně. Použij třeba i jako pomůcku výše.

Renovuj postoje ke smrti.

Je čas si uvědomit svůj vztah, postoj ke smrti. Co je pro mne skutečně? Je to pascha – přechod? Bojím se smrti nebo se spíš bojím umírání, bolesti, trápení i to je lidské? Modlím se pravidelně za dobrou smrt a co to pro mne je? Co to je po staletí pro křesťana dobrá smrt (ne náhlá, s možností přijmout svátosti, odpustit, smířit se, rozloučit se, uspořádat, co zanechávám, a ideálně odejít s modlitbou blízkých kolem mne, kteří mne třeba drží za ruku). Nebrání mi strach ze smrti nebo lehkovážnost v tom, abych uspořádal své věci, napsal závět, napsal pokyny, pro případ smrti, třeba u starých sepsal či namluvil vzpomínky pro vnoučata a pravnoučata atd.? Může to být ne hrozná, ale naopak krásná činnost.

### Rozjímej o pravé křesťanské svobodě

Co si ty pod ní představuješ: co se mně chce, nechce? Co já chci nebo nechci? Svoboda jít za Bohem, svědomím, konat dobro, být tím, kým jsem stvořen – obrazem Božím a růst v tom. Děkuji za to, že mše svatá jsou dočasně zrušeny pro lásku k bližnímu a ne pro pronásledování církve. Není to samozřejmost!

### Půst – je od pustit

Nyní musíme leccos Pustit a Nechat. Je čas na půst od svévole, předání otěží života Bohu. To neznamena sedět a nic nedělat. Půst od svévole, nenápadného prosazování svého já, že já rozhoduji. I to je půst od u nás tak oblíbeného obcházení nařízení, od neposlušnosti. Ne každá občanská neposlušnost je hodna obdivu. Ani za totality chození přes ulici na červenou či rozkrádání v zaměstnání není znakem odboje a svobody. Duchovní spisovatelé připomínali, že půst podle sebe je často zatížen pokušením marnivosti, duchovní pýchy či svévole, kdežto to nepříjemné, co přijmu, je mnohdy duchovně účinné víc. Přijmout tento základní letošní půst.

### A ještě jednou půst

Od postu nemáme dispens (krom obvyklého dispenzu pro nemocné atd.). V čase břemena pro společnost bychom měli, každý podle svých možností, přidat další postění (v jídle, v trávení času atd.) a připojit to k našim přímluvným modlitbám. Podle sv. Jana Zlatoústého a dalších otců, to, co získáme postem, nepatří nám, ale Bohu a druhým. Tedy peníze z postu pro druhé, čas pro modlitbu a druhé.

### Almužna jako láska k bližnímu

Tedy vztah k bližnímu, k potřebnému. Konkrétní projevy jsou nejen materiální, ale i čas a pomoc. Patří sem nyní aktuální konkrétní projevy ohleduplnost, dodržování nařízení, která tu jsou pro rizikové lidi především pro starší a jinak oslabené. Možná mne to otravuje, možná jsem mladý, zdravý, zdatný a ani doma nemám staré rodiče či prarodiče, ale dodržování prevence je skutek lásky vůči všem bližním i těm vzdáleným. Skutkem milosrdné a moudré lásky mohlo být už vzdát se výletu do Itálie, ještě dokud to nebylo zakázáno, ale už bylo jasné, že je pak nebezpečí přenosu.

Je třeba pozornosti a podle toho pomoci v okruhu blízkých, sousedů, kolegů ze zaměstnání a ve farnosti. Rozhlédni se: Potřebuje někdo kolem mne pomoci, které jsem schopen?

Nakoupit, pohlídat děti, potěšit atd.? Je třeba upozornit na někoho ve farnosti, která potřebuje pomoc, přinést Eucharistii? Mohu se nabídnout ve farnosti k pomoci a čím?

### Speciálka pro mladé:

Čas na opravdovou pomoc i s obětí času, nejen pro mediky. Čas pro velkodušnost a opravdovou dospělost. Kde mohu se dávat, pomáhat? Není-li vidět kol tebe, přihlas se na charitě, ve farnosti či jinde.

### Nejbližší bližní-rodina

Ušetřený čas věnujme rodině bližním nejbližším, kteří někdy přijdou i u horlivých křesťanů zkrátka. Čas být společně, vyprávět, hrát hry s dětmi, tvořit, jít na procházku se starším, vzpomínat nad albem.

### Starejte se o své starší

Volejte jim pravidelně a častěji, bydlí-li sami i denně. Ptejte se, vyslechněte. Když Vás bude zlobit jejich opakování a různé návyky, uvědomte si, že co je vám dnes nemilé, bude jednou otázkou vzpomínek. Z praxe nedostatek času blízkým je i u dobrých křesťanů jednou z nejhorších výčitek po jejich odchodu na věčnost nebo do alzheimerovského světa zapomnění.

### Modlitba

- Nyní je čas pro modlitbu, čas pro společnou modlitbu v rodině, v malém společenství, pro osobní, v duchovním velkém společenství i svolaném skrze média. Díky za ně.  
Čas pro Písmo, duchovní četbu, procházku s otevřenými očima nad zázraky stvoření a s chválou Stvořitele.
- Je čas přímluvné modlitby a oběti, čas, kdy křesťan má ještě více než jindy plnit své kněžské křestní povinnosti, které jsou privilegiem. Každý křesťan je kněz a tak stojí mezi světem a Bohem, aby se přimlouval za svět, obětoval se za něj, aby mu světu druhým nesl někdy slovo evangelizace, ale vždy příklad svých jednotlivých činů a svého života a v sobě Krista. Ano, jsou tu kláštery a měly by být opravdu nyní mimořádnými pevnostmi, chrlit Boží municí ☺ modlitby, oběti, zástupné oběti za svět. Ale to nestačí! Všichni křesťané, každý dle svých možností, má přispět. Můžeme třeba i víc zkusit modlitbu breviáře s Proglasem či bez; růženec atd. A co já?
- Je čas oběti jak v činu, tak v postu, modlitbě, čas zástupné modlitby, oběti. Křesťané jsou jako strážníci na hradbách Jeruzaléma. Je třeba víc chránit, nastoupit na hlídku, zacelit trhlinu. Je to duchovní boj pro pravé chlapy i pravé ženy, tady se nediskriminuje. Nevypadla ale oběť a zástupnictví nějak nejen z křesťanského slovníku, ale i ze života jako nějaký středověký relikv? Jak je tomu u mne? Život, jeho proud stojí na oběti (to ví každá maminka a nejen ona) a náš život na oběti Krista, který nás zve k účasti jako spolustvořitele a malé spoluvykupitele.

### Liturgie

To, že jsou zrušeny veřejné mše svaté je jistě těžké, ale je to výzva, abychom si skutečně uvědomili hodnotu Eucharistie. Abychom narušili svou rutinu, v níž se někdy „chození na mši

a k přijímání „mění“. A také abychom si uvědomili náš dosavadní komfort a uvědomili si situaci světové církve. Zejména v jižní Americe jsou oblasti, kde věřící mají mši 1x za 3 i více měsíců. Je samozřejmé, že se máme tak moc lépe? -

Můžeme si leccos ujasnit a těšit se na osobní přítomnost při mši svaté a využívat s díky možnosti techniky, médií. Díky za ně, Pane. Blaise Pascal, když nemohl k Eucharistii delší dobu ke konci života, řekl: „Když nemohu Krista přijímat jako Hlavu, budu Ho přijímat v jeho údech“ – myslel tím na službu chudým.

Zkrátka můžeme využít i tento čas a právě tento čas, výzvu koronaviru, pro sestup k základnímu, k obnově víry, toho, co je podstatné. Chválit děkovat, neboť to máme vždy a ve všem (viz i Cvičení vděčnosti ) a zkusit křesťansky renovovat svůj život podle výroku papeže Benedikta.

Poznámka:

Výzvou této doby bylo i napsat tento text velmi rychle, bez dlouhého pilování. Promiňte tedy nedostatky. Chci dát rychle, protože kdo rychle dává, dvakrát dává. Je to malá náhrada pro ty, kteří měli být na nějaké obnově se mnou i pro ostatní, komu by mohlo nyní posloužit.

Na stránkách Centra pro rodinný život Olomouc – v Poradenství jsou postupně uveřejňovány současně užitečné odkazy a také některé materiály. Bude tam i Cvičení vděčnosti.

V modlitbě

Jitka Dominika Krausová, OV

Olomouc AD 2020 -13.3.