

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Katedra pastorální a spirituální teologie

Ing. Františka Böhmová

**Pokora a zdravé sebevědomí
v životě současného člověka**

Diplomová práce

Vedoucí práce: Mgr. Marta Cincialová, Th.D.

Obor: Spirituální teologie

OLMOUC 2011

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jsem přitom jen uvedené prameny a literaturu.

V Ostravě dne 10. dubna 2011

Františka Böhmová

Děkuji především své rodině za trpělivost, prostor a čas ke psaní této práce. Dále vedoucí diplomové práce Mgr. Martě Cincialové, Th.D. za věcné připomínky. Velice vděčná jsem také ThLic. Václavu Tomiczkovi za vydatnou a ochotnou pomoc s technickou stránkou diplomové práce.

Obsah

Úvod	7
1 Antropologická východiska	9
1.1 Antropologie	9
1.2 Biblický základ	10
1.3 Člověk jako osoba	11
1.4 Jedinečnost a důstojnost osoby	13
1.5 Individualita a společenství	14
1.6 Svoboda a pokora	16
2 Pokora a její aktuálnost	18
2.1 Ctnosti a jejich základní rozdělení	18
2.1.1 Postavení pokory mezi ctnostmi	19
2.2 Pojem pokora	20
2.2.1 Síla pokory	21
2.2.2 Stupně a podoby pokory	22
2.3 Pokora Kristova	24
2.4 Pokora Mariina	26
2.5 Pokora dítěte Božího	27
2.5.1 Hřích a důvěra	27
2.5.2 Odvaha z pokory	28
2.5.3 Vděčnost, radost a veselost jako důsledek pokory	29
2.6 Falešná pokora	31
2.6.1 Vnější pokora, pohrdání sebou, snižování se	31
2.6.2 Slepota k obdarování, odmítání chvály	33

2.7 Pokora a bližní	34
2.7.1 Síla pokorné lásky	34
2.7.2 Nedokonalý bližní	36
2.7.3 Pokora a služba	37
2.7.4 Pokora a odpuštění	39
2.8 Potřeba pokory ve specifických oblastech	40
2.8.1 Pokorná modlitba	40
2.8.2 Pokorný přístup k Božímu slovu	41
2.8.3 Pokorný přístup k tajemství Eucharistie	42
2.8.4 Pokora jako zbraň proti ďáblu	43
2.8.5 Pokora v utrpení	44
2.9 Prostředky získání pokory	46
2.9.1 Sebepoznání	46
2.9.2 Modlitba	47
2.9.3 Pokořování	47
3 Pýcha jako hlavní nepřítel pokory	49
3.1 Pýcha vlastnická	50
3.2 Pýcha rozumová	51
3.2.1 Pocty	52
3.2.2 Rozum a víra	53
3.2.3 Pýcha vůle	53
3.3 Pýcha duchovní	54
4 Zdravé sebevědomí v dialogu s pokorou	57
4.1 Identita	57
4.2 Sebevědomí	59
4.2.1 Nízké sebevědomí	60
4.2.2 Sebeodmítání	61
4.2.3 Sebepřijetí	63

5 Nutnost hranic ve vztazích	66
5.1 Zákony hranic	67
5.2 Milost a pravda	69
Závěr	71
Prameny	73
Literatura	74
Seznam zkratek	78

Úvod

Osmým rokem se zabývám přednáškovou činností. A právě přednáškou *O pokoře a pýše* jsem tuto činnost s bázní před Bohem i před lidmi otvírala. Dodnes v tom vidím jasné Boží vedení. Téma jsem tenkrát dostala zadané, zpracovávala jsem ho velice dlouho, přemýšlela jsem nad ním, modlila se, četla, snažila se ho žít... A právě tomuto tématu vděčím za odvahu pouštět se do dalších nových zadání a nabízet Bohu své schopnosti a obdarování k použití pro druhé. Vzhledem k nízkému sebevědomí a výrazně introvertní povaze mi nic nemohlo lépe posloužit než právě rozjímání nad pokorou a pýchou.

Později jsem měla v rámci víkendové duchovní obnovy pro ženy mluvit a sdílet se k tématu *O zdravém sebevědomí*. Překvapilo mě, jak aktuální téma to je, jak mnoho lidí zápasí celý život s nemocným sebevědomím, se sebeúctou a s čím vším to souvisí. V praxi jsem si uvědomila, že pokora a zdravé sebevědomí jsou jako sourozenci, kteří k sobě nerozlučně patří a rostou spolu. Kde jen to šlo, hovořila jsem nejprve o pokoře a pýše a následně o zdravém sebevědomí jako o dvou stranách téže mince. Velice se mi to osvědčilo a živé reakce posluchačů mě utvrdily v tom, že jsem na správné cestě. Záměrně používám výraz „na cestě“, protože spojení těchto dvou tématických celků je pro mě neustálou dynamickou výzvou, se kterou zdaleka nejsem hotová.

Pojem „pokora“ najdeme v Bibli a v duchovní literatuře velice často a má klíčový význam pro duchovní zrání člověka ve vztahu k Bohu, k sobě i k ostatním lidem. Nenajdeme ho ale ve slovníku našich současníků, kteří se k Bohu nehlásí... Slovo „pokora“ je v sekularizované společnosti vnímáno jako slovo vyčpělé, zastaralé, nehodící se do dravého světa, ve kterém žijeme, a kde se preferují opačné tendence. Naopak pojem „zdravé sebevědomí“ je pojem moderní, skloňovaný např. ve spojení s asertivitou velice hojně, nicméně v Bibli ho v tomto znění nenajdeme.

Použila jsem při práci osvědčený metodický postup, který spočíval nejprve ve shromáždění podkladů a jejich studiu, v třídění faktů a opětovném posuzování

problematiky a struktury práce, a v následném shrnutí dílčích poznatků. Tuto metodu bych stručně charakterizovala jako analyticko – syntetickou.

Chtěla bych se v této práci nejprve dotknout *antropologie* jako východiska pro dané téma. Pokorou a zdravým sebevědomím se budu zabývat odděleně; *pokorou* a jejím protipólem – *pýchou* - na základě Bible a křesťanské literatury staré i současné, kde mi nejde o to zabývat se do hloubky všemi autory, kteří o pokoře psali, ale spíše mě zajímá hledisko praktičnosti a srozumitelnosti uchopení ctnosti pokory pro člověka žijícího v dnešní době. Jak zdravé sebevědomí souvisí s pokorou a proč je pro křesťana důležité se chci zamyslet na základě literatury z oblasti psychologie a některých současných křesťanských autorů. Podstatné by mělo být praktické propojení těchto dvou zdánlivě protichůdných oblastí, ke kterému bych se chtěla aspoň trochu přiblížit v celé práci a zvláště v kapitole o *hranicích*, kde se podíváme na využití pokory a zdravého sebevědomí současně ve vztazích k druhým lidem. Zde je pro mě klíčová otázka, jak být pokorný a zároveň nedovolit druhému toho sobecky zneužívat či mu dokonce svým pokorným přístupem bránit v osobnostním růstu.

Cílem práce je tedy přenést ctnost pokory ze zdí „klášterních“ do našich zdí „panelákových“ a pochopit, co pokora je a co není a jak ji dnes žít se zdravým sebevědomím, tj. se zdravým vztahem k Bohu, k bližním i k sobě. Cíleně jsem vynechala pohled na pokoru v různých asketických knihách reprezentovaných populárním *Následováním Krista* Tomáše Kempenského, který spočívá v pohrdání sebou, v umělém snižování se a stavění se zásadně na poslední místo v řadě. I když konkrétně z této knihy mnoho citací používám, interpretaci tohoto postoje vynechávám. Ze zpracování tématu o zdravém sebevědomí, přesněji o sebeodmítání, a také z kapitoly o falešné pokoře vyplývá odůvodněnost tohoto kroku.

1 Antropologická východiska

Pokud máme v této diplomové práci v úmyslu hovořit o tématu pokory a sebevědomí, je bezpodmínečně důležité stanovit potřebná východiska. Pojmy pokora nebo sebevědomí se vztahují k termínu osoby, která se stává jednotícím a zároveň přesahujícím zastřešením pro oba předchozí.

1.1 Antropologie

Při popisu a snaze o přiblížení pojmu osoby napomáhá vědecká disciplína antropologie, jež je vědou o člověku, lidské společnosti, kultuře a lidstvu obecně. Bývá rozdělována podle způsobu přístupu k tématice na několik typů.

Fyzická antropologie zkoumá hmotnou stránku člověka a to ne pouze anatomicky, ale včetně funkčních souvislostí a vývoje jak jedince (ontogeneze) tak druhu (fylogeneze).

Antropologie kulturní a sociální se zaměřuje na studium kultur, rituálů, mýtů, ale také na vznik a vývoj institucí či výzkum okrajových skupin, menšin nebo subkultur v dané kulturní a sociální oblasti.¹

Předchozí vyjmenovaná pojetí vyhovují spíše požadavku exaktních věd, ovšem pokud bychom měli v úmyslu sestoupit více do hloubky pojetí osoby jako takové, je důležité zaměřit se na antropologii filozofickou. Ta si pokládá základní otázku: „Co je člověk?“ a konkrétně potom tři podotázky, které formuloval Imanuel Kant: „Co mohu vědět?“, „Jak mám jednat?“ a „V co mám doufat?“² Takto formulované tázání jde ke kořeni člověka jako osoby a v různých kulturách, společenských oblastech i náboženských systémech poskytuje dostatečný prostor pro rozvíjení dalšího přemýšlení o člověku.

Pro křesťany je však podstatný ještě jeden prvek. Nežijeme ve světě sami pro sebe, neprožíváme skutečnosti jen v nahodilém sledu a tak ani témata týkající se člověka nezůstávají jen na horizontální rovině. Křesťan si klade stejné otázky, jaké již byly nastíněny Kantem, ovšem s tím podstatným rozdílem, že si je

¹ Srov. J. B. Lotz. Antropologie. In W. Brugger. *Filosofický slovník*. s. 66.

² Srov. H. J. Störig. *Malé dějiny filozofie*. s. 450.

pokládá jako člověk stojící před Bohem. Teologická antropologie je proto součástí systematické teologie a souvisí s tématy: stvoření, hřích, vykoupení skrze Ježíše Krista, Boží milost, svatost, eschatologie. Jejím východiskem je stvořenost jako dispozice otevřenosti vůči Bohu.³

Zcela obecně se dá říci, že člověk, který si vytváří obraz sám o sobě, vytváří si tak antropologický názor, který je nejen základem všeho filozofického tázání, ale tvoří i základ lidského jednání vůbec. Způsob, jakým chápe člověk sám sebe, se totiž následně projeví i v tom co dělá.⁴

1.2 Biblický základ

Jestliže hledáme základ křesťanského přístupu k člověku a tedy i k tématice pokory a sebevědomí, je nutné vzít do rukou Písmo svaté, a začít se hned do prvních veršů knihy Genesis, kde nacházíme zprávu o stvoření světa a člověka.

Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil. (Gn 1,27)

I vytvořil Hospodin Bůh člověka, prach ze země, a vdechl mu v chřípí dech života. (Gn 2,7)

Tento klíčový text je směrodatný pro naše veškeré další tázání v problematice, kterou se tato diplomová práce zabývá – v tázání po člověku ve svém vztahu k Bohu i ke druhým lidem. Ve výše uvedených citátech jsou zřejmá tři ohniska: prvním je stvořenost člověka k obrazu Božímu, druhým stvořenost z prachu země a třetím stvořenost jako muže a ženy.

Člověk nevznikl náhodně, ale je Bohem chtěný a milovaný. „Lidská osoba, obdařená duchovou a nesmrtelnou duší, je jediný tvor na zemi, kterého Bůh chtěl pro něj samého. Již od svého početí je určena pro věčnou blaženost.“⁵ Uvědomění si stvořenosti podle Božího obrazu pomáhá jedinci, aby měl

³ Srov. K. Rahner. H. Vorgrimler. *Teologický slovník*. s. 18.

⁴ Srov. H. J. Störig. *Malé dějiny filozofie*. s. 450.

⁵ KKC 1703.

patřičnou sebeúctu vycházející z lidské důstojnosti a přinášející svobodu a odpovědnost v rozhodnutích i jednáních. Stvoření z prachu země zas upozorňuje na pokoru, kterou má mít tvor před svým Stvořitelem⁶, uvědomění si hranic svobody i odpovědnosti a také vděčnosti za dar života a konkrétního povolání ve světě.

Stvoření člověka jako muže a ženy odkazuje k tématu pokory, ovšem z jiného úhlu pohledu, tentokrát pokory před druhými, poukazuje na vztahy mezi lidmi charakterizované vzájemnou úctou a snahou o komunikaci postojů a hodnot, bez nichž by byl život na zemi nejen ztížen, ale dokonce by nemohl jako takový existovat vůbec, jelikož člověk má v sobě rozměr jak vztahový, tak i společenský.⁷

1.3 Člověk jako osoba

S pojmem osoby se setkáváme ve filozofickém a náboženském tázání už od antiky. Původně osoba (persona) znamenala masku herce, který hrál určitou (tragickou či komickou) roli v antickém divadle. Pojem osoby je tedy úzce spojen s tématy jedinečnosti osobnosti, sociální role, povolání Bohem a podobně. Hodně zde záleží na konkrétních filozofických školách, které kolísají mezi individualismem a kolektivismem, existencialismem a integralismem.⁸

Křesťanství jasně deklaruje, že osoba není redukovatelná ani na absolutní individualitu, která by se stala měřítkem všech věcí, postojů a činů, ovšem nelze ji omezit ani na pouhou součást vyššího celku.⁹ Oproti přirozenosti, jež bývá chápána jako jednota určité skupiny bytostí nebo jednota uvnitř jedince, má osoba svou jedinečnost a neopakovatelnost¹⁰, uskutečňuje se v čase, je historicky vymezena. Když pak hovoříme o člověku, je nutné, abychom měli na mysli vždy konkrétního jedince. Nemůžeme hovořit o lidské důstojnosti, pokoře, úctě

⁶ V mnoha evropských jazycích vychází slovo pokora ze základu „humus“ (hlína), což v člověku evokuje, že i on má něco společného s hlínou, prachem země. V liturgii Popeleční středy to vyjadřujeme slovy: „Prach jsi a v prach se obrátíš.“ Připomínáme si tak křehkost své pozemské existence, skutečnost, že nemáme život sami ze sebe.

⁷ Srov. *Kompendium sociální nauky církve*. 110.

⁸ Srov. J. B. Lotz. *Osoba*. In W. Brugger. *Filosofický slovník*. s. 293.

⁹ Srov. K. Rahner. *Dynamický prvek v církvi*. s. 46.

¹⁰ Srov. *Kompendium sociální nauky církve*. 131.

a sebeúčtě bez toho, abychom hovořili o konkrétní osobě. V opačném případě totiž budeme neustále abstrahovat.¹¹

Být osobou tedy znamená sebevlastnění subjektu jako takového ve vědomém a svobodném vztahu ke skutečnosti jako celku a k jejímu nekonečnému základu, Bohu. Schopnost člověka jako takového být osobou je přitom přirozeně uskutečnitelná jen v konkrétní tělesnosti, v dějinném zde a nyní, v dialogu s jiným „ty“... Tato ontologická skladba člověka je základem pro jeho věčnou platnost, dialogický vztah k Bohu, povolání k nadpřirozenému cíli, důstojnost a nesmrtelnost, i pro absolutní povahu mravních hodnot.¹²

Na otázku „Co je tvá osoba?“ nemohu odpovědět: „Je to mé tělo, má duše, můj rozum, má vůle, má svoboda, můj duch.“ To vše ještě není osoba – je to spíše její látka... Jde o něco jiného: o to, že osoba se realizuje právě v tom všem.¹³

V dějinách církve a také v závislosti na vlivu západní či východní spirituality se setkáváme s odlišným kladením důrazů při vnímání člověka. Západní křesťanská teologie zdůrazňuje spíše přirozenost, což se projeví na větší míře zobecňování v první fázi (budování Evropy na bázi „přirozených“ zákonů), ve druhé fázi to však vede ke stále intenzivnějšímu volání po právech jednotlivců a z toho vyplývající individualizaci.¹⁴

Východní křesťanství je naopak více spojováno s osobou a vnímáním v její komplexnosti a zároveň jedinečnosti i neopakovatelnosti. Proto také tak často hovoří o srdci, které není chápáno v rovině emotivní a exaltované, ale jako jednotící prvek osoby. Idea člověka neexistuje, jelikož člověk není pojmem, ale osobou. Proto může být srdce sjednocujícím jádrem člověka, který je duchovní, protože má účast na životě Ducha svatého v jeho nitru.¹⁵ Také v biblických příbězích nacházíme vždy konkrétní lidi, konkrétního člověka a jeho životní příběh prožívaný před konkrétním Bohem. Z konkrétnosti totiž vyrůstá přátelství, člověka uspokojují nikoli abstraktní pojmy, ale osobní vztah s druhým.¹⁶

¹¹ Srov. T. Špidlík. Člověk, agapická osoba. In T. Špidlík. M. I. Rupnik. *Nové cesty pastorální teologie*. s. 204.

¹² K. Rahner. H. Vorgrimler. *Teologický slovník*. s. 225.

¹³ R. Guardini. *Svět a osoba*. s. 106.

¹⁴ Srov. T. Špidlík. Člověk, agapická osoba. In T. Špidlík. M. I. Rupnik. *Nové cesty pastorální teologie*. s. 207.

¹⁵ Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 18.

¹⁶ Srov. T. Špidlík. Člověk, agapická osoba. In T. Špidlík. M. I. Rupnik. *Nové cesty pastorální teologie*. s. 223.

1.4 Jedinečnost a důstojnost osoby

Jak již bylo uvedeno výše, jakékoli mluvení o člověku jako osobě je zakořeněno ve stvoření k obrazu a podobě Boží. Z tohoto biblického základu pak také vycházíme při uvažování o lidské jedinečnosti a důstojnosti, které se mu dostalo stvořením a bylo dovršeno Kristovým vykupitelským dílem (srov. 1Jan 3,1).

Křesťané, uznávající ve víře svou novou důstojnost, jsou povoláni, aby se od nynějška chovali tak, jak to odpovídá Kristovu evangeliu. Svátostmi a modlitbou přijímají Kristovu milost a dary jeho Ducha, které je k tomu uschopňují.¹⁷

Uvědom si, křesťane, svou důstojnost. Stal ses spoluúčastným na božské přirozenosti, nevracej se tedy hanebným chováním do starého ponížení. Nezapomínej, jaké hlavy a jakého těla jsi údem. Pamatuj, žeš byl vyrván z moci temnot a přenesen do světla království Božího.¹⁸

Boží obraz v člověku odkazuje na skutečnost, že jedinec je obdařen duchovou a nesmrtelnou duší, která tvoří jednotu se stvořeným tělem. Člověk je tedy jednotou duše a těla, proto má za úkol prohlubovat vztah ke svému Tvůrci, jehož láska je jedinou příčinou naší důstojnosti¹⁹, na druhé straně ovšem nesmí pohrdat tělesným životem, je totiž povinen považovat své tělo, které mu bylo svým způsobem dáno jako dar a úkol, za hodné úcty (srov. GS 14).

Pastorální konstituce II. vatikánského koncilu o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes* poukazuje na tři podstatné složky člověka, v nichž se projevuje nejvíce jeho důstojnost.

V první řadě se jedná o lidský rozum, jenž zprostředkovává podíl na světle božské mysli, inteligence je schopna proniknout ke kořenu věcí, hledat příčiny, předvídat důsledky. Rozumová přirozenost je však zdokonalována skrze moudrost, která pomáhá hledat pravdu a dobro, pomáhá integrovat poznatky do celku vědění a především lidských postojů (srov. GS 15). Další složkou odlišující člověka od ostatního stvoření a tak poukazující na jeho důstojnost je svědomí, vnitřní hlas, jehož prostřednictvím si jedinec uvědomuje zákon, který má ve

¹⁷ KKC 1692.

¹⁸ KKC 1691.

¹⁹ Srov. KKC 356.

svém srdci vepsaný samým Bohem (srov. GS 16). Nakonec dokument koncilu poukazuje na důstojnost svobody jako daru Boha člověku, protože osoba může dosahovat dobra pouze svobodně. „Bůh chtěl člověka ponechat v jeho rozhodování, aby svého Stvořitele sám hledal a přimknutím k němu dospěl k plné a oblažující dokonalosti.“ (srov. GS 17) Jelikož je téma svobody natolik spojeno s pokorou a sebeúctou, budeme se mu věnovat v samostatné podkapitole.

1.5 Individualita a společenství

V této podkapitole se chceme hlouběji zaměřit na druhou část citovaného úryvku První knihy Mojžíšovy. Člověk jako osoba je totiž také stvořen jako „muž a žena“ (srov. Gn 1,27), není na světě nikdy jen jaksi sám za sebe, ale utváří vztahy, žije společenství. Do jaké míry je ovšem začleněn a skutečně se stává článkem společnosti, jak dalece je včleněn do vyššího celku, a do jaké míry zůstává stále sám sebou? Tato otázka byla v dějinách více nebo méně často pokládána a také na ni bylo odpovídáno podle toho, zda tazatel měl blíže k individualistickému nebo kolektivnímu pojetí osoby. Najít zlatý střed či spíše rovnováhu mezi těmito dvěma extrémy, tak jak ji musíme hledat v jednotlivých situacích, není vždy snadné. Vodítkem může být tvrzení, které nacházíme v Kompendiu sociální nauky církve:

Osobu nelze nikdy myslet výhradně jako absolutní individualitu, která by vyrostla sama ze sebe a stála na sobě samé, jako kdyby její vlastní charakteristiky nezávisely na ničem jiném nežli na ni samotné. Není možné ji pojímat ani jako pouhou buňku organismu, který by byl nanejvýš ochoten uznat pouze její funkcionální roli uvnitř nějakého systému.²⁰

Z výše citovaného je zřejmé, že člověk není ani absolutní individualitou, ani pouhou bezvýznamnou buňkou celku, ale tyto charakteristiky se navzájem prolínají a doplňují.

Člověk nemůže být pouhým případem obecného „lidstva“ a víme z dějin, že takováto pojetí lidské osoby vedla nejen k totalitářským různého druhu, ale také například k pragmatickému využívání „lidského potenciálu“ v pracovním procesu, jenž si často také nezadá s totalitním přístupem. Romano Guardini proto

²⁰ *Kompendium sociální nauky církve*. 125.

popisuje osobu jako toho, kdo „ve své vlastní existenci nemůže být vlastněn žádnou jinou instancí, nýbrž patří sám sobě.“²¹ Může se sice stát, že pracuji v nějakém zničujícím systému (například v neosobní pásové výrobě), ale to, co se zde používá, je jen můj výkon, nikoli já celý jako osoba. Proto zůstává otázkou, do jaké míry si člověk i v tomto systému může vytvořit prostor pro vlastní důstojnou existenci.²²

Ještě důrazněji toto zmiňuje Karl Rahner, když tvrdí, že už sám fakt, že stojím „vedle“ druhého, mám u něj „místo“ odkazuje na mou jedinečnost a nezaměnitelnost. Jednotlivé není jen podílem na obecném, jelikož bychom takto popřeli základní pilíř křesťanství, totiž že Bůh se sklání ke každému člověku a má s každým zcela jedinečný vztah.²³ Pouhé skupinové myšlení, jednání apod. by pak bylo proti svobodě jednotlivce rozhodnout se pro Boha nebo proti němu.²⁴

Neméně důležitým se ovšem také stává pohled na společenský rozměr člověka, jelikož jedinec nežije v izolaci od ostatních, ale je utvářen vzájemnými vztahy.

Lidská osoba potřebuje společenský život, který není jen něco přidaného, nýbrž je to požadavek její přirozenosti. Člověk rozvíjí své možnosti stykem s ostatními, vzájemnými službami a rozhovorem s bratřími a tak odpovídá na své povolání.²⁵

Společnost je souhrn osob organicky spojených jednotícím principem, který každou z nich přesahuje. Společnost, jako shromáždění viditelné a zároveň duchovní, trvá v čase: je dědičkou minulosti a připravuje budoucnost. Díky ní se každý člověk stává „dědicem“ a dostává „hřivny“, které obohacují jeho osobnost a které mají přinášet plody. Právem má být každý oddán společenství, k němuž přísluší, a má si vážit představitelů pověřených starat se o obecné dobro.²⁶

Církev vždy velmi pevným a jasným způsobem hlásala potřebu společenství pro rozvoj jedince a odvolávala se na četné biblické texty o společenství s Kristem i na dějiny, v nichž se prolíná jak důležitost jednotlivce, tak i potřeba komunity (v různém smyslu slova), ovšem vždy s důrazem na to, že

²¹ R. Guardini. *Svět a osoba*. s. 101.

²² Srov. tamtéž. s. 102.

²³ Srov. KKC 50.

²⁴ Srov. K. Rahner. *Dynamický prvek v církvi*. s. 46.

²⁵ KKC 1879.

²⁶ KKC 1880.

„lidská osoba je a musí být počátkem, nositelem i cílem všech společenských institucí, neboť má přirozenou potřebu žít společensky“ (GS 25).

1.6 Svoboda a pokora

Pokud hovoříme o pokoře a zdravém sebevědomí jako o hlavním tématu této diplomové práce a vztahujeme tyto pojmy do širšího kontextu osoby a její důstojnosti, která je dána ze stvoření k Božímu obrazu a podobě a naplněna Ježíšem Kristem, pak se dříve nebo později musíme dostat k pojmu svobody.

Svobodu je potřeba chápat širěji než jen z úhlu osvobození se od (často pouze domnělých) závislostí či z úhlu výběru mezi možnostmi. Z křesťanského pohledu je správná ta svoboda, která v jeho zaměření na Boha rozvíjí lidský potenciál (srov. Mt 25,14-30).

Svoboda je mohutnost, zakořeněná v rozumu a ve vůli jednat nebo nejednat, udělat to či ono a tak sama od sebe konat vědomé skutky. Díky svobodné vůli rozhoduje každý sám o sobě. Svoboda je v člověku silou umožňující růst a zrání v pravdě a dobru. Svoboda dosahuje své dokonalosti, když je zaměřena na Boha, který je naší blažeností.²⁷

Dokud není svoboda definitivně zakotvena ve svém posledním dobru, kterým je Bůh, zahrnuje možnost volit mezi dobrem a zlem, a tedy růst v dokonalosti, anebo selhat a hřešit. Svoboda charakterizuje skutky ve vlastním slova smyslu lidské a stává se zdrojem chvály nebo hany, zásluhy nebo viny.²⁸

Čím více člověk koná dobro, tím více se stává svobodným. Není opravdové svobody, leč ve službě dobra a spravedlnosti. Zvolit neposlušnost a zlo je zneužitím svobody a vede k „otroctví hříchu“.²⁹

Svoboda člověka tedy předpokládá zralost osobnosti schopné využívat správným způsobem možnosti, které se jí naskytují. Emancipační hnutí vytvořilo neskutečně velký prostor pro možnosti lidského uplatnění v různých oblastech života, ovšem štěstí jako takové nemůže poskytnout. Svoboda sice umožňuje osobní rozvoj, ale samotná realizace je již na člověku. Nenaplněný svobodný prostor se stává vakuem, v němž poletují jednotlivé nabídky a nevyzrálý jedinec může snadno podlehnout „masovosti“, tedy střednímu, nevýraznému proudu,

²⁷ KKC 1731.

²⁸ KKC 1732.

²⁹ KKC 1733.

jímž se nechá unášet někam, kde naplnění stejně nenajde. Osobní rozvoj je nám umožněn, ovšem jeho uskutečnění už opravdu záleží na nás samých.³⁰

Jen osobě, která za něco stojí a za něčím jde, je svoboda k něčemu, a jen osoba si jí dovede také vážit. Na druhé straně i svobodná společnost potřebuje osoby, a to přinejmenším ve trojím ohledu. Předně proto, aby se o ni postaraly a aby ji bránily... Za druhé je potřebuje proto, aby dobře naplňovaly připravený prostor, který jinak zaroste plevelem... Za třetí potřebuje společnost chytré a odvážné osoby k tomu, aby se dívaly dál, kam už stát a politika nedohlédne.³¹

Správně pojatá svoboda má tedy co do činění s nesobeckou láskou, pravou extází, vycházející v trvalém putování z *Já* uzavřeného do sebe, směrem k jeho osvobození v sebedarování a tím k opětovnému nalezení sebe i Boha.³² Ježíš takto popisuje i své vlastní putování skrze kříž ke zmrtvýchvstání, jako putování pšeničného zrna, které hyne v zemi, aby přineslo hojnější užitek (srov. Jan 12,24).

³⁰ Srov. J. Sokol. *Filosofická antropologie*. s. 197.

³¹ J. Sokol. *Filosofická antropologie*. s. 198.

³² Srov. Benedikt XVI. *Deus caritas est*. 6.

2 Pokora a její aktuálnost

Tato kapitola bude pro nás stěžejní, proto i nejobsáhlejší. Pokora jde podobně jako další rysy skutečné lásky proti proudu naší kultury. Je v rozporu s její sobeckou mentalitou.³³ Cílem je ukázat zásadní význam a praktičnost pokory pro život křesťana v této době, udělat jí jakousi reklamu. Budeme se zabývat pohledem na pokoru z různých úhlů, zamyslíme se nad pokorou Kristovou, nad falešnou pokorou i nad způsoby, jak lze pokoru získat. Nejprve se ale podíváme na postavení pokory v rámci ostatních ctností.

2.1 Ctnosti a jejich základní rozdělení

Ctnost³⁴ výstižně vyjadřuje termín „pozitivní deviace“. Rozumí se tím odchylka od normálu směrem k tomu, co je považováno za výrazně pozitivnější, eticky hodnotnější, kladnější.³⁵ „Ctnostnému jednání nejde jen o udržení základní úrovně slušnosti, nutné pro lidské spolužití, nýbrž o čest a svědomí, o dobré a ještě lepší jednání, které oslovuje a přitahuje, strhává k napodobení.“³⁶

Ctnost je trvalá a pevná dispozice konat dobro. Dovoluje člověku nejen konat dobré skutky, nýbrž i vydávat ze sebe to nejlepší. Ctnostná osoba všemi svými smyslovými i duchovními silami směřuje k dobru, hledá je a volí v konkrétním jednání.³⁷

Lidské ctnosti jsou pevné postoje, ustálené sklony, trvale nabyté dokonalosti rozumu a vůle, které řídí naše skutky, vnášejí řád do našich vášní a usměrňují naše chování podle rozumu a víry. Jejich plodem je snadnost, sebeovládání a radost při úsilí o mravně dobrý život. Ctnostný člověk je ten, který svobodně koná dobro.³⁸

Naivní je ovšem člověk, který si myslí, že poznáním rozumu a vůlí je schopen získat a udržet si ctnosti, které nás dovedou k nadpřirozenému cíli, ke svatosti. Bez Boží milosti je to nemožné.

³³ Srov. G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 125.

³⁴ Český výraz ctnost souvisí se slovesem *ctíti*. Latinské *virtus* je od slova *vir*, muž, značí tedy původně mužnost, vlastnosti, které obdivujeme u mužů. Stejnou etymologii má i řecké *andreia*, statečnost. Ctnost se však v řečtině všeobecně nazývá *arete*, něco, co vyniká, budí úžas. Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 166.

³⁵ Srov. J. Křivohlavý. *Psychologie smysluplnosti existence*. s. 127.

³⁶ J. Sokol. *Filosofická antropologie*. s. 181.

³⁷ KKC 1803.

³⁸ KKC 1804.

Pro člověka zraněného hříchem není snadné uchovat mravní rovnováhu. Dar spásy, který nám udělil Kristus, nám dává nezbytnou milost, abychom neustále usilovali o ctnosti. Každý musí stále prosit o tuto milost světla a síly, přijímat svátosti, spolupracovat s Duchem svatým, jednat podle jeho nabádání, milovat dobro a vystříhat se zla.³⁹

V mravním životě mají stěžejní funkci čtyři ctnosti,⁴⁰ které se nazývají *základní* neboli *kardinální*. Jsou to: moudrost, spravedlnost, statečnost a mírnost. Všechny ostatní ctnosti jsou seskupeny okolo nich.⁴¹

Užívá-li člověk správně rozumu, pěstuje ctnost moudrosti. Dovede-li na správném místě uplatnit svou vznětlivost, projevuje statečnost. Ovládá-li svou požívačnost, uskutečňuje ctnost uměřenosti, umírněnosti. Není však snadné poznat, kdy a jak má která z těchto ctností vystoupit do popředí. Proto je nutná i čtvrtá základní ctnost, spravedlnost. Jejím úkolem je uvádět všechno jednání v rovnováhu.⁴²

Kořen lidských ctností je v *božských ctnostech*, které jsou duší mravního jednání křesťana, pronikají a oživují všechny mravní ctnosti. Bůh je vlévá do duše věřících, aby byli schopni jednat jako jeho děti a růst pro věčný život. Božskými ctnostmi jsou víra, naděje a láska.⁴³

„Vírou totiž máme účast na poznání samého Boha, naděje se opírá o jistotu Božích příslibů, láska je Bůh sám.“⁴⁴

2.1.1 Postavení pokory mezi ctnostmi

V předešlém rozdělení jsme zatím na ctnost pokory nenarazili. Apoštol Pavel ve svém výčtu plodů Ducha svatého staví vedle sebe pokoru a víru (srov. Gal 5,22-23). Obě tyto ctnosti jsou totiž spojeny v postoji člověka před Bohem, podřízeného milosti a důvěřujícího slovu Božímu. Svatý Silván preferuje dar pokory jako klíč k obdržení i uchování milosti v srdci. Tvrdí, že ostatní asketické prostředky jako půst, mlčení, zdrženlivost a bdění nám pomáhají, ale opravdová síla je v pokoře, která je cílem tohoto zápasu.⁴⁵ Místo pokory mezi ostatními ctnostmi odkrývá příklad růstu stromu nebo stavby domu, jak píše Tomáš Špidlík: „Nestačí jen mířit do výšky. Čím vyšší dům stavíme, tím hlubší musíme

³⁹ KKC 1811.

⁴⁰ Toto rozdělení má základ v psychologické struktuře člověka. Vypracoval ho Platón ve svém *Státu*. Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 171.

⁴¹ Srov. KKC 1805.

⁴² T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 172.

⁴³ Srov. KKC 1813.

⁴⁴ T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 173.

⁴⁵ Srov. K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s.195.

kopat základy. Čím výše se má pnout koruna stromu do vrchu, tím hlouběji musí strom zapustit kořeny do země. Základ a kořen dokonalosti je pokora.⁴⁶

Samozřejmě exkluzivní postavení mezi ctnostmi má láska, jak o tom nádherně svědčí sv. Pavel ve své Velepísni lásky (srov. 1 Kor 13). Můžeme si představit všechny ctnosti, jak tvoří stěny krásného kalichu. Životodárná tekutina, která mu dává smysl, je láska. Pokora je však dno kalicha. Čím je dno hlubší, tím víc lásky lze nabrat.

2.2 Pojem pokora

Začneme trochu netradičním významem slova pokora, *humilitas*. Vyjdeme ze slovního základu *humus*, což je vlastně ani ne tak země jako hlína či prach, jako spíše úrodná půda. Zrovna tak pokora je nepostradatelným substrátem pro celý náš duchovní život i pro ostatní ctnosti právě proto, že vytváří v srdci prázdné místo, aby Bůh mohl vstoupit.⁴⁷

Následující citace se dívají na pokoru z různých úhlů:

Pokora je způsob bytí a navazování vztahů. Charakterizuje člověka podle toho, jak hodnotí a chápe sebe a jaký postoj zaujímá k světu a k Bohu. Je to antropologický rozměr a utváří se podle zaměření toho, kdo ji prožívá, a podle kontextu, do něhož je postaven.⁴⁸

Pokora je „cesta“, pedagogika zvolená Bohem a člověk se jí musí na své cestě podřídít. Události a konfliktní situace, které jsou pro něho zkouškou, patří do tajemného plánu, ve kterém musí přijmout sám sebe, nechat se uchvátit, svěřit se bezmezně a bezvýhradně, ve svobodě a lásce.⁴⁹

Pokora je krása, síla a ctnost pravdivého života, který reálně respektuje sebe, Boha i lidi. Pokora je vždycky láskou a službou. Proto je pokora začátkem i uskutečněním opravdového následování Ježíše Krista.⁵⁰

Pokora a duchovní dětství představují ducha evangelia. Není pro pár vyvolených, jako např. pro sv. Terezií z Lisieux, ale je povinná od doby, kdy Ježíš vzal za ruku dítě, postavil je mezi dospělé, kteří se mezi sebou přeli o postavení a velikost a řekl, že jistě nevejdou do Božího království, nebudou-li jako děti (srov. Mt 18,3). Nejde o nějakou zvláštní spiritualitu či o preferenci této

⁴⁶ T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 251.

⁴⁷ Srov. A. Surožskij. *V jámě lvové*. s. 18.

⁴⁸ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiores. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 644.

⁴⁹ Tamtéž. s. 649.

⁵⁰ A. Honek. *Žiji ve víře v Syna Božího*. s. 103.

ctnosti, ale bez vnitřního postoje chudoby před Pánem není člověk schopen přijmout radostnou zvěst, přijmout spásu.⁵¹

Pro sv. Silvána „modlit se o pokoru, o Boží milost nebo o Ducha svatého je vlastně totéž, protože jedinou překážkou pro příchod Ducha svatého je hřích, jehož základem je pýcha.“⁵² Tentýž světec slovem i životem vyznává:

„Duchovní dětství spočívá ve dvojím postoji, v pokoře a ve vědomí, že jsme děti Boha Otce, což s sebou nese bezmeznou důvěru.“⁵³

2.2.1 Síla pokory

Podvědomě se bojíme pokoru žít, může se nám zdát, že je slabá a pasivní. Je to však ve skutečnosti ta největší síla na světě. Svazuje to, co se zlomilo; obměkčuje i to nejtvrďší srdce; zvítězí nad každým nepřítelem. Nic se nevyrovná úžasné síle milující pokory.⁵⁴

Sv. Pavel nás provokuje svým zdánlivě absurdním tvrzením o síle pokory: *Vždyť právě když jsem slabý, jsem silný. (2Kor 12,10)*

Další smělé tvrzení o síle pokory najdeme ve *Františkánských pramenech*: „Všechny velké a dobré věci, ke kterým dochází na tomto světě, mají původ z ponížení hlavy, to je z pokoření mysli.“⁵⁵

Projevíme-li slabost, můžeme tím kupodivu někoho obdarovat. Naše slabosti se opravdu mohou stát naší silou, pokud na ně hledíme pokornýma očima.⁵⁶ Důkazem toho je nám sv. Terezie z Lisieux se svým dětsky prostým a přitom hlubokým příměrem o ptáčeti:

Ježíši, jak je tvé ptáče šťastné, že je slabé a maličké! Co by se z něho stalo, kdyby bylo veliké?... Nikdy by nemělo odvalu objevit se v tvé přítomnosti, podřimovat před tebou... Ano, je to zase slabost ptáčete; když chce upírat zrak na božské Slunce a když mu mraky brání uvidět jen jediný paprsek, zavřou se mu proti jeho vůli očka, hlavička se schoulí pod křídélko a ubohý tvoreček usne, a domnívá se, že pořád upírá zrak na svou milovanou Hvězdu. Když se probudí, nermoutí se, jeho srdéčko zůstává v pokoji. Znovu začne svou službu lásky... Tak dlouho, jak budeš chtít, můj Miláčku, zůstane tvé ptáče bez síly a bez

⁵¹ Srov. K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 274.

⁵² Tamtéž. s. 200.

⁵³ Tamtéž. s. 273.

⁵⁴ Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 43.

⁵⁵ *Františkánské prameny*. s. 780.

⁵⁶ G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 128.

křidel... Jednoho dne, jak doufám, velebný Orle, přijdeš pro své ptáče a vrátíš se s ním do Ohniska Lásky.⁵⁷

Berme výše napsané jen jako předzvěst síly pokory. V podstatě celé další pojednání bude tuto myšlenku aktualizovat a prohlubovat v různých pohledech a polohách, abychom se s ní dokázali ztotožnit.

2.2.2 Stupně a podoby pokory

Sv. Ignác z Loyoly ve svých *Duchovních cvičeních* rozlišuje tři způsoby pokory:

První způsob pokory je nutný pro věčnou spásu, že se totiž tak ponížím a pokořím, jak je mi to jen možné, abych ve všem poslouchal Boží zákon.

Druhý způsob je dokonalejší pokora než první, když se totiž nacházím v takovém vnitřním stavu, že si nepřeji a netoužím více po bohatství než po chudobě, po cti než nevážnosti, po dlouhém než krátkém životě, jestliže je to stejnou službou Bohu, našemu Pánu a dosáhnou tak spásy své duše.

Třetí je nejdokonalejší pokora, když totiž volím a chci raději chudobu s chudým Kristem než bohatství, potupy s Kristem potupeným než čest, a toužím raději po tom, abych byl považován za pošetilce a blázna pro Krista, který jako první byl za takového považován, než za moudrého a rozumného v tomto světě.⁵⁸

Sv. Benedikt ve své *Řeholi* popisuje dvanáct stupňů pokory na příměru žebříku. Pro naše účely – totiž přiblížit pokoru současnému člověku – se toto dělení zdá obtížné, neboť se vztahuje především k řeholnímu životu. Podíváme se však na úvod a první stupeň, ten je stále aktuální:

Chceme-li tedy, bratři, dosáhnout vrcholu pokory a co nejrychleji dospět k svému povýšení v nebi, k němuž se stoupá pokorou v tomto životě, musíme si k výstupu postavit ze svých skutků takový žebřík, jaký se ve snu zjevil Jakubovi: viděl, jak po tomto žebříku sestupují a vystupují andělé. Toto sestupování a vystupování nepochybně neznamená nic jiného, než že sebevynášením se sestupuje a pokorou se vystupuje. Ten postavený žebřík je náš pozemský život a Pán jej vztyčuje až k nebi, je-li naše srdce ponížené.

První stupeň pokory tedy spočívá v tom, že si mnich stále staví před oči Boží bázeň, že si dá pozor, aby na Boha nikdy nezapomněl, a stále má na paměti Boží přikázání.⁵⁹

Pro nás bude přínosnější stanovit stupně pokory podle poznání, jaké k ní vede, jak to zdůrazňuje Jan od svatého Samsona⁶⁰ ve svém *Pravém duchu Karmelu*:

⁵⁷ Terezie z Lisieux. *Autobiografické spisy*. s. 192 – 193.

⁵⁸ Ignác z Loyoly. *Duchovní cvičení*. s. 65.

⁵⁹ *Řehole Benediktova*. s. 40 – 41.

Pokora *zřejmá a logická* je dána světlem rozumu a vzniká sebezpytováním, rozjímáním o nadpřirozených pravdách a o příkladech našeho Pána. Když duše vidí, jak je bezmocná v konání, nahlíží své chyby, svůj hřích, anebo ponížení a pokoření Ježíše Krista, chápe, že musí zpokornět.

Pokora *rozněcovaná*, víc vlitá než získaná, se rodí z paprsku božského světla, který duši odkrývá Boží přesažnost, osvěcuje její ubohost nebo některé Kristovo tajemství, a tak ji staví na její místo v perspektivě Nekonečna nebo ve světle Kristově. Zde rozum ustupuje, člověk přesáhne svou mysl, svůj rozum a sebe samého a zcela se vzdává pochopení.⁶¹

Mezi pokorou logickou a rozněcovanou je nesmírná vzdálenost. Světlo pokory rozněcované přichází skrze dary Ducha svatého přímo od Boha, proto je nesrovnatelně silnější než světlo vycházející z chápavosti.⁶² Sv. Terezie dosvědčuje, že působí-li v nás Boží Duch, sám nás naplňuje pokorou a zkroušeností, takže není zapotřebí svízelně vyhledávat úvahy vzbuzující pokoru. Čím jsou jeho milosti vyšší, tím je toto poznání hlubší.⁶³

Pokojné a radostné vítězství rozněcované pokory snad nejvíce obdivujeme u sv. Terezie z Lisieux, která svědčí, že rozněcovaná pokora byla největší milostí, které se jí v životě dostalo: „Raději docela jednoduše uznávám, že Všemohoucí udělal veliké věci v duši dítěte své božské Matky, a největší z nich je, že tomuto dítěti ukázal jeho nepatrnost, jeho nemohoucnost.“⁶⁴

I svatý Silván rozlišuje několik druhů pokory, jeho náhled může být shrnutím této podkapitoly. Mluví o pokoře, kdy je člověk poslušný a ve všem se kritizuje. Dále mluví o pokoře, kdy se člověk kaje ze svých hříchů a považuje se za ohavného před Pánem. Ale jednoznačně vyzvedává pokoru toho, kdo poznal Pána v Duchu svatém. Ten má jiný způsob vnímání. Když duše v Duchu svatém vidí, jak je Pán tichý a pokorný, i ona ve svém nitru zpokorní.⁶⁵ A to je ten zvláštní druh nepopsatelné rozněcované pokory.

Našli bychom jistě spoustu jiných či podobných pohledů na rozlišení stupňů pokory u mnoha světců či teologů, ale pro ilustraci a pro naše účely tento nástin bude stačit.

⁶⁰ Jan od svatého Samsona (1571-1636), bratr laik na Karmelu v Dol a Rennes, slepý hudebník.

⁶¹ Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 25 – 26.

⁶² Srov. tamtéž. s. 26.

⁶³ Srov. Terezie od Ježíše. *Život*. s. 129.

⁶⁴ Terezie z Lisieux. *Autobiografické spisy*. s. 203.

⁶⁵ K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 196.

2.3 Pokora Kristova

Proč je pokora tak důležitá? Jedna z odpovědí může znít překvapivě. Měli bychom se učit pokoře, abychom byli jako Bůh! Ježíš, jak je vylíčen v evangeliích a jak ho po staletí křesťané chápali, je dokonalý syn Boží. Naprosto nikdo se mu nemůže vyrovnat. On však pyšný nebyl, naopak. Je zároveň Bůh a současně nejpokornější z lidí.⁶⁶

*Způsobem bytí byl roven Bohu,
a přece na své rovnosti nelpěl,
nýbrž sám sebe zmařil,
vzal na sebe způsob služebníka,
stal se jedním z lidí.
A v podobě člověka se ponížil,
v poslušnosti podstoupil i smrt,
a to smrt na kříži.
Proto ho Bůh vyvýšil nade vše
a dal mu jméno,
aby se před jménem Ježíšovým sklonilo každé koleno
na nebi, na zemi i pod zemí –
a k slávě Boha Otce každý jazyk aby vyznával:
Ježíš Kristus jest Pán. (Flp 2,6-11)*

Celý Ježíšův život byl zosobněním a příkladem pokory. Narodil se z chudé Panny v jeslích, skryl se v Egyptě jako slabý a pronásledovaný, dal se pokřtít jako jeden z hříšníků, utíká před těmi, kdo ho chtějí provolat králem a oslavovat. A na konci života umývá svým učedníkům nohy, aby tak projevil svou poslední vůli, výzvu k následování v pokorné službě.⁶⁷

Ježíš, který dobře zná naši lidskou křehkost a náš zápas s pýchou, nás zve, abychom se od něj učili právě postoji tichosti a pokory:

⁶⁶ Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 36.

⁶⁷ Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 251.

Pojďte ke mně všichni, kdo se lopotíte a jste obtíženi břemeny, a já vám dám odpočinout. Vezměte na sebe mé jho a učte se ode mne, neboť jsem tichý a pokorného srdce; a naleznete odpočínutí svým duším. Vždyť mé jho netlačí a břemeno netíží. (Mt 11,24-30)

Svatý Silván tato Ježíšova slova komentuje: „Kdyby svět věděl, jaká moc spočívá v těchto Kristových slovech, tehdy by zanechal všech ostatních věd a všichni by se učili jen této nebeské moudrosti. Lidé nevědí, jakou sílu má pokora v následování Krista.“⁶⁸

Jít k Ježíši do učení znamená stát se jeho přáteli, dovolit mu, aby nás osvobodil od všeho, co nás sráží k zemi. Vzít na sebe Ježíšovo jho znamená zcela se mu odevzdat, vytvořit si k němu osobní vztah a nechat se milovat a proměňovat jeho tichým a pokorným srdcem. Znamená to vsadit všechno na jeho lásku. Spočínutí, ke kterému nás Ježíš vybízí, je především spočínutí mé duše, která se mu odevzdává. Souhlasím s tím, že budu součástí Božích úmyslů, nad nimiž nemám žádnou moc a nerozumím jim, součástí jeho myšlenek a cílů, které neznám.⁶⁹

Jít k Ježíši, přijmout pozvání k jeho následování, znamená navázat s ním důvěrný a hluboký vztah, podřídit se stejnému jhu, které on stále nese, nést ho s ním. Společenství s Ježíšem je účast na jeho existenci, na jeho myšlení, vidění, konání. Je to úplné přijetí Otcova poznání a zalíbení a jeho životodárné lásky k člověku. Je to souhlas, abychom byli napojeni přímo na pramen jeho směrnic a chování, na jeho tiché, pokorné, chudé srdce a na kořen jeho bytí, abychom našli odpočinek a pokoj a nesli plody pro život světa.⁷⁰

Není pro nás nic vznešenějšího, smysluplnějšího a krásnějšího než poslechnout tuto Kristovu výzvu a nechat se vést: „Ježíši tichý, srdce pokorného, přetvoř naše srdce podle Srdce svého!“⁷¹

Zakončíme úvahu o Kristově pokoře poetickým vyjádřením o vůni pokory:

„Pokora a tichost, síla a lahodnost, vůně Kristova je rovněž vůní vroucné pokory, je to už pravé znamení Božích doteků a tichá, avšak naléhavá výzva Božímu milosrdenství, aby nás znovu a znovu navštěvovalo.“⁷²

⁶⁸ K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 192.

⁶⁹ Srov. Ch. Ponsardová. *Víra v rodině*. s. 96 – 97.

⁷⁰ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiores. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 648.

⁷¹ *Kancionál*. s. 92.

⁷² Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 51.

2.4 Pokora Mariina

Pokora chudé dívky Marie souvisí nejtěsněji s pokorou Kristovou. Z milosti byla počata bez hříchu jako bytost nejpokornější a tudíž nejschopnější přijmout nevýslovný dar Všemohoucího.⁷³ Maria byla současně matkou pokorného Božího syna a zároveň jeho nejdokonalejší a nejvěrnější následovnicí v pokoře a tichosti, jak dokreslují myšlenky z *Katechismu katolické církve*:

V Marii Duch svatý ukazuje Otcova Syna, který se stal Synem Panny. Ona je hořícím keřem konečného Božího zjevení: naplněna Duchem svatým ukazuje Slovo v pokoře svého těla a dává je poznat chudým a prvním zástupcům národů.⁷⁴

Konečně, skrze Marii začíná Duch svatý uvádět do společenství s Kristem lidi, kteří jsou předmětem milosrdné Boží lásky. Jako první přijmou Krista vždycky pokorní: pastýři, mudrci, Simeon a Anna, novomanželé z Kány a první učedníci.⁷⁵

Maria je tedy po Kristu naší nejlepší učitelkou pokory a pomáhá nám přijmout Krista i dnes. Za všechny úvahy o Mariině pokoře a za všechny „pěvce“ oslavující její tichost, malost a tudíž tu pravou velikost, nechejme promluvit svatou Terezii z Lisieux částí básně: *Proč tě miluji, Maria*, ve které se vyznává z obdivu k její pokoře:

Tato skrytá ctnost tě činí všemocnou
a přitahuje do tvého srdce Nejsvětější Trojici.
Duch lásky tě zastihuje
a Syn, rovný Otcí, se v tobě vtěluje...
Mnoho bude mít bratrů hříšníků,
proto musí být tvůj prvorozený nazván Ježíš!

Milovaná Matko, přestože jsem tak nepatrná,
chovám v sobě jako ty Všemohoucího.
Ale nebojím se, když vidím svou slabost:
Poklad matky patří přece dítěti
a já jsem tvá dcera, milovaná Matko.
Copak mi nepatří také tvé ctnosti a tvá láska?
Když mi tedy sestoupí do srdce bílá Hostie,
Ježíš, tvůj dobrý Beránek, věří, že spočívá v tobě!⁷⁶

⁷³ Srov. KKC 722.

⁷⁴ KKC 724.

⁷⁵ KKC 725.

⁷⁶ Terezie z Lisieux. *Básně*. 53,4,5.

2.5 Pokora dítěte Božího

Pokora dítěte Božího znamená vědomí vlastní malosti a hříšnosti a zároveň radostnou jistotu, že i v té nejhorší situaci svého života jsme „krytí“ Boží láskou, že jsme stále milovaní a tato láska vůbec nekoresponduje s našimi chybami, hříchy či nedokonalostmi, ale ani s našimi ctnostmi. Takováto pokora se projevuje zralým pohledem na vlastní hříšnost, odvahou a vděčností, jak ukážeme dále.

2.5.1 Hřích a důvěra

Poznat svůj hřích znamená pochopit, že vlastní silou nejsme schopni se od hříchu osvobodit, ani se vyhnout jeho ničivým následkům. Nejsme schopni ani přinést náhradu za svůj hřích. Poznat svůj hřích tedy znamená zakusit, že nutně potřebujeme Boží milosrdenství, že jsme na něm závislí.⁷⁷ Souvislost mezi přiznáním hříchů a chyb vůči lidem a Bohu a pokorou vystihuje následující citace:

Umí-li se člověk sám pro své chyby ponížít, snadněji si usmíří jiné a lehčeji si nakloní ty, kdo se na něj hněvají. Pokorného Bůh chrání a vysvobozuje, pokorného miluje a těší, k pokornému se sklání, pokornému dává hojnou milost a po jeho ponížení ho pozvedá ke slávě.⁷⁸

Poznání své hříšnosti a pokorné ponížení ze sebepoznání je velice nutné a důležité. Ovšem daleko jistější, přirozenější a přitom dokonalejší cesta se jeví poznávat Boha a tím poznáváme jakoby odrazem i sebe, jak dosvědčuje sv. Terezie od Ježíše:

Myslím ale, že se nikdy nebudeme dobře znát, jestliže se zároveň nebudeme starat o to, abychom poznaly Boha. Zahledíme-li se na jeho velikost, objevíme vlastní ubohost, uvažující o jeho čistotě, uznáme, kolik je v nás špíny; a před jeho pokorou nahlédneme, jak jsme jí vzdáleny.⁷⁹

⁷⁷ Srov. J. Augustyn. *Čtvrthodinka upřímnosti*. s. 40.

⁷⁸ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 69.

⁷⁹ Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. s. 19 – 20.

A T. Halík k tomuto tématu s jistým nadhledem dodává: „Ve víře nemáme brát tak příliš vážně sebe a stupně svého poznání a formy svých přesvědčení, nýbrž máme brát velmi vážně Boha.“⁸⁰

Boží dítě po pádu do hříchu nebo při pohledu na svou nedokonalost nemá upadat do zoufalství, malomyslnosti, smutku. Spíše je potřeba zaměřit se na to, abychom zůstali v pokoji a důvěře, protože Bůh koná, když je duše pokojná a zcela mu důvěřuje. A jistě Pána víc uspokojí, když se svěříme jeho milosrdenství a prosíme s pokorou o odpuštění, než když zůstáváme ve smutku a trápíme se svojí hříšností.

Znakem duchovního pokroku není to, že nepadáme, ale že rychle vstáváme! Když někdo padne, ale hned se zdvihne, mnoho neztratil, spíše získal: pokoru a zážitek milosrdenství. Kdo však zůstává smutný a zničený, ztrácí o mnoho víc.⁸¹

Sv. František Saleský velice moudře radí k pokoře a zároveň k důvěře:

Je tedy zapotřebí chovat ke svým chybám odpor sice pevný, ale klidný a umírněný. Hluboce se pokoř před Bohem u vědomí své bídy, ale svému pádu se nijak nediv, neboť nepřekvapuje, že bezmocnost je bezmocná, slabost slabá a ubohost ubohá. Avšak ze všech sil v sobě vzbud' ošklivost nad urážkou, kterou ses na Bohu provinila; s velkou odvahou a důvěrou v jeho milosrdenství se opět vydej na cestu ctnosti, z níž jsi sešla.⁸²

Celé toto malé zamyšlení výstižně shrnují slova Žalmu: *Proč se tak rmoutíš, má duše, proč ve mně úzkostně sténáš? Na Boha čekej, opět mu budu vzdávat chválu, jen jemu, své spáse. (Žl 42,6)*

2.5.2 Odvaha z pokory

Pokora Božího dítěte se projevuje odvahou. Odvahou přijmout nepoznané, přesahující, odvahou přijmout bolest, odvahou žít svůj život, i když o něm dopředu nic nevíme, odvahou mít velké cíle a touhy. „Pokora prchá před zoufalou rezignací, která se všemu vyhýbá a z příživnické lenosti si bere za měřítko omezenost lidských možností.“⁸³

⁸⁰ T. Halík. *Vzdáleným nablízku*. s. 242.

⁸¹ Srov. J. Philippe. *Hledej pokoj a zotrvaj v něm*. s. 37 – 39.

⁸² F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 115.

⁸³ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiores. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 644.

Pokora není trpně pasivní, nebojí se boje proti zlu a nespravedlnosti, ba právě naopak, jak o tom vypovídá následující citace:

Pokora roste riskantními podniky a volbami. Nezasťirá si omezenost a nejistotu, dává volný průchod touhám, je opakem fatalismu, který pokládá změnu situací za samočinnou a za samočinné má i odstranění zlořádů, jež zpomalují růst lidstva a odvádějí ho na scestí.⁸⁴

Pokorný člověk je odvážný právě proto, že ví o svých limitech, omezenosti, nemohoucnosti. Přesto se stává stále smělejší, protože svou důvěru vkládá v Boha, „jemuž se líbí oslavovat svou všemohoucnost v naší ubohosti a ukazovat své milosrdenství v naší bídě.“⁸⁵ Zářivým příkladem této odvahy je Maria se svým *Fiat*.

Pokora se nebojí přiznat své slabosti před druhými. Může to znamenat, že požádáme o pomoc, přestože bychom raději ukázali, jak jsme schopní. Když se naučíme pokorně přijímat pomoc druhých, může to být jeden z nejlepších a zároveň nejtěžších příspěvků k budování láskyplných a zdravých vztahů.⁸⁶

2.5.3 Vděčnost, radost a veselost jako důsledek pokory

Pokora dítěte Božího vede k vděčnosti. Čím je člověk pokornější, tím víc si uvědomuje obdarovávání Bohem i lidmi. Stává se vděčnějším a citlivějším, nic nebere jako samozřejmost nebo jako odpověď za své zásluhy. To vede k zvláštní čisté radosti, lehkosti a veselosti, jak to můžeme vyzorovat v životě mnoha světců.

Pokora nás učí vnímat celý svět jako potenciální dar a obohacení, ne hned jako úkol. Svět i můj život – to je mi darováno z lásky. Vděčnost přijímá bezelstně každou chvíli jako dar a ve všech darech s úctou poznává dárce.⁸⁷ Stěžejním důvodem pro vděčnost je to, že mě Bůh chce a miluje, a to v každém okamžiku. Nic nás nemůže odloučit od lásky Boží, jak nás velkolepým způsobem ujišťuje apoštol Pavel:

⁸⁴ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiores. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 644.

⁸⁵ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 104.

⁸⁶ Srov. G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 125.

⁸⁷ Srov. J. Maureder. *Zralost není luxus*. s.15.

Jsem jist, že ani smrt ani život, ani andělé ani moci, ani přítomnost ani budoucnost, ani žádná moc, ani výšiny ani hlubiny, ani co jiného v celém tvorstvu nedokáže nás odloučit od lásky Boží, která je v Kristu Ježíši, našem Pánu. (Řím 8,38-39)

Často se vyčítá křesťanům přílišná vážnost, nedostatek radosti. Ovšem pokud člověk žije pokornou malostí dítěte Božího, radost a veselost je toho neklamným znamením: „Věřící člověk má všechny důvody k veselému, humornému a radostnému životu, vždyť jeho existence je nesena Boží rukou.“⁸⁸ Vděčnost je klíčem k radosti ze života. Kdo se umí radovat ze světa, z krásy přírody, z věcí, zážitků, z lidí, umí žít plně a intenzivně, život si vychutnává, aniž by přitom na něčem lpěl. V tom spočívá tajemství lehkosti a radosti. Kdo se umí takto těšit, je i pro druhé potěšením a obdarováním.⁸⁹

Projevem vyzrálého a zároveň pokorného člověka je i humor. Takového člověka popisuje Josef Maureder: „Nezapomněl na pozemskost, nebere sebe a svůj svět jako střed vesmíru, a dokáže si tedy ze sebe dělat legraci. Kdo má smysl pro humor, hledí i na stinné stránky života uvolněněji.“⁹⁰ Veselost tedy patří k člověčenství. Veselý člověk se staví k životu pozitivně; neznamená to, že by ignoroval jeho obtíže a trápení, ale vyhlíží světlo, neztrácí naději.

Radost by tedy měla být jedním z rozpoznávacích znaků Božího dítěte. Je zvlášť v dnešní době takovou vzácností, že radostný člověk opravdu přitažlivě svědčí o Kristu, evangelizuje svou radostí. Boží slovo nás k této radosti naléhavě vybízí a zároveň ukazuje zdroj této radosti i cestu, jak si ji udržet:

Radujte se v Pánu vždycky, znovu říkám, radujte se! Vaše mírnost ať je známa všem lidem, Pán je blízko. Netrapte se žádnou starostí, ale v každé modlitbě a prosbě děkujte a předkládejte své žádosti Bohu. A pokoj Boží, převyšující každé pomyšlení, bude střežit vaše srdce i mysl v Kristu Ježíši. (Flp 4,4-7)

Často žijeme ve smutku, který pramení z falešné představy, že Bohu způsobujeme svou nedokonalou existencí jen bolest a trápení. Pokorná radost

⁸⁸ J. Maureder. *Zralost není luxus*. s. 80.

⁸⁹ Srov. tamtéž. s. 80.

⁹⁰ Tamtéž. s. 79.

Božího dítěte si s úžasem připouští, že Stvořitel a Vykupitel se dívá na svého tvora se zalíbením, dokonce s jásotem, což je pro nás naprosto neuvěřitelná představa. Tento osvobozující pohled je krásnými slovy vyjádřen ústy proroka Sofoniáše:

Zaplesej, sijónská dcero, zahlahol, Izraeli! Raduj se a jásej z celého srdce, dcero jeruzalémská! Rozsudek nad tebou Hospodin zrušil, zbavil tě nepřitele. Král Izraele, Hospodin, je uprostřed tebe, neboj se už zlého! V onen den bude Jeruzalému řečeno: „Neboj se, Sijóne, necht' tvé ruce neochabnou! Hospodin, tvůj Bůh, je uprostřed tebe, bohatýr, který zachraňuje, raduje se z tebe a veselí, láskou umlká a opět nad tebou jásá a plesá.“ (Sof 3,14-17)

2.6 Falešná pokora

Podíváme se nyní na různé projevy pseudopokory, na to, čím pokora není, i když se tak tváří. Tyto karikatury pravé pokory běžně žijeme, proto bude velmi užitečné je demaskovat, aby se od nich krása této ctnosti nešpinila. Falešná pokora je pokora nemocná, v mnoha podobách je to převlečená pýcha, proto je tak důležité naučit se to na sobě rozlišovat a rozejít se s nepravdou.

2.6.1 Vnější pokora, pohrdání sebou, snižování se

Vnější pokora je taková pokora, kdy klopíme zrak, ale nepokořujeme srdce. Je to pokora halasná, ráda na sebe upozorňuje, jak vtipně komentuje František Saleský: „Často říkáme, že nejsme nic, že jsme jen ztělesněná bída a odpad světa, ale asi bychom se divně tvářili, kdyby nás někdo vzal za slovo a rozhlašoval to o nás.“⁹¹ Vnější pokora se rodí z vědomé lži a přetvářky, kdy člověk chce předvést svou nenáročnost, skromnost, ale přitom nic z toho nemá.⁹² Pravá pokora pokornost nepředstírá, nemluví o ní.

⁹¹ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*, s. 102.

⁹² Srov. A. Honek. *Žiji ve víře v Syna Božího*, s. 101.

Pokud někdo neustále prohlašuje „Na mně nezáleží“ nebo „Je vlastně jedno, co si myslím já“, může zprvu vypadat pokorně, ale ve skutečnosti z takového člověka hovoří pýcha. Skutečně pokorný člověk nehovoří o sobě, ale projevuje nelíčený zájem o druhé. Zajímají ho zážitky druhých lidí, zajímají ho jejich názory, chce vědět, v čem vynikají. Pokorní lidé nepřemýšlí o tom, jak jsou pokorní – natož aby to někomu vykládali.⁹³

Pohrdání sebou je úporná snaha vsugerovat si, že jsem uzlíček hříchů a neschopnosti. Není to spásné poznání vlastní hříšnosti, které nás vede k Božímu milosrdenství. Tato forma falešné pokory má neblahý důsledek, že když pohrdáme sebou, pohrdáme i bližním. Projevuje se beznadějí, krutostí, cynismem.

Utápíme se v pocitu viny, v nenávisti k sobě samým. „Rochníme“ se v této špině a někdy nám to způsobuje zvrácené potěšení. Je to pýcha naruby. Jsme-li skutečně pokorní, pak sami sebe takto nesnižujeme.⁹⁴ Takže jistá rozumnost a umírněnost i v pohledu na sebe není od věci:

Tam, kde mírnost netlumila pocity vlastní zbytečnosti, tam, kde nebyla mírněna malomyslnost, tam se objevuje nepravdivé podcenění sebe, které je jednou z podob falešné pokory. Tato podoba falešné pokory vyrostla z nemírné sebekritičnosti a nemírného přehánění vlastní nedokonalosti.⁹⁵

Tato falešná pokora se „příliš dlouho a neúčinně zaměstnává sama sebou, vyvolává zábrany v konání a vposledku plodí malomyslnost.“⁹⁶ Jak ale rozeznat pravou zkroušenost od té falešné? „Pravá zkroušenost srdce jde nutně ruku v ruce s nadějí a plodí radost, zatímco egocentrická zkroušenost, fascinovaná vlastní bídou, vede k beznaději.“⁹⁷

Snižování se je takovou formou falešné pokory, kdy nevnímáme pravdivě svoje místo na zemi mezi ostatními lidmi. Ztrácíme čas a energii srovnáváním se a křečovitě se stavíme vždy na konec řady, na nejnižší příčku žebříku v domnění, že tak vypadá ta pravá pokora. Tato pokora v nás obratem budí pýchu na to, jak jsme se pokořili. Tím se ovšem vnitřně nad druhé vyneseme a prožíváme přitom tichou farizejskou spokojenost sami se sebou.⁹⁸ Před tímto postojem nás varuje a zároveň nám radí vyrovnaný pohled následující úryvek:

⁹³ G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 128 – 129.

⁹⁴ Tamtéž. s. 121.

⁹⁵ A. Honek. *Žiji ve víře v Syna Božího*. s. 101.

⁹⁶ Marie-Eugène od Ježíše. *O pokoře*. s. 46.

⁹⁷ K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 272.

⁹⁸ Srov. K. Lachmanová. *Laická spiritualita Madeleine Debrelvé*. s. 20.

„Pamatuj, že nikdo není lepší než ty. A pamatuj také na to, že nikdo není horší než ty.“ Žít podle těchto slov vyžaduje notnou dávku pokory. Máme tedy vědět o tom, že máme stejnou hodnotu, ale i stejné slabosti jako lidé, které máme milovat.⁹⁹

2.6.2 Slepota k obdarování, odmítání chvály

Slepota k obdarování znamená, že nechceme vidět a přijmout Boží dary a milosti. Tato forma falešné pokory je zástěrkou pro zbabělost a lenost, kdy nechceme s Boží milostí spolupracovat. Někdo se pohodlně uchyluje na poslední místo jen proto, aby nemusel převzít náročnou zodpovědnost a rozvíjet to, co v něm je.¹⁰⁰ Pravá pokora je odvážná, nebojí se výzev od Boha, které jsou smělé: *Všecko mohu v Kristu, který mi dává sílu. (Flp 4,13)*

Samozřejmě si musíme neustále s vděčností uvědomovat, že: *milostí Boží jsem to, co jsem (1Kor 15,10)*. A kdo popírá Boží milost a obdarování ve svém životě, ten Boha svou zaslepeností uráží. Zhoubnost takového postoje odhaluje František Saleský:

Mnozí odmítají užívat svého nadání ve službě Bohu a bližnímu, protože prý znají svou slabost a bojí se, stanou-li se nástroji nějakého dobra, že z toho zpychnou. Toto vše je klam; je to pokora nejen falešná, ale také zhoubná; tichou cestou a vychytrale se takto má znevážit to, co Bůh dělá, nebo přinejmenším pod rouškou pokory zakrýt vlastní samolibost, rozmarnost a lenost.¹⁰¹

Sv. Terezie od Ježíše k tomu poznamenává: „Bůh nedává někomu své milosti, protože je světější než druzí, jimž je neudělí, nýbrž aby se na něm projevila jeho velikost.“¹⁰² Kdo si v pokoře uvědomuje nezaslouženost obdarování, „vzplane větší láskou k Tomu, který ho ve své nekonečné moci zahrnuje tak velikými projevy milosrdenství. Nikdy to nezakusí ten, který tomu nevěří, protože Bůh nemá rád, aby se kladly hranice jeho dílům.“¹⁰³

Uvažování v pokoře o přijatých darech a milostech nás má vést nikoli k marnivosti a pýše, ale k službě a k vděčnosti Dárci.

Odmítání chvály je také známkou falešné pokory. Opravdu pokorný člověk se chválou a oceněním nijak zvlášť nezaobírá, nenechává hýčkáním pěkných slov

⁹⁹ G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 120.

¹⁰⁰ Srov. Ch. Ponsardová. *Víra v rodině*. s. 88.

¹⁰¹ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 103.

¹⁰² Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. s. 11.

¹⁰³ Tamtéž.

o sobě růst samolibost, marnivost a pýchu, ale v pokoji, prostotě a vděčnosti chválu přijme a okamžitě ji předává tam, kam zaslouženě patří, Bohu.

Vzorem takového zdravého postoje ke chvále a ocenění je pro nás Maria se svým *Magnificat*, která na chválu odpovídá: *Duše má velebí Pána a můj duch jáásá v Bohu, mém spasiteli!* A pokračuje vyvyšováním Hospodina (srov. Lk 1,46-55). To je ten nejlepší recept na přijímání chvály a ocenění.

Sv. Terezie od Ježíše mluví v této souvislosti o „zrcadle pokory“, v němž vidíme, že zdroj dobra, jež konáme, nepochází z nás, ale z pramene, do něhož je zasazen strom duše, a ze Slunce, jež činí plodnými naše dobré skutky. Když uděláme dobrý skutek, hned máme myslet na Toho, kdo je jeho zdrojem, protože bez jeho pomoci se opravdu nic nedá dělat.¹⁰⁴

2.7 Pokora a bližní

Všichni se oblecté v pokoru jeden vůči druhému, neboť Bůh se staví proti pyšným, ale pokorným dává milost. (1 Petr 5,5)

Podívejme se v této podkapitole, jak potřebná je nám pokora ve vztahu k bližnímu, jak se v ni „obléct“. Objevme sílu pokorné lásky, jaký užitek nám pokora přináší ve vztahu k problematickému člověku, zamysleme se nad pokorou ve službě druhým a nad nezbytností pokory při odpuštění.

2.7.1 Síla pokorné lásky

O vztahu pokory a lásky, o jejich vzájemné provázanosti by se dalo dlouho rozjímat. Síla pokorné lásky je popisována v níže uvedeném textu:

Pokora je vetkána do lásky. Je to styl, jak projevovat lásku. Je přijímána a zraje v důvěře, zbavuje člověka starostí, aby se musel sám za sebe zaručovat, přitahuje ho k tomu, který ho miluje, přináší pokoj, který vyplývá ze spojení s milovaným, přivádí k souladu s ním, k tomu, aby vzal na sebe starost a utrpení druhého, aby se chopil iniciativy směřující k proměnění života, k zmiřování starostí o sebe. Pro všechny vytváří nové existenční podmínky.¹⁰⁵

¹⁰⁴ Srov. Terezie od Ježíše. *Hrad v nitru*. s. 17.

¹⁰⁵ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiores. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 651.

Sv. František Saleský, který velice rád používal přirovnání, se zabývá na obraze křížma jedním z podstatných aspektů pokorné lásky, a to vlídností:

Křížmo, které se užívá v církvi k biřmování a svěcení, se skládá z olivového oleje smíšeného s balzámem. To mimo jiné znázorňuje dvě vzácné ctnosti, které zářily na osobě Ježíše; pokoru a vlídnost. Balzám, který vždycky ve všech kapalinách klesá ke dnu, znázorňuje pokoru; olivový olej, který vždycky vyplouvá na povrch, znázorňuje vlídnost a dobrotu, která všechno překonává a vyniká mezi ctnostmi jako výkvět křesťanské lásky.¹⁰⁶

Pokora uschopňuje člověka milovat velkodušně, těšit se z úspěchu druhých. Umožňuje milovat dokonce i naše nepřátele, přát jim to nejlepší. Není možné být pokorný a nemilovat své nepřátele, protože pokorný člověk je též milosrdný. Vždyť obě ctnosti jsou ovocem téhož Ducha.¹⁰⁷

Dalším aspektem pokorné lásky je podřízenost, jak o ní mluví sv. Pavel: *V poddanosti se podřizujte jedni druhým: ženy svým mužům jako Pánu (Ef 5,21-22)*. V dnešní době získala tato slova význam, který činí toto poselství téměř nepřijatelným. Z výrazu „podřízenost“ se stalo synonymum pro otroctví se vším despotismem, pohrdáním, ztrátou svobody a důstojnosti vyvolávající prudký nesouhlas žen a nadšený souhlas mužů. Touto podřízeností je spíš myšlena závislost jednoho na druhém v lásce a úctě, ne potlačení osobnosti, které by z ženy udělalo otrokyni ve všem souhlasící s manželem.¹⁰⁸

Výkladu tohoto problematického citátu a změnou postavení ženy s ohledem na změny ve společnosti se věnuje Jan Pavel II. v papežské exhortaci *Mulieris dignitatem*, kde upřesňuje: „Avšak zatímco ve vztahu Krista a církve je podřízena jen církev, ve vztahu manžela a manželky není podřízená jednostranně, nýbrž vzájemně!“¹⁰⁹

Pokorná láska potvrzuje hodnotu druhých. Pokorné srdce nám umožňuje poodstoupit, aby vynikla hodnota mého bližního. Pokora takto viděná je sestoupení, které umožní jinému vystoupit. A podobně, jako je tomu u ostatních

¹⁰⁶ Srov. F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 110 – 111.

¹⁰⁷ Srov. K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 198-199.

¹⁰⁸ Srov. G. Blaquierová. *Odvaha žít lásku*. s. 103.

¹⁰⁹ Jan Pavel II. *Mulieris dignitatem*. 24.

projevů lásky, snížíme-li se, aby druhý mohl být vyvýšen, můžeme zakoušet velkou radost.¹¹⁰

2.7.2 Nedokonalý bližní

Nedokonalí jsme všichni bez výjimky, jediný dokonalý je Bůh. Ovšem často k nám právě skrze nedokonalého člověka Bůh promlouvá, často nás problematický bližní mnohému může naučit. Ale bez pokory to není možné.

Nedokonalosti bližních nám pomáhají, abychom od druhých neočekávali štěstí a naplnění, které můžeme najít jen v Bohu. Tak nás vyzývají, abychom „zapustili kořeny“ v Bohu. Plnost, pokoj a bezpečí nám může dát pouze Boží nekonečná láska.¹¹¹

Bůh k nám mluví i skrze problematického bližního, ne snad jeho slovy, ale celým jeho chováním, které zjevně nemusí mít s Kristem a celým jeho učením nic společného. Bližní, který mě nějak uráží a zraňuje, mi slouží k užitku jako lékař. Ukazuje mi, kolik je ve mně nelásky, netrpělivosti a hněvu. Chrání mě před iluzí, že už jsem téměř dokonalý, a upozorňuje mě na mé hranice. Pomáhá mi také k lepšímu sebepoznání, protože právě ty chyby, které mě rozčilují, jsou často i ve mně. A konečně nutí nacvičovat pozitivní postoje, především pokoru, trpělivost a lásku.¹¹²

Pokora nám umožňuje dívat se s úctou na lidi, kteří jsou nám nějak nesympatičtí a se kterými máme potíže. Neznamená to dívat se růžovými brýlemi, které přehlížejí chyby, ale nemáme se u chyb zastavit, nýbrž hledět na základ druhého. A tam poznáme jako jeho skutečný základ Krista. To změní náš způsob pohledu na druhého člověka a naše chování k němu. Když se dokážeme dívat s úctou, brát druhého vážně a dokonce ho milovat navzdory jeho chybám, můžeme mu být impulsem ke změně.

Naše víra v to hodnotné v člověku mu umožňuje věřit, že za něco stojí, že je v něm sám Kristus. Pravdivá chvála a ocenění je pro nás podmínkou k tomu,

¹¹⁰ Srov. G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 115 – 118.

¹¹¹ Srov. J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 57.

¹¹² Srov. A. Grün. *Vidět v druhém Krista*. s. 20 – 23.

abychom se v druhém dotkli Krista a skrze skořápku, která tuto skutečnost zahaluje, jej v druhém rozeznali.¹¹³

2.7.3 Pokora a služba

Jak je nesnadné sloužit s čistým srdcem a jak podstatný je pokorný přístup v této oblasti, o tom by mohl svědčit každý, kdo nějakým způsobem slouží. Elias Vella, který sám má se službou Bohu i lidem každodenní zkušenost, o tom říká:

Kdo chce sloužit Bohu, nemusí být zdravý, nepotřebuje ani vysokou inteligenci, ani zkušenosti. Potřebuje jen jedno – pokoru. Všechno ostatní je zbytečné, bez všeho ostatního se obejdete. Protože Bůh může použít jakýkoli nástroj, ale pod jednou podmínkou: že je pokorný.¹¹⁴

Možná největší výzvou pokory je služba pro ty, kteří jsou v pozici nadřízených, vládnoucích. Ježíš nám svými slovy a svým příkladem naboural základní schéma služby, které ve světě fungovalo a funguje, uskutečnil přímo koperníkovský obrat:

Kdo mezi vámi je největší, buď jako poslední, a kdo je v čele, buď jako ten, který slouží. Neboť kdo je větší: ten, kdo sedí za stolem, či ten, kdo obsluhuje? Zdali ne ten, kdo sedí za stolem? Ale já jsem mezi vámi jako ten, který slouží. (Lk 22,26-27)

Sv. František z Assisi zvolil pro bratry ve vyšších funkcích příhodný výraz *ministři*, což znamená *služebníci*. V tomto duchu je nabádal:

Bratři, kteří jsou podřízeni, jsou velmi poučeni, když jejich představení a kazatelé se rádi modlí a snižují se ke skutkům pokory a prosté služby. Jinak nemohou napomínat a vybízet bratry k těmto skutkům, protože by vzbudili proti sobě zaujatost a připravili si hanbu a odsouzení.¹¹⁵

Napomínal ty, kterým byla svěřena moc, aby své bratry navštěvovali, laskavě a pokorně jim domlouvali a projevovali jim milosrdenství.¹¹⁶

Je těžké naučit se být služebníkem někoho jiného. Není to pro nás přirozené. A hlavní překážkou je pýcha, která nám nikdy nedovolí být těmi, kdo

¹¹³ Srov. A. Grün. *Vidět v druhém Krista*. s. 31 – 33.

¹¹⁴ E. Vella. *Ježíš – lékař těla i duše*. s. 98.

¹¹⁵ *Františkánské prameny*. s. 606.

¹¹⁶ Srov. tamtéž. s. 26.

slouží; vždycky nás povede k tomu být pány, nebýt na nikom závislí a nikomu zavázáni. Pýcha nás navzájem odcizuje, zato pokora nás spojuje.¹¹⁷

Těžké je sloužit s pokornou láskou a ne s pocitem nadřazenosti či kvůli „dobrému pocitu“ ve svědomí, které mě chválí. Dokumenty II. vatikánského koncilu se touto otázkou podrobně zabývají:

Aby taková služba lásky byla bezúhonná, a to i viditelně, je třeba v bližním vidět Boží obraz, k němuž je stvořen, a Krista Pána, neboť vskutku jemu se věnuje, cokoli se dá potřebnému. Je nutné s největší ohleduplností respektovat svobodu a důstojnost osoby, která pomoc přijímá. Čistota úmyslu nesmí být poskvrněna sebemenším sledováním vlastního prospěchu ani touhou ovládat. (AA 8)

Velice výstižně se k tématu pokorné služby vyjadřuje také Benedikt XVI. ve své encyklice *Deus caritas est*, ze které vybereme tři úryvky, které mohou naše myšlení posunout dál a obohatit o další pohled, jak službu vnímat a jak nemalomyslně pod její tíhou:

Aby dar druhého nepokořoval, musím mu dávat ne něco ze svého, nýbrž sebe samého, musím být v daru přítomen jako osoba.

Správný způsob služby činí jednajícího pokorným. Nestaví se do pozice nadřazenosti vůči druhému, ať už je jeho momentální situace sebedídnější. Ježíš přijal to poslední místo na světě, tedy kříž, a právě touto radikální pokorou nás vykoupil a stále nám pomáhá. Ten, kdo je v pozici pomáhajícího, uznává, že právě tímto způsobem je pomáháno také jemu. Skutečnost, že může pomáhat, není jeho zásluhou ani důvodem k chlubení. Tento úkol je milostí.

Uznává totiž, že působí nikoli na základě nějaké nadřazenosti nebo větší osobní výkonnosti, nýbrž proto, že ho tím Kristus obdaroval. Někdy bude docházet k tomu, že nadmíra potřeb těch druhých a meze vlastních pracovních možností ho budou vystavovat pokušení malomyslnosti. Právě v takových okamžicích mu pomůže vědomí, že on sám není víc než nástroj v Pánových rukou, a tak se osvobodí od domnění, že musí sám osobně provést nutné vylepšení světa. V pokoře udělá to, co je v jeho možnostech, a zbytek pokorně svěří Pánu.¹¹⁸

Do správných mezí nás odkazuje také Madeleine Delbrélová, průkopnice laické spirituality, svým výrokem: „Jen Ježíš sestupuje a sklání se. Co se nás týče, postačí, že zůstaneme dole spolu s ostatními lidmi.“¹¹⁹

¹¹⁷ Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 42.

¹¹⁸ Benedikt XVI. *Deus caritas est*. 35.

¹¹⁹ K. Lachmanová. *Laická spiritualita Madeleine Delbrélové*. s. 20.

2.7.4 Pokora a odpuštění

Odpouštět a prosit o odpuštění bez pokory je zhora nemožné a absurdní. Postoj neodpuštění ničí všechny vztahy: k Bohu, k bližnímu, ke světu i k sobě samému.

„Prosba o odpuštění je předpokladem spravedlivé a čisté modlitby. Důvěrná pokora nás navrácí do světla společenství s Otcem a jeho Synem Ježíšem Kristem a do společenství s druhými.“¹²⁰ O tom, že odpuštění není jen jednostranným úkonem, ale otázkou společenství, ve kterém jsme vzájemně jako tělo Kristovo propojeni, mluví následující úryvek:

Ve světě lidských vztahů existuje závislost, kterou bychom mohli přirovnat k „závislosti spojených nádob“. Když klesá hladina jednoho ze vztahů, klesá hladina všech ostatních. A když je uzdravován a zlepšován jeden vztah, postupně se potom zdokonalují a uzdravují i vztahy ostatní. Právě o této vzájemné závislosti vztahů hovoří Pán Ježíš, když nám přikazuje, abychom odpouštěli bližním tak, jak Bůh odpouští nám. Odpuštění je vzájemným darem.¹²¹

Právě uvědomit si vzájemnost daru odpuštění se někdy jeví jako obtížné. Nepovyšovat se blahosklonně, když odpouštíme, nekritizovat a neodsuzovat objekty našeho odpuštění, to vyžaduje opravdovou pokoru.

Pokorný a milosrdný pohled na své bližní potřebujeme všichni: „Ještě nejsi u cíle, a proto nevyžaduj, aby tam byli ostatní.“¹²² Odpuštění bez pokory dává najevo morální převahu. V takových případech odpuštění přináší spíš ponížení než osvobození a to je velice častý jev, který uzdravení a milost do vztahů nepřináší.

Závěrem se pro zajímavost podívejme, co se rozumí termínem „odpuštění“ v jedné ze současných psychologických studií. O pokoře tam nic nenajdeme, ale skrytě je tam jednoznačně přítomná:

Odpuštěním se rozumí ochota vzdát se vlastního práva na rozmrzelost (zlost, vztek, odpor, zášť atp.), negativního posuzování a netečného chování k člověku, který mne nespravedlivě zranil, a snaha žít (pěstovat) v sobě postoj šlechetnosti, velkorysosti, nezaslouženého slitování, a dokonce i lásky.¹²³

¹²⁰ KKC 2631.

¹²¹ J. Augustyn. *Čtvrthodinka upřímnosti*. s. 59.

¹²² K. Lachmanová. *Laická spiritualita Madeleine Delbrélové*. s. 46.

¹²³ J. Křivohlavý. *Pozitivní psychologie*. s. 112.

2.8 Potřeba pokory ve specifických oblastech

V této podkapitole se podíváme na důležitost a patřičnost pokorného sklonění před Pánem v modlitbě, na pokorný přístup k četbě Božího slova a k tajemství Eucharistie, na pokoru jako nejmocnější zbraň v boji proti Zlému a nakonec na milost pokorného přijetí utrpení.

2.8.1 Pokorná modlitba

V modlitbě se stavíme před Boží tvář, před jeho svatost. Jakmile se člověk objeví v Boží blízkosti, tak či onak si ji uvědomí a nějakým způsobem na ni odpoví. O svatosti Boží, která v nás mimoděk vyvolává pokoru, píše Romano Guardini ve své knize *O modlitbě*:

Svatost znamená, že Bůh je čistý, čistý ve všemohoucí a žhavé ryzosti, jež nepřipouští ani stín sebemenší poskvrny. Svatost znamená, že Bůh je dobrý, a to nejen tak, že vyhovuje všem požadavkům dobra, nýbrž je samo „Dobro“. Bůh je měřítko, jímž se měří všechno; zkouška, v níž se vše musí osvědčit; soud, jemuž je podrobena všechno, ať je to cokoliv.¹²⁴

Naší nejpatřičnější odpovědí na tuto svatost je postoj bezbrannosti, jednoduchosti. Jednak si uvědomujeme svoji nesvatost, poskvrněnost vinou. Zdá se nám, že k Bohu nepatříme a pudí nás to pryč. Zároveň ale pocítujeme, že Boží blízkost potřebujeme za všech okolností, že po ní žízníme.¹²⁵ Naší pokornou odpovědí je klanění. To slovo nám možná zní poněkud zastarale, ale význam klanění, jeho pravý obsah, zastarat nikdy nemůže:

Klanět se Bohu, to znamená v úctě a naprosté podřízenosti uznat „nicotnost tvora“, který existuje pouze skrze Boha. Klanět se Bohu znamená chválit ho a velebit tak jako Maria v Magnificat a pokořit se tím, že s vděčností vyznáváme, jak veliké věci učinil, a že jeho jméno je svaté. Klanět se jedinému Bohu osvobozuje člověka od sebelásky, od otroctví hříchu a modloslužby světa.¹²⁶

Klanění je nesmírně důležité nejen pro náboženský, nýbrž i pro duševní život člověka. Lidský život je totiž založen na pravdě. Základ veškeré pravdy je však v tom, že bůh je Bohem, výsostně sám sebou; a že člověk je pouze člověkem, Božím tvorem. Pokud člověk tuto pravdu uzná a plně se jí řídí, je

¹²⁴ R. Guardini. *O modlitbě*. s. 69.

¹²⁵ Srov. tamtéž. s. 70.

¹²⁶ KKC 2097.

zdráv. Klanění je pak úkon, jímž se tato pravda stále znovu osvětluje, uznává a naplňuje.¹²⁷

Vnější projev klanění je klečení. Pokleknutí se řecky jmenovalo *metanoia*, to znamená vlastně změnit mínění, obrátit se. Klečící člověk je obrazem toho, kdo upadl, zhřešil a nyní prosí o odpuštění. Každá modlitba na kolenou neznamena však jen pokání, ale i úctu, adoraci.¹²⁸ Tento vnější projev pokory před Boží tváří ovšem nemusí vždy korespondovat s vnitřním postojem: „Duší klečení však je, aby také uvnitř srdce se před Bohem sklánělo v hluboké úctě a bázni.“¹²⁹

O přímé závislosti pokorného postoje a vyslyšení modlitby nás ujišťuje na mnoha místech Boží slovo, uvedeme dvě taková ujištění:

Tužbu pokorných vyslycháš, Hospodine, jejich srdce posiluješ, máš pozorné ucho. (Žl 10,17)

Modlitba poníženého proniká oblaky, a neutíší se, dokud nedosáhne cíle. (Sir 35,17)

2.8.2 Pokorný přístup k Božímu slovu

Boží slovo nás k pokoře vede a pokoře nás učí:

Ve Starém zákoně vede Boží slovo člověka ke slávě cestou pokorné poslušnosti vůči Bohu, stvořiteli a spasiteli. Nový zákon ukazuje, jak se Slovo stalo tělem, aby vedlo člověka k nejhlubší pokoře, spočívající ve službě Bohu v lidech. Pokorná láska je oslavou Boha a spásou člověka.¹³⁰

K četbě Božího slova nelze přistupovat jinak, než s velikou úctou a pokorou, s prosbou o světlo Ducha svatého, protože náš rozum k chápání a porozumění nedostačuje. Tomáš Kempenský tuto pravdu vyjadřuje takto:

Naše všetečnost nám často bývá překážkou ve čtení Písma, chceme-li chápat a zkoumat něco, co bychom měli v prostotě přejít, když na to nestačíme. Chceš-li načerpat užitek, čti pokorně, prostě a s vírou.¹³¹

¹²⁷ R. Guardini. *O modlitbě*. s. 89.

¹²⁸ Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 380.

¹²⁹ R. Guardini. *O posvátných znameních*. s. 11.

¹³⁰ M. F. Lacan. Pokora. In X. Léon-Dufour. *Slovník biblické teologie*. s. 342.

¹³¹ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 19.

Rozjímání nad Písmem nás má proměňovat, uvádět do vztahu s Bohem, učit nás žít životem Božího dítěte. Ale opět užitek z četby Písma závisí na tom, kolik máme víry a pokory:

Rozjímat o tom, co se čte, znamená přivlastnit si čtení tím, že je konfrontujeme se sebou. Tu se otvírá jiná kniha, totiž kniha života. Přechází se od myšlenek ke skutečnosti. Podle toho, jak mnoho víry a pokory člověk má, objevuje v ní hnutí, která hýbají srdcem a která může rozlišovat. Jde o to konat pravdu, aby člověk došel ke světlu: „Pane, co chceš, abych učinil?“¹³²

Máme usilovat o stále hlubší porozumění Písmu svatému, žít se Božím slovem. Četba Písma svatého má být provázena modlitbou, aby se stala rozhovorem mezi Bohem a člověkem. Jeho oslovujeme, když se modlíme; jemu nasloucháme, když čteme božské výroky (srov. DV 23, 25).

A tak, bratří, modlete se za nás, aby se slovo Páně stále šířilo a bylo oslaveno jako u vás. (2 Sol 3,1)

2.8.3 Pokorný přístup k tajemství Eucharistie

Nikdo dostatečně nemůže vystihnout tajemství Eucharistie, tajemství této podoby Boží lásky. Všechno jsou jen pokusy, jakož i následující úryvek:

Eucharistie, to maximum lásky, tedy slabosti, chudoby, křehkosti, zranitelnosti. Takový je nejzazší bod cesty lásky. Jít dál? Sestoupit níž? Nelze! A ve svaté hostii nalézám znovu křehkost embrya, bezmoc dítěte, zranitelnost trpícího, utrpení umírajícího – a dnes přichází až ke mně. Nikde na světě se Všemohoucí nevydal do našich rukou s takovou bezbranností. Když se takto eucharisticky stal nejhudším ze všech, stal se zároveň srdcem, středem, vesmíru a lidstva, církve, mé rodiny, mého společenství a mého života.¹³³

Před tajemstvím eucharistie nelze jinak, než se pokorně, s bázní, úctou a vděčností sklonit. Nikdy se dostatečně vlastní zásluhou na přijetí tak velikého daru nepřipravíme, i kdybychom se připravovali celý rok a nemysleli na nic jiného. Jen Boží milost a dobrota nám dovoluje přistoupit k Jeho stolu. Jako kdyby byl žebrák pozvaný k hostině boháče a nemohl mu dát za jeho dobrodiní nic jiného, než své pokoření a díkůvzdání.¹³⁴

A zde máme stále aktuální doporučení, jak k tajemství eucharistie přistupovat:

¹³² KKC 2706.

¹³³ D. Ange. *Kdo je můj bratr*. s. 44 – 45.

¹³⁴ Srov. T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 251.

Uchovej si tedy prostou a pevnou víru a přistupuj k Svátosti s pokornou uctivostí. A cokoli nemůžeš pochopit, to klidně svěř všemohoucímu Bohu. Bůh provází prosté, zjevuje se pokorným, dává pochopení maličkým.

Nejsladší a nejdobrotivější Ježíši, jak veliká ti náleží úcta a vděčnost s ustavičnou chválou za přijetí tvého svatého těla, jehož vznešenost není s to žádný člověk vypovědět. Ale nač mám myslet při tomto svatém přijímání, když přistupuji k svému Pánu, kterého nedokážu náležitě uctít, a přece ho toužím zbožně přijmout? Nač mohu myslet lepšího a spasitelnějšího, než se před tebou zcela pokořit a velebit tvou nekonečnou dobrotu.¹³⁵

2.8.4 Pokora jako zbraň proti d'áblu

Chceme-li uniknout d'áblovým nástrahám, v první řadě musíme uplatňovat ctnost pokory. Pokora jakoby nám dávala imunitu. D'ábel je totiž důsledkem své vzpoury proti Bohu zafixován v postoji pýchy. Neumí být pokorný a pokoru nechápe. Ze všeho, co padělává, včetně padělané pokory, vždy dýchá pýcha. D'ábel nemá tušení, jak pokora reaguje. Tato ctnost mu vždy přehází karty a přemůže ho.¹³⁶

D'ábel nemá děsivější protivníky, než slabé, ale pokorné duše, protože:

Co je slabé, vyvolil Bůh, aby zahanbil silné; neurozené v očích světa a opovržené Bůh vyvolil, ano vyvolil to, co není, aby to, co jest, obrátil v nic. (Kor 1,27-28)

Podobnou zkušenost popisuje sv. František Saleský v jednom ze svých přirovnání:

Poštolka má tu zvláštní a tajemnou vlastnost, že svým křikem a pohledem děsí dravé ptáky. Proto ji holubi mají raději než všechny ostatní ptáky a v její blízkosti žijí v bezpečí; podobně pokora zahání Satana a zachovává v nás milosti a dary svatého Ducha, a proto všichni svatí, ale zejména Král svatých a jeho Matka vždycky tuto důstojnou ctnost ctili a milovali více než kteroukoli mravní vlastnost jinou.¹³⁷

Další výzbroj k duchovnímu boji se Zlým, pokoru nevyjímaje, nám doporučuje následující úryvek:

Církev od svých počátků a po celou svou dlouhou historii vyzývala křesťany k bdělosti a k ustavičnému boji s Protivníkem. K tomu, aby věřící mohl bojovat s velkým Drakem, dávným Hadem, a aby jej dokázal přemoci, je vyzbrojen Pánem v církvi. Jeho zbraně jsou zbraně světla v pokoře a v pravdě. Jsou to víra a svátosti víry, Písmo, modlitba, půst, přímlyvy Panny Marie a svatých, svátostiny atd.¹³⁸

¹³⁵ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 226.

¹³⁶ Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 53.

¹³⁷ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 99 – 100.

¹³⁸ P. Madre. *Ale zbav nás od zlého*. s. 5.

Velice známý je výrok Matky Terezy z Kalkaty: „Být svatý znamená dělat malé věci s velkou láskou.“¹³⁹ Často se snažíme o opak. Pokoušíme se o velké věci s malou láskou. A to je důvod, proč z nás Zlý nemá strach. Když budeme pokorní v tom, co děláme, a budeme dělat malé věci s velkou láskou, ďábel od nás bude muset utéct!¹⁴⁰

2.8.5 Pokora v utrpení

Každý trpící člověk se ptá po příčině utrpení, po smyslu a zároveň po konečné hranici utrpení. A trpí ještě víc, nenachází-li uspokojivou odpověď.

Kristus na kříži společně se strašným břemenem, pod nímž zakouší celé zlo obsažené v hříchu, kterým je odvrácení se od Boha, prožívá v božské hloubce spojení Syna s Otcem lidsky nevyslovitelným způsobem utrpení, jímž je odloučení od Otce, jeho odmítnutí, přerušené spojení s Bohem.¹⁴¹ O smyslu lidského utrpení ve spojení s utrpením Kristovým můžeme přemýšlet v níže uvedené citaci:

Lidské utrpení dosáhlo v Kristových mukách svého vrcholu. Zároveň však vstoupilo do nové dimenze a nového řádu věcí: je spojeno s láskou, tou láskou, která plodí dobro, vytváří je utrpením dokonce ze zla, tak jako nejvyšší dobro vykoupení světa vzešlo a stále vychází z Kristova kříže.¹⁴²

Kristus uskutečnil vykoupení svým utrpením, a tím zároveň pozvedl i lidskou bolest do roviny vykoupení. Pokud člověk skrze víru odhaluje Kristovo vykupující utrpení, nachází v něm současně své vlastní utrpení a vírou je vidí obohacené o nový obsah a význam.¹⁴³ O významu pokory ve chvíli utrpení hovoří následující úryvek:

Každý, kdo se pokoří v hodinu zkoušky, má účast na ponížení, umučení a ukřižování Krista, se kterým bude také vyvýšen do slávy Syna Božího, až nadejde čas. Tam bude věčně se všemi pokornými chválit Boží svatost a lásku.¹⁴⁴

Velice těžce prožíváme bezmoc, zkoušky a obtíže, ve kterých se nedá nic dělat. Cítit se ubohý, bezbranný a bezmocný je velká zkouška, zejména když jde

¹³⁹ Srov. G. Watts. *Temné noci Matky Terezy*. s. 15.

¹⁴⁰ Srov. E. Vella. *Ježíš – lékař těla i duše*. s. 98.

¹⁴¹ Srov. Jan Pavel II. *Salvifici doloris*. 18.

¹⁴² Tamtéž. 18.

¹⁴³ Tamtéž. 20.

¹⁴⁴ M. F. Lacan. Pokora. In X. Léon-Dufour. *Slovník biblické teologie*. s. 342.

o někoho blízkého. Vidět trpět člověka, jehož máme rádi, a nemít žádný prostředek, jak mu pomoci, je bezpochyby jedna z nejhorších bolestí v tomto životě. Ale i když nemáme žádnou moc nad skutečností a žádnou konkrétní možnost, jak zasáhnout, zůstává nám vždy možnost navzdory všemu dál věřit, doufat, milovat. Vložit všechnu naději v Hospodinovu věrnost a moc.¹⁴⁵

Tento postoj musí provázet hluboká a odevzdaná pokora, jinak není možný. Jakmile věříme, doufáme, milujeme, v neviditelné oblasti se něco děje a ovoce se dříve nebo později, to určí Boží milosrdenství, dostaví.

Jakmile člověk v obtížné situaci přijme, že všemu nerozumí, že vše nezvládá, začne ji přijímat a tázat se, co od něho v dané chvíli očekává Bůh, postupně se mu dostane světla (například učinit úkon pokorné důvěry, odpustit, modlit se...). A když člověk k tomuto světlu přilne, ihned přijde upokojení a svoboda: už nebude zajatcem nebo obětí situace (i když ta se navenek nezměnila), vezme svůj život zodpovědně do rukou, jde vpřed, koná úkony a též nachází sílu, neboť postřehuje, kam napřít síly.¹⁴⁶

Můžeme si přečíst mnoho vznešených myšlenek a úvah o utrpení. Ale ve chvíli, kdy je člověk v ohni nějaké bolesti nebo trápení, pociťuje hořkost, neodpuštění světu, lidem, Bohu. Možná je na místě položit si otázku:

Jste schopni odpustit světu a přijímat ho s láskou, i když vás zklamal, že není dokonalý, i když je v něm tolik nespravedlnosti a krutosti, nemoci a zločinů, zemětřesení a nehod? Můžete mu odpustit jeho nedokonalost a milovat ho, protože je zároveň nesmírně krásný a dobrý a protože to je jediný svět, který máme?

Jste schopni odpustit lidem kolem vás a milovat je, i když vám ublížili a zklamali vás, že nejsou dokonalí? Můžete jim odpustit a milovat je, protože dokonalí lidé neexistují a protože trest za to, že člověk není schopen milovat nedokonalé lidi, je osamělost?

Jste schopni odpustit Bohu a milovat ho, když jste zjistili, že ani on není dokonalý, i když vás zklamal tím, že dopustil ve svém světě existenci neštěstí, nemoci a krutosti, a dokonce aby se některé z těchto věcí staly i vám?¹⁴⁷

Schopnost milovat a odpouštět nám dal Bůh jako zbraně, aby nám umožnil žít život naplno, statečně a smysluplně v tomto ne zrovna dokonalém světě.¹⁴⁸

Pokorný a tím i pokojný přístup k utrpení nám otvírá dveře k důvěře:

Často nám není dáno znát důvod, proč Bůh zadržuje své rámě a nezasahuje. On nám však rozhodně nebrání v tom, abychom mocně volali jako Ježíš na kříži: „Bože můj, Bože můj, proč jsi mě opustil?“ Měli bychom setrvat s touto otázkou před jeho tváří v modlitebním dialogu: „Pane svatý a věrný, jak dlouho ještě budeš váhat?“ Je to svatý Augustin, kdo dává na danou otázku odpověď víry: „*Si comprehendis, non est Deus*“ – Kdybys to chápal, pak

¹⁴⁵ Srov. J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 47.

¹⁴⁶ J. Philippe. *Volání k životu*. s. 66.

¹⁴⁷ H. Kushner. *Když se zlé věci stávají dobrým lidem*. s. 140.

¹⁴⁸ Srov. tamtéž. s. 140 – 141.

by to nebyl Bůh. Náš protest nechce Boha vyzývat, ani budit dojem, jako kdyby v něm byl přítomen omyl, slabost či netečnost. Pro věřícího je nemyslitelné, že On by byl bezmocný nebo že by právě „spal“.¹⁴⁹

Pokora přijímá Boží tajemství a má k Němu důvěru i v temných chvílích. Díky ní setrváváme v pevné jistotě, že Bůh je náš Otec a že nás miluje, i když pro nás jeho mlčení zůstává nepochopitelné.¹⁵⁰

Tento pokorný postoj lze vyjádřit přirovnáním hlíny v ruce hrnčíře. Hlína si sama nemůže dát tvar, pouze hrnčíř vidí, co by z hlíny mohlo vzniknout, a jenom jeho zručné ruce to dovedou vytvořit. Hlína nemůže dělat prakticky nic, aby se změnila v nádherný předmět. Může však být měkká, pružná a citlivá na hrnčířův dotek. Prožíváme strach, že nás Boží vůle může zlomit, že zkouška je příliš těžká. A přesto hlínu nepoláme nic, co s ní hrnčíř může učinit – pokud neztvrdne a neztuhne. Dokud je poddajná, nikdy se nezláme. Jakmile se však začne vzpírat hrnčířovu doteku a bránit se tvarování, vystavuje se velkému nebezpečí, že bude polámana.¹⁵¹

My jsme tou hlínou v ruce božského hrnčíře, naše poddajnost, měkkost a tvárnost se nazývá „pokora“.

2.9 Prostředky získání pokory

Jak vzácnou ctnost pokory získat? V celém předchozím pojednání o pokoře jsme se toho na mnoha místech dotkli, nyní se pokusíme výše poznané popsat přehlednou formou.

2.9.1 Sebepoznání

Duše musí položit základy pokory na sebepoznání. Voláme slovy žalmisty: *Co je člověk, že na něho pamatuješ, syn člověka, že se ho ujímáš?* (Žl 8,5) Ale ani přesné poznání toho, čím jsme před Bohem, a našich špatných sklonů nestačí. Musí nám přejít do života a do duše, vytvořit v nich postoj, určovat chování

¹⁴⁹ Benedikt XVI. *Deus caritas est.* 38.

¹⁵⁰ Srov. tamtéž.

¹⁵¹ Srov. T. Green. *Když vyschne studna.* s. 118.

v celém našem životě. Sebepoznání tedy získá plnou účinnost, teprve až se přetvoří v pokoru.¹⁵²

Fakta pro toto sebepoznání poskytuje zpytování svědomí. To nás vede k *rozumové pokoře*. Ovšem ani nejhlubší sebepoznání se nezíská přímým zpytováním svědomí, ale pohledem na Boží dokonalost a dobrotu. Jinými slovy: pokořování se neděje jen soustředěním se na vlastní hříchy a nicotnost, mnohem účinnější je setkání s Boží velikostí, láskou a velkorysostí. Příkladem toho je zázračný Petrův rybolov, kde je Petr pohnut k hluboké pokoře ne neúspěchem, ale neuvěřitelným úspěchem! Je doslova přemožen Boží dobrotou (srov. Lk 5,1-11).

2.9.2 Modlitba

Rozněcovanou pokoru bychom marně chtěli získat nějakým vlastním úsilím. Je Božím darem a my si tento dar, toto světlo pokory, máme vyprošovat:

Chudý si je vědom své ubohosti, a vztahuje tedy ruku. Pyšný, který vidí svou pýchu, musí žebrot o pravdu a světlo, jež vytvářejí pokoru. Jeho modlitba musí být o to naléhavější, že jeho pýcha je větší a že pokora je základ a podmínka veškerého duchovního pokroku.¹⁵³

Příkladem této vroucí touhy po pokoře nám může být svatý Silván:

A já prosím ve dne v noci Boha o pokoru Kristovu. Můj duch po ní žízní, protože je to nejvznešenější dar Ducha svatého. V Kristově pokoře jsou obsaženy láska, pokoj, tichost, střídmost, poslušnost, velkodušnost, prostě všechny ctnosti.¹⁵⁴

2.9.3 Pokořování

Je nezbytné si světlo pokory vyprošovat, ale neméně důležité je toto světlo dobře přijímat. Jednou Boží odpovědí je světlo, které odhaluje zlo v duši a vzdaluje ji vši ješitnosti. Je ale ještě jedna Boží odpověď na naši modlitbu o pokoru, a tou je pokoření samo. O nečekaných pozitivních přirozených pokořování nás poučí následující text:

¹⁵² Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 7.

¹⁵³ Tamtéž. s. 48.

¹⁵⁴ K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 196 – 197.

Pokoření, která nám způsobují naše nedostatky, naše možná už potírané sklony, naše porážky, nebo omyly, ba i nepřátelství bližního, jsou vzácnými svědectvími o tom, jak o nás Bůh pečuje. Bůh používá pro tvárnění duší všechny možnosti své moci a moudrosti. Jak bychom o nich mohli soudit jinak? Vždyť vidíme, že každá hluboká milost tryská z pokoření jako ze své normální půdy.¹⁵⁵

Pokora se tedy neprojevuje a nezraje abstraktně. Roste při pokořeních, která jsou opakem plánů a tužeb člověka. Těch je bezpočtu a je zbytečné je jmenovat. Každý je rozpozná a uhádne ze zkušenosti.¹⁵⁶

Pokořování si nemusíme křečovitě vyhledávat, pro duši nejprospěšnější a Bohu nejmilejší jsou taková, která nás potkají náhodou nebo která nám přinese naše životní postavení, protože ta jsme si nevybírali, ale přijali je tak, jak nám je Bůh seslal – a ten umí vždycky lépe volit než my.¹⁵⁷

Když jsme ochotní tato pokoření přijímat a děkovat za ně Bohu s vděčností, znamená to, že jsme pochopili jejich cenu. Boží milost je přitahována a vlévá se do našich postojů a projevů, které chtějí být upřímné a hlavně vyjadřují touhu po světle a pravdě.

Vedlejším účinkem takto přijímaných pokořování je zvláštní radost a nezranitelnost. Co napohled vypadá jako hořké, zesládne. Když se díváme na konkrétní pokoření jako na důkaz Boží péče, ze kterého naše duše bude mít užitek, místo smutku, rozčilení a sebelítosti, které mají svůj kořen v uražené pýše, se dostaví svoboda, lehkost a veliká vděčnost, že jsme v Boží péči.

¹⁵⁵ Marie-Eugène od Ježíše. *O pokoře*. s. 49.

¹⁵⁶ Srov. D. Mongillo. Pokora. In S. Fiore. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 651.

¹⁵⁷ Srov. F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 107.

3 Pýcha jako hlavní nepřítel pokory

V této kapitole se podíváme na závažnost hříchu pýchy jako úhlavního nepřítele pokory. Nejprve necháme promluvit Boží slovo, s jakou bolestí se dívá na naši pýchu Hospodin ústy proroka Jeremiáše:

Vskrytu bude plakat má duše kvůli vaší povýšenosti, slzy mi proudem potečou z očí, až bude Hospodinovo stádce vedeno do zajetí. (Jer 13,17)

Když měli křesťanští učitelé morálky stanovit pořadí hříchů podle závažnosti, kladli pýchu na první místo:

Neřesti mohou být seřazeny souběžně s ctnostmi, jejichž jsou opakem, nebo mohou být spojeny s hlavními hříchy, které křesťanská zkušenost rozlišuje podle Jana Kassiana a svatého Řehoře Velikého. Nazývají se hlavní, protože plodí jiné hříchy, jiné neřesti. Jsou to: pýcha, lakomství, závist, hněv, smilstvo, nestřídmost, lenost nebo zahálčivost.¹⁵⁸

Právě pýchu považoval Augustin za příčinu toho, proč se satan odvrátil od Boha. Padlí andělé pak zopakovali stejný způsob myšlení u lidí, když je sváděli, aby byli „jako bohové“.¹⁵⁹

Písmo mluví o hříchu padlých andělů. Tento jejich „pád“ spočívá ve svobodném rozhodnutí těchto stvořených duchů radikálně a neodvolatelně odmítnout Boha a jeho vládu. Ohlas této vzpoury nacházíme ve slovech, kterými se pokušitel obrátil na naše Prarodiče: „Budete jako Bůh“.¹⁶⁰

Všechna ohrožení a všechny pády, ke kterým na tomto světě dochází, nevznikly z jiné příčiny než z „pozdvížení hlavy“.¹⁶¹ G. K. Chesterton vidí hřích pýchy jako tak velké nebezpečí, že prohlásil: „Kdybych měl mít jen jedno kázání, kázal bych proti pýše.“¹⁶² A Carlo Carretto jakožto zralý muž to vidí podobně: „Nikdy bych si nepomyslel, že v našem vztahu k Bohu může být pýcha tak nebezpečná a pokora tak potřebná.“¹⁶³

Pokud chceme nějak definovat pýchu, mohli bychom říci, že „pýcha je nepravdivé hodnocení a vynášení sebe nad skutečnou pravdivou hodnotu a na úkor povinné úcty vůči Bohu i lidem.“¹⁶⁴

¹⁵⁸ KKC 1866.

¹⁵⁹ Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 29.

¹⁶⁰ KKC 392.

¹⁶¹ Srov. *Františkánské prameny*. s. 780.

¹⁶² Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 30.

¹⁶³ C. Carretto. *Hledal jsem a našel jsem*. s. 87.

¹⁶⁴ A. Honek. *Žiji ve víře v Syna Božího*. s. 103.

Ježíš ostře kritizoval pýchu farizejů a ve svém podobenství o marnotratném synu dokazuje, že marnotratník je se všemi svými hříchy konec konců mnohem otevřenější a může snáze dosáhnout spásy než starší syn, který zůstal v Otcově domě, ale ve své domnělé soběstačnosti byl „milostivzdorný“.¹⁶⁵

Ještě necháme k závažnosti pýchy promluvit Boží slovo a pak se budeme věnovat jednotlivým podobám pýchy, abychom je mohli u sebe rozpoznat a „lécit“ pokorou:

Pýchu nenávidí Hospodin i lidé, pro oba je bezprávi potupou. (Sir 10,7)

Proč se pyšně vypíná ten, kdo je prach a popel? (Sir 10,9)

3.1 Pýcha vlastnická

Vlastnickou pýchu bychom mohli také charakterizovat jako pýchu na vnější hodnoty. Nazýváme ji spíše marnivostí, ješitností. Biblická pokora se v protikladu s ní označuje spíše jako skromnost. „Tato pýcha je nejhloupější, avšak též nejméně nebezpečná, neboť je nejvnějšnější. Před světlem pokory obvykle ustoupí jako první.“¹⁶⁶

Sv. František Saleský říká, že tu jde někdy o „vášničku“ docela směšnou, je udivující, čím vším se lidé dovedou chlubit. Nicméně tato forma pýchy má tuhý život, umírá prý „až půl hodiny po smrti člověka“.¹⁶⁷ Až s humorným nadhledem se do této pýchy naváží:

Jsou lidé, kteří se pyšně napařují proto, že jezdí na pěkném koni, nebo že mají klobouk s chocholem či nádherné oblečení. Kdo by neviděl, jaká je v tom pošetilost? Neboť je-li tu nějaký důvod k velebení, pak velebme koně, ptáka nebo krejčího. A jaká to ubohost vypůjčovat si své ocenění od koně, ptačího pera nebo šatní ozdoby! Jiní se vyvyšují a zhlízejí na svůj nakroucený knír, pěstěnou bradku, nakadeřený účes, jemné ruce, na to, jak dovedou tančit, hrát nebo zpívat – není to ubohost chtít zvýšit svou cenu dodat si na vážnosti něčím tak malicherným a bláhovým? Všechno toto je nesmírně marné, hloupé a scestné – a také sláva, kterou člověk z tak plytkých pohnutek čerpá, je marná, hloupá a nicotná.¹⁶⁸

A Tomáš Kempenský tuto myšlenku rozvádí ještě dál: „Ješitnost je věru zlý mor a největší marnivost, poněvadž odvádí od pravé slávy a zbavuje nebeské

¹⁶⁵ Srov. K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 274 – 275.

¹⁶⁶ Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 31.

¹⁶⁷ Srov. T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 301.

¹⁶⁸ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 100.

milosti. Neboť líbí-li se člověk sobě, nelíbí se tobě; dychtí-li po lidské chvále, přichází o pravé ctnosti.¹⁶⁹

Ježíš napomíná ostře farizeje: *Vy před lidmi vystupujete jako spravedliví, ale Bůh zná vaše srdce: neboť co lidé cení vysoko, je před Bohem ohavnost. (Lk 16,15)*

Energii, kterou věnujeme tomu, jak vypadáme a co máme, bychom mohli použít lépe, totiž na vytváření vztahů. Důležité je, abychom se nechali vést láskou. Jak se stáváme pokornějšími, mění se naše priority.¹⁷⁰

3.2 Pýcha rozumová

Před touto pýchou nás varuje Písmo slovy: *Kdo spoléhá na svůj rozum, je hlupák, ale kdo žije moudře, unikne zlému. (Př 28,26)*

Pýcha rozumová znamená spoléhání se na své schopnosti, na rozum, inteligenci, vědomosti. Projevuje se nadřazeností, touhou po počtách, nechutí k službě.

O nebezpečí nadvlády rozumu nad vírou a jeho důsledcích se můžeme poučit z dějin: „Protestantská svoboda posuzování postavila rozum proti předmětu víry, a tak roznítla pýchu rozumu. Když francouzská revoluce vyhlásila absolutní práva rozumu, stal se z této pýchy hřích celospolečenský.“¹⁷¹

Právě tato pýcha je příčinou odpadnutí celých mas od víry a brání tolika duším, které žízní po světle a životě, v přístupu k prameni, který by uhasil jejich žízeň. Věřící lidi vynikajícího rozumu zastavuje před Božími temnotami, do nichž lze proniknout jen prostým pohledem kontemplace.¹⁷²

Bůh je nade vším poznáním a nade vším rozumem. Pokorná duše stojí před skutečností Boha s úctou a láskou; pyšnému na svůj intelekt patří následující varování:

¹⁶⁹ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 169.

¹⁷⁰ Srov. G. Chapman. *Láska jako životní styl*. s. 120.

¹⁷¹ Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 36.

¹⁷² Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 36 – 37.

Pyšný snadno upadne do nízkých hříchů; teolog, pyšný na své vědomosti, nakonec zastává bludy. Soběstačnost vlastního úsudku je nejtěžší nemoc intelektuálů, kteří ztratili pokoru, „vlastní vůle“, „svévole“ se pak jmenuje pýcha lidí schopných v praktickém životě.¹⁷³

Čím větší a lepší máme vědomosti, tím přísněji pak budeme souzeni, pokud nebudeme i svatěji žít. Tedy lepším postojem je mít bázeň z toho, co nám bylo dáno znát, než nějaké vynášení se svým uměním či vědomostmi: „Opravdu veliký je ten, kdo má velkou lásku. A opravdu správně vzdělaný je, kdo činí Boží vůli a zříká se své.“¹⁷⁴

Boží slovo celkem nekompromisně tuto myšlenku potvrzuje:

Uvidíš-li muže, který si připadá moudrý, věz, že hlupák má víc naděje než on. (Př 26,12)

3.2.1 Pocty

Nehledejme prázdnu slávu. (Gal 5,26) Tak nás nabádá Písmo. Ježíš ve svém podobenství o místě na svatební hostině doporučuje netlačit se dopředu, nemít „ostré lokty“. Končí slovy: *Neboť každý, kdo se povyšuje, bude ponížen, a kdo se ponižuje, bude povýšen (Lk 14, 7-11).*

Pokud nám záleží na vysokém mínění druhých, na ocenění v očích lidí, neustále prožíváme strach a nepokoj, jsme-li dostatečně ceněni. Mnoho lidí se kvůli tomu opravdu trápí a zažívá velikou nesvobodu, jak dokládá následující úryvek:

Vidí-li ďábel, že rozum je zatemněný, všemožně usiluje jej zaslepit docela; a zjistí-li, že je někdo tak slepý a klade svou spokojenost do věcí tohoto světa, jež jsou nicotné a nestálé jako dětské hry, přesvědčí se, že má co dělat s dítětem, a také s ním tak jedná a baví se tím, že na něho útočí jednou i vícekrát.¹⁷⁵

Lidé, kteří jen Bohu připisují všechno, co dostali dobrého, nevyhledávají slávu mezi sebou vespolek, ale usilují o slávu, která je od Boha, protože „Kráľ slávy neodměňuje své služebníky podle toho, jak vznešený úřad zastávají, ale podle toho, s jakou láskou a pokorou jej zastávají.“¹⁷⁶

¹⁷³ T. Špidlík. *Prameny světla*. s. 301.

¹⁷⁴ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 17.

¹⁷⁵ P. Madre. *Ale zbav nás od zlého*. s. 6.

¹⁷⁶ F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 96.

3.2.2 Rozum a víra

Nyní se zamyslíme nad vztahem víry a rozumu, nad nemožností rozumem pochopit Boží skutky:

Věčný, nesmírný a nekonečně mocný Bůh činí velké a nevyzpytatelné divy na nebi i na zemi a jeho podivuhodná díla nelze probádat. Kdyby lidský rozum uměl Boží skutky snadno pochopit, nemohly by se nazývat podivuhodnými a nevýslovnými.¹⁷⁷

I když je víra nad rozumem, nikdy nemůže být opravdový rozpor mezi vírou a rozumem. Poněvadž tentýž Bůh, který zjevuje tajemství a sděluje víru, vložil také do lidského ducha světlo rozumu; tento Bůh nemůže ani popřít sám sebe, ani pravda nemůže odporovat pravdě.¹⁷⁸

Podle svatého Silvána pyšní lidé, kteří doufají, že se všemu naučí rozumem, nikdy nepochopí Boží lásku, která je srdcem křesťanské víry, nepochopí tajemství Kristova vtělení a tajemství jeho výkupného utrpení. Pro poznání Boží lásky je totiž zapotřebí pokory: „Mnozí studovali všechna náboženství, ale tím nepoznali, jaká má být opravdová víra. Jestliže však někdo pokorně vyzývá Boha, aby ho osvítil, Pán mu dá poznat, jak moc miluje člověka.“¹⁷⁹

Do problematiky vztahu víry a rozumu nás uvádí encyklika Jana Pavla II. *Fides et ratio*, ze které citujeme:

Učení dvou vatikánských koncilů otevírá horizont opravdové obnovy i pro filozofické vědění. Zjevení uvádí do dějin skutečnost, kterou nemůže člověk opomenout, chce-li dospět k pochopení tajemství své existence; na druhé straně však toto poznání stále odkazuje k tajemství Boha, jež nemůže rozum nikdy vyčerpát, nýbrž jen přijmout ve víře. Mezi těmito dvěma momenty má rozum svůj zvláštní prostor, který mu dovoluje zkoumat a chápat, aniž by byl omezován něčím jiným než svou konečností tváří v tvář nekonečnému tajemství Boha.¹⁸⁰

3.2.3 Pýcha vůle

Pýchu uhoštěnou ve vůli vyživují hodnoty, které tato mohutnost nachází v sobě samé, ve své nezávislosti, ve své moci poroučet a ve vědomí své síly. Projevuje se problémy s podřízením se uznané autoritě, přehnanou důvěrou v sebe a panovačnou ctižádostí: „To ona říká *Non serviam* a rozvrací každé

¹⁷⁷ T. Kempenský. *Následování Krista*. s. 263.

¹⁷⁸ KKC 159.

¹⁷⁹ Srov. K. Lachmanová. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. s. 198.

¹⁸⁰ Jan Pavel II. *Fides et ratio*. 14.

společenství, rodinné i občanské, neboť ničí podřízenost, která je principem řádu a spolupráce.¹⁸¹

Pýcha vůle odmítá nebo komplikuje podřízenost Bohu anebo příliš věří v moc a účinnost svého úsilí i v nadpřirozené oblasti, a tudíž nechápe Ježíšova slova: *Beze mne nemůžete dělat nic. (Jan 15,5)*

Ch. Ponsardová ve své knize *Víra v rodině* upozorňuje rodiče:

Výchova pevné vůle je nanic, když spolu s ní neroste i pokora. Radujme se, když naše dítě pracuje s velkým nasazením, když dokáže ovládnout hněv nebo zakroutit krkem žárlivostí, ale radujme se ještě víc, když umí přiznat neúspěch a nehroučí se z toho, když umí požádat Boha i své bratry o odpuštění, když chápe, že potřebuje druhé lidi. Nepadnout je dobré, ale ještě lepší je dokázat po pádu znovu povstat.¹⁸²

Shrnutí výše řečeného nám opět umožňuje Boží slovo:

Důvěřuj Hospodinu celým srdcem, na svoji rozumnost nespolehej. Poznávej ho na všech svých cestách, on sám napřímí tvé stezky. Nebuď moudrý sám u sebe, boj se Hospodina, od zlého se odvrát'. To dá tvému tělu zdraví i svěžest tvým kostem. (Př 3,6-8)

3.3 Pýcha duchovní

Tato pýcha je nejnebezpečnější formou pýchy. Duchovně pyšný člověk se honosí nejen svými skutky, jako by byly pouze jeho, ale i duchovním obdarováním. Takový člověk využívá svého duchovního bohatství k tomu, aby ho druzí obdivovali a vážili si ho, uspokojuje jím svou potřebu náklonnosti nebo ovládnutí a prosazování svých osobních představ.¹⁸³

Tak nebezpečná je tato pýcha proto, že osobnost, která se sama sobě klaní jako modle, nahradí Boha, a co dostala jako nástroj a prostředek, používá k tomu, aby se druhým i sobě vnutila jako cíl a božstvo:

Corruptio optimi pessima. Zkažení nejlepšího plodí nejhorší. Zde si nemůžeme bez chvění nevybavit žalostné pády duší, které Bůh zvlášť obdařil. Používali výsad své zvláštní blízkosti s Pánem, ne-li aby ho zradili polibkem jako Jidáš, pak přinejmenším, aby sytili svou pýchu a prosadili svou osobnost.¹⁸⁴

¹⁸¹ Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře.* s. 34.

¹⁸² Ch. Ponsardová. *Víra v rodině.* s. 107.

¹⁸³ Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře.* s. 40.

¹⁸⁴ Tamtéž. s. 41.

Výstižně pojmenovává toto nebezpečí sv. Augustin ve svém výroku: „Z andělů se stali ďáblové pýchou; z lidí udělá anděly pokora.“¹⁸⁵

Když se snažíme využívat Boží obdarování, aniž žijeme v jeho milosrdenství, hrozí nám buď pýcha anebo zoufalství:

Když se mi daří konat velké věci, nakonec uvěřím tomu, že svatosti mohu dosáhnout vlastními silami; a když se mi naopak nedaří plnit svá předsevzetí, zmocní se mě sklíčenost. V prvním i druhém případě však budu mít k pokornému srdci, které člověka uschopňuje přijmout Boží lásku, hodně daleko. Svatost se sice získává konkrétními skutky lásky, ale nikdy nezapomínejme, že není dílem lidským, ale ničím nezaslouženým Božím darem.¹⁸⁶

Jedním z projevů duchovní pýchy jsou stavy hněvu, nelibosti a zatrpklosti vůči sobě samému. Mají svůj původ v samolibosti: rozčiluje nás totiž a zneklidňuje, že nejsme dost dokonalí podle své představy.¹⁸⁷

Rozervanost, smutek, malomyslnost, které přicházejí po neúspěších a chybách, jsou málokdy jednoznačné, zřídka jde o čistou bolest, že jsme urazili Boha. Je to směs bolesti a pýchy. Náš smutek a skleslost nepramení ani tak z toho, že jsme urazili Boha, ale ze zklamání, že ideální obraz, který jsme o sobě měli, se najednou roztránil. Naše bolest je často bolestí uražené pýchy!¹⁸⁸

Právě tato přehnaná bolest je znakem, že jsme všechnu svou důvěru nevložili do Boha, ale do nás samých. To se nemůže stát pokorným, kteří se nikdy nepřeceňují a opírají se jen o samotného Boha; nikdy nejsou svými pády ani překvapení ani zmatení, protože světlo pravdy a pokory jim umožňuje vidět, že je to přirozený výsledek jejich slabosti.¹⁸⁹

Dalším projevem duchovní pýchy je *srovnávání*. Živý příklad tohoto postoje nám předkládá Ježíš v podobenství o farizeovi a celníkovi (srov. Lk 18,10-14). Oba říkají pravdu, ale farizeus se vynáší svou ctností, celník se pokořuje pro svůj hřích. Bůh jakoby nehleděl ani na ctnost, ani na hřích: v prvním vidí jen jeho domýšlivost, ve druhém jen jeho pokoru.¹⁹⁰ Farizeus staví svou představu o své hodnotnosti na základě svých dobrých vlastností.

¹⁸⁵ Srov. G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 38.

¹⁸⁶ Ch. Ponsardová. *Víra v rodině*. s. 88.

¹⁸⁷ Srov. F. Saleský. *Úvod do zbožného života*. s. 113.

¹⁸⁸ J. Philippe. *Hledej pokoj a zotrvaj v něm*. s. 38.

¹⁸⁹ Srov. tamtéž. s. 39.

¹⁹⁰ Srov. Marie-Eugène od Dítěte Ježíše. *O pokoře*. s. 38 – 39.

Ovšem s farizeovým pokusem založit svou identitu a důležitost na základě morálního úspěchu je spojeno nevyhnutelné srovnávání sebe samého s každým jiným člověkem. A v tomto postoji je opět skryté velké nebezpečí pýchy:

Výsledkem srovnávání je jistý odstup, jistá nadřazenost; je to sotva znatelné, leč osudné přetržení základního pouta, jež ho jakožto člověka, který je v každém případě křehký, zranitelný a chybující, pojí s tím druhým člověkem v chrámu – jeho bližním. Ve své podstatě je pýcha touhou dívat se spatra na ty druhé, nebo jinak řečeno: pýcha je odmítnutím uznat a připustit, že je tu se mnou ještě někdo jiný, kdo je mi roven nebo kdo mě dokonce převyšuje.¹⁹¹

Tento postoj vystihuje citát z knihy *Příslaví*:

Pýcha očí a nadutost srdce, ač jsou svévolníkům světlem, jsou hříchem. (Př 21,4)

Celou kapitolu o pýše necháme opět shrnout Božím slovem, které vystihuje všechny tři podoby pýchy, pýchu vlastnickou, rozumovou i duchovní:

Kdo ti dal vyniknout? Máš něco, co bys nebyl dostal? A když jsi to dostal, proč se chlubiš, jako bys to nebyl dostal? (1 Kor 4,7)

¹⁹¹ G. Tomlin. *Sedm hlavních hříchů*. s. 33.

4 Zdravé sebevědomí v dialogu s pokorou

Má-li se pokora zakládat na pravdě, musíme přijmout celou pravdu o sobě, a to je na jedné straně ten „prach“, bídu a nicotnost, ale na straně druhé úžasný záměr Boží s člověkem, to pozvání do úzkého společenství se samotným Bohem, na kterém se má zakládat naše identita. Z toho vidíme, že žít v pokoře znamená určité napětí, napětí mezi dvěma póly naší skutečnosti, z nichž žádný bychom neměli pustit ze zřetele, máme-li být v pravdě. Proto není na místě ani nemírné nadšení ze sebe sama, ani zoufalství. A právě o tom by měla být tato kapitola, kterou uvede myšlenka z dokumentu *Gaudium et spes*:

Nevyrovnanosti, jimiž trpí dnešní svět, souvisí s hlubší nevyrovnaností, jež tkví v srdci člověka. V člověku samém je mnoho činitelů, které se mezi sebou střetávají. Zatímco na jedné straně zjišťuje, že je mnohostranně omezen, neboť je bytost stvořená, cítí na druhé straně, že je ve svých touhách neomezený a povoláný k vyššímu životu. (GS 10)

Budeme-li hovořit o zdravém sebevědomí, musíme si uvědomit, že podstatou duchovního života je opravdovost. Jakýkoli sebeklam, týkající se čehokoli a na jakékoli rovině, působí destruktivně na celý duchovní život. To, že nenazýváme věci pravými jmény a žijeme v polopravdách a ústupcích, působí, že není možné zakusit osvobození z životního zmatku, nepořádku, bloudění, z životní povrchnosti.¹⁹²

4.1 Identita

Naše sebevědomí úzce souvisí s pojmem *identita*. Identita je v podstatě odpovědí na otázku „Kdo jsem?“, případně „Kdo jsi?“ tam, kde jde o druhého člověka.

Můžeme se tázat slovy žalmu: *Co je člověk, že na něho pamatuješ, syn člověka, že se ho ujímáš? Jen maličko jsi ho omezil, že není roven Bohu, korunuješ ho slávou a důstojností. (Ž 8,5-6)*

¹⁹² Srov. J. Augustyn. *Čtvrthodinka upřímnosti*. s. 6.

Pro zajímavost se podíváme, jak pojímá identitu současná psychologie:

Tento pojem identity zahrnuje při tom pojetí schopností daného člověka, jeho sociálních aspektů (sociálních rolí a sociální pověsti, reputace) i pojetí jeho hierarchie nejvyšších hodnot, priorit. Takovéto pojetí identity je výslednicí jak přirozenosti člověka, tak vlivů kultury prostředí, v němž daný člověk žije. Má kvalitu relativně trvalé charakteristiky. Časem se moc nemění; člověk je z tohoto pohledu v jádře takovým, jaký je, po celý svůj život.¹⁹³

Potřeba identity je jednou z nejhlubších potřeb člověka: potřebuji vědět, kdo jsem, mám potřebu existovat ve svých očích i v očích druhých. Potřeba identity může mít několik rovin:

V nejpovrchnější rovině se člověk svou potřebu identity snaží uspokojit tím, že *má*, vlastněním hmotných statků, určitým stylem viditelného života: ztotožňuje se se svým bohatstvím, fyzickým zevnějškem, svou motorkou a svou jachtou. Dochází tedy k úděsné záměně: člověk si myslí, že uspokojí svou potřebu *být* tím, že bude *mít*.

Na už poněkud vyšší úrovni chce člověk svou potřebu uspokojit tím, že získá a bude uplatňovat určité schopnosti (sportovní, umělecké, intelektuální). To už je lepší, ale pak mu hrozí, že *být* zamění za *dělat*, že se ztotožní se souhrnem svých vloh a schopností.

Hledání identity v oblasti duchovního života probíhá stejně intenzivně. Člověk se chce realizovat v oblasti ctností a duchovních kvalit. To znamená, že se nevědomě ztotožňuje s dobrem, které je schopen konat. Konat dobro (modlit se, postit se, věnovat se službě bližnímu, evangelizovat, mít nějaké charisma atd.) je samozřejmě dobrá věc. Ale krajně nebezpečné je *ztotožňovat se s duchovním dobrem, jehož jsme schopni*.¹⁹⁴

Jistě ne náhodou se nám nyní vybaví roviny pýchy: vlastnická, rozumová a duchovní, které jdou vhodně přiřadit k těmto rovinám falešné identity. Všechny tyto identity jsou umělé a křehké, ať už je nacházíme v hmotném bohatství, v lidských talentech nebo v duchovních schopnostech. Je-li nám něco z toho odňato, hrouť se i naše domnělá identita.

Naše pravá identita spočívá v tom, že člověk je dítě Boží, a ať koná dobro nebo se mu to ještě nedaří, zůstává Božím dítětem, protože Boží dary jsou neodvolatelné. Náš nebeský Otec nás miluje zadarmo, kvůli nám samým, protože nás navždy přijal za svoje děti.¹⁹⁵

Výstižně tuto identitu Božího dítěte popisuje Boží slovo:

Pochválen buď Bůh a Otec našeho Pána Ježíše Krista, který nás v Kristu obdařil vším duchovním požehnáním nebeských darů; v něm nás již před

¹⁹³ J. Křivohlavý. *Psychologie smysluplnosti existence*. s. 182 – 183.

¹⁹⁴ J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 112 – 114.

¹⁹⁵ Srov. tamtéž. s. 115.

stvořením světa vyvolil, abychom byli svatí a bez poskvrny před jeho tváří. Ve své lásce nás předem určil, abychom rozhodnutím jeho dobroty byli skrze Ježíše Krista přijati za syny a chválili slávu jeho milosti, kterou nám udělil ve svém Nejmilejším. (Ef 1,1-6)

O kráse a důstojnosti naší identity mluví jinými slovy i následující text:

Jen člověk ze všech viditelných tvorů je schopen poznávat a milovat svého Stvořitele; je jediným tvorem, kterého Bůh chtěl pro něho samého; jen člověk je povolán, aby sdílel poznáním a láskou Boží život, k němuž byl stvořen a který je hlavním důvodem jeho důstojnosti.¹⁹⁶

4.2 Sebevědomí

Jak už samo rozložení slova „sebe – vědomí“ napovídá, bude se nám jednat o „uvědomění sebe“, nebo lépe vyjádřeno, o získání správného pohledu na sebe. V tomto smyslu se setkáváme i s pojmem „sebehodnota“. Každý člověk jako osoba se vyznačuje jedinečností, která mu umožňuje být „já“ a odlišuje ho od všech ostatních. Staví ho to před otázku osobního bytí:

Já jsem – smím být takový? Mám právo být takový, jaký jsem, a chovat se tak, jak se chovám? Jedná se zde o rovinu totožnosti, nalézání sebe samého a etiky. Aby na této rovině člověk obstál, potřebuje *pozornost, přijetí a ocenění*. Pokud se mu toho nedostává, objevuje se osamělost a stud a rozvíjí se hysterie. Má-li však člověk tyto tři podmínky naplněny, může být autentický, odvážný a váží si sám sebe. Souhrn těchto zkušeností utváří jeho *sebehodnotu a osobní bytí* – nejhlubší hodnotu jeho já.¹⁹⁷

Je jednoznačně prokázané, že zásadní vliv na tvorbu sebevědomí právě v souvislosti s pozorností, přijetím a oceněním má to, jak člověk prožíval své dětství.

Dítě vnímá přijetí či nepřijetí už v lůně své matky a již v nejranějším dětství si prostřednictvím reakcí jiných lidí potvrzuje hodnotu vlastní bytosti. Je-li přijímáno pozitivně a dostává se mu dostatek pozornosti, vytváří se v něm a posiluje základní důvěra k sobě, lidem i ke světu, získává pocit jistoty. Pokud v batolecím věku je dítě dostatečně oceňováno, roste v něm zdravá důvěra v sebe a své schopnosti. Sebehodnocení dítěte předškolního věku je závislé především na názoru rodičů, přijímá ho nekriticky, tak jak je mu prezentován. Hledá své

¹⁹⁶ KKC 356.

¹⁹⁷ S. Längle, M. Sulz. *Žít svůj vlastní život*. s. 45.

role v kolektivu a potřebuje zažít hrdost z dosažení určitého postavení. Ve školním věku sebevědomí ovlivňují dva aspekty hodnocení: emoční přijetí jako projev pozitivního citového vztahu, buď lásky nebo sympatie, anebo zavržení a odmítnutí jako výraz negativního citového vztahu nebo nezájmu; a dále racionální hodnocení výkonu nebo chování. Pozitivní hodnocení podporuje sebedůvěru a odvahu zvládat i další úkoly. V období dospívání roste sebevědomí přijetím skupiny a zároveň vytvářením důvěrných přátelství, dochází k osamostatňování. První vztahy k opačnému pohlaví sebevědomí dotvářejí.¹⁹⁸

To je velmi hrubý nástin, kde všude a kolika faktory se sebevědomí tvoří a zároveň kde všude se může zranit, poničit. A právě poničeným sebevědomím se budeme zabývat dále.

4.2.1 Nízké sebevědomí

Pokud jsme byli v dětství a mládí příliš kritizováni, ponižováni, nepřijati a negativně hodnoceni a pokud jsme tomu všemu uvěřili, je naše sebevědomí velice nízké, nemocné.¹⁹⁹ Jak se toto nemocné sebevědomí projevuje?

Jedním z typických projevů nízkého sebevědomí je nedůvěra v sebe a své schopnosti, která přerůstá v sebe-nenávidění a sebe-podceňování. Dále je to utkvělá představa špatného vlastního vzezření, pohrdání sebou; přesvědčení, že takového člověka nemůže mít nikdo rád. Velmi nebezpečné je mínění o nezměnitelnosti vlastních negativních charakteristik. Výslednicí je nedůvěra nejen k sobě, ale i k ostatním lidem, uzavřenost, osamělost.²⁰⁰

Toto nemocné sebevědomí rozhodně nemá nic společného s pokorou, i když některé projevy mohou vypadat zdánlivě podobně. Dokresluje nám to citace z knihy Henri Nouwena *Návrat ztraceného syna*:

¹⁹⁸ Srov. M. Vágnerová. *Vývojová psychologie*. s. 70 – 267.

¹⁹⁹ O druhém pólu nemocného sebevědomí - přehnaně vysokém sebevědomí, se zmiňovat nebudeme, protože má co do činění s pýchou, kterou jsme se zabývali podrobně výše.

²⁰⁰ Srov. J. Křivohlavý. *Jak zvládat deprese*. s. 77.

Po dlouhou dobu jsem považoval negativní představu o sobě samém za ctnost. Tolikrát jsem byl varován před pýchou a ješitností, že jsem pokládal za správné znevažovat se. Ale nyní si uvědomuji, že skutečným hřichem je popírat prvotní lásku Boží k mé osobě, ignorovat, že jsem byl stvořen jako dobrý. Když se totiž neopírám o tuto prvotní lásku a o to, že jsem byl stvořen jako dobrý, ztrácím kontakt se svým skutečným já a ničím se...²⁰¹

Boží slovo nás na mnoha místech ujišťuje o tom, že nás Bůh přijímá a v žádném případě si nás neoškliví, nechce tudíž, abychom sami sebe takto ničili. Uvedeme jedno takové léčivé slovo:

Miluješ všechno, co je, a neošklivíš si nic z toho, co jsi učinil, vždyť bys ani nemohl připravit něco, co bys měl v nenávisti. A jak by mohlo cokoli trvat, kdybys ty to nechtěl, anebo být zachováno, kdybys to nepovolal k bytí? Šetríš všechno, protože to je tvé, Panovníku, který miluješ život. (Mdr 11,24-26)

4.2.2 Sebeodmítání

Jedním z projevů nízkého sebevědomí je sebeodmítání, na které se podíváme z několika pohledů. Ani sebeodmítání nemá nic společného s pravdivou pokorou, i když právě určitá forma odmítání sebe a pohrdání sebou se v některých asketických knihách prezentovala jako ctnost pokory. Jak je nebezpečné tento postoj bez uvážení a rozlišování přijmout, svědčí Elias Vella, zkušený kněz právě v oblasti vnitřního uzdravování různě poničeného sebevědomí:

Všechny psychické problémy, kterými trpíme, jsou příznaky toho, že odmítáme sami sebe, že se nepřijímáme. Všechny strach, hněv, pocity viny, úzkosti, smutek, osamělost, neodpuštění, jejich hloubka a doba trvání jsou důsledky toho, že odmítáme sebe, nepřijímáme své tělo, pohlaví, zemi, kde žijeme, svou rodinu, povahu, věk a mnoho jiných věcí. Nemáme se rádi. A jestliže se nemáme rádi, naše neláska se přenáší do jiných oblastí, způsobuje mnohé psychické těžkosti.²⁰²

Pokud si málo ceníme sami sebe, nemůžeme milovat Boha, protože stupeň naší lásky k Bohu závisí na stupni zdravé lásky k sobě samému. A bližního dokážeme milovat také jen tehdy, když milujeme sebe, protože to, co nemáme

²⁰¹ H. Nouwen. *Návrat ztraceného syna*. s. 117.

²⁰² E. Vella. *Ježíš – lékař těla i duše*. s. 89.

rádi na sobě, nepřijímáme ani u druhých. Proto může být sebeodmítání kořenem všech našich psychických problémů.²⁰³

Sebeodmítnutí bývá také kořenem mnoha našich strachů. Základní strach pramení totiž z toho, že nás lidi nepřijmou takové, jací jsme. Z toho pramení osamělost a z ní sebeodmítání. Na některé takové strachy se podíváme podrobněji s Eliasem Vellou v knize *Ježíš – lékař těla i duše*:

Co o mně říkají druzí. Je to strach, který nás blokuje v aktivitě, strach z toho, že selžeme nebo že druzí poznají naše hranice. To nás může zabrzdit v tom, abychom se objevili na veřejnosti, může to znemožnit vyjadřovat své myšlenky nebo sloužit lidem svými charismaty.

Kritický duch. Lidé, kteří se bojí reakcí druhých a chtějí svůj strach kompenzovat, se stávají příliš kritickými, impulsivními. Když se setkáte s člověkem, který všechno kritizuje, dává najevo, že je v něm obrovský strach, že druzí jsou lepší než on. Jeho obranou je kritika všeho okolo sebe.

Autoritativnost. Někteří lidé se nám jeví jako velmi silní jedinci a podobně se i tváří. Síla, kterou navenek projevují, je často jen přetvářka. Je za ní strach, obavy z odhalení svých nedostatků a mezi před lidmi. Strach může pocházet také ze slabosti, že nejsme schopni přijímat životní neúspěchy a selhání.

Problém svěřit se. Existují lidé, kteří mají obrovský strach se svěřit se svými slabostmi, a tak se tváří jako dokonalí jedinci, kteří nikdy nedělají chyby. Prožívají nedostatek svobody.²⁰⁴

Z jiného úhlu pohledu se sebeodmítání projevuje také *perfekcionismem* a *rigorismem* a může být zajímavé si to objasnit:

Perfekcionismus nám představí obrovský zloduch z řeckých bájí, Prokrustes. Tento lupič přepadává kolemjdoucí a pokládá je do své postele. Je-li zajatec příliš krátký, natahuje ho, je-li dlouhý, končetiny mu prostě usekne. Prokrustovo lože se stalo příslovečným pro předem dané schéma, do kterého se někdo vtěsňuje.²⁰⁵ Sami sobě se někdy stáváme Prokrustem:

Stává se dost často, že se násilím přizpůsobujeme své vlastní ideální podobě. Tak dlouho se vypínáme, až dosáhneme velikosti své ideální podoby, svého prokrustovského lože. A osekáme všechno, co je v rozporu s tímto obrazem a co z něho vyčnívá. Kdo jedná podle schématu Prokrustova, zničí sám sebe. Neumí sám sobě odpustit, že Bůh jej učinil takovým, jakým je. Ideální obraz je důležitější než vůle Boží.²⁰⁶

²⁰³ Srov. E. Vella. *Ježíš – lékař těla i duše*. s. 89 – 90.

²⁰⁴ Tamtéž. s. 167 – 169.

²⁰⁵ Srov. A. Grün. *Bud' dobrý sám k sobě*. s. 14.

²⁰⁶ Tamtéž. s. 14.

Rigorismus vypadá tak, že jsme k sobě nemilosrdně tvrdí, když se nějak proviníme. Drásáme se pocity viny, opovrhujeme sebou a dost často se trestáme. Zde je na místě zmínit se o špatně chápané *askezi*. V řečtině tento pojem znamená cvičení, trénink, aby člověk nabyl nějaké dovednosti. Západní tradice jej interpretuje jako umrtvování. Cosi se v nás zabíjí, odřezává, násilně odtrhuje. U mnoha křesťanů se askeze stala tyranstvím vůči vlastním potřebám a přáním. Takovou askezi chce člověk sám sebe vzít do rukou, ovládnout myšlenky, vášně, city, vede to k odmítání a k agresivitě vůči sobě. Ve zdravé askezi je dobrý vztah k sobě samému, zdravá askeze nebojuje proti člověku, ale pro něj. Zdravou askezi charakterizuje radost z lidství, radost z toho, že ze sebe vytvářím to, k čemu mě Bůh povolal a jak si mě naplánoval.²⁰⁷

4.2.3 Sebepřijetí

Odpovědí na sebeodmítání je sebepřijetí. Kdo poznal sám sebe se všemi svými propastmi a stinnými stránkami, ten ví, že milosrdenství k sobě je nutnou podmínkou zdařilého života. Přijmout sami sebe tak, jak jsme stvořeni, se zdá rovněž klíčem v milosrdném přístupu k druhým, bez odsuzování. Kdo se zadíval do propastí své duše, může se chovat k bližnímu s úctou a bez předsudků.²⁰⁸ Na sebepřijetí se můžeme dívat také jako na pravé následování Krista:

Pravé následování Krista záleží podle Junga v tom, že člověk přijme sám sebe. Následování Krista není kopírování, znamená to naopak, že žijeme svůj život, jak on prožíval ten svůj v podobě vlastní jen jemu. Neběží tedy o to, abych Krista napodoboval a přepínal přítomné své síly, abych nedbal o své potřeby, nýbrž abych se vzchopil k prožívání jedinečného života, který Bůh určil jen mně.²⁰⁹

Boží milost v našem životě často nemůže působit ne pro naše hříchy a chyby, ale právě proto, že nedostatečně přijímáme svou slabost, že žijeme falešnou identitu a nepřijímáme konkrétní situaci. Jestliže se nepřijmeme takoví, jací jsme, neumožníme Duchu svatému, aby nás zlepšoval.²¹⁰

²⁰⁷ Srov. A. Grün. *Bud' dobrý sám k sobě*. s. 24 – 25.

²⁰⁸ Srov. tamtéž. s. 48.

²⁰⁹ Tamtéž. s. 49.

²¹⁰ Srov. A. Grün. *Bud' dobrý sám k sobě*. s. 25.

Zde by mohla zaznít otázka, zda není přijetí svých mezí a nedostatků pasivitou a leností? Evangelium nás přece vyzývá k obrácení: *Bud'te dokonalí, jako je dokonalý váš nebeský Otec. (Mt 5,48)* Odpustit sobě svá vlastní zranění, nedostatky a slabost neznamená v žádném případě od nich utíkat, ale naopak. Musíme přijmout sebe sama jako dar a úkol a to vyžaduje odpověď.²¹¹

Touha být lepší, ustavičně se překonávat a růst v dokonalosti je samozřejmě nezbytná – přestat postupovat znamená přestat žít. Kdo netouží stát se svatým, ten se jím nestane. O vztahu pokory, sebezpřijetí a Boží milosti vypovídá níže uvedený text:

Klíčem k sebezpřijetí, ve skutečnosti velice jednoduchým, je pochopit, že člověk nemůže plodně přetvořit skutečnost, nezačne-li tím, že ji přijme. Dále je důležité, aby člověk měl pokoru uznat, že se nemůže změnit vlastními silami, ale že každý pokrok, každé vítězství nad sebou samým je dar Boží milosti. Milosti změny se mi nedostane, pokud po změně netoužím, ale abych milost, která mne přetvoří, obdržel, musím přijmout sám sebe takového, jaký jsem.²¹²

Sebezpřijetí je mnohem obtížnější, než se zdá, protože pýcha, strach, že nebudeme milováni, přesvědčení o vlastní bezcennosti v nás mají velmi hluboké kořeny. K plnému sebezpřijetí lze opravdu dospět, jen když se necháme zaplavovat Božím pohledem, který nás ujišťuje:²¹³ *Jsi v mých očích drahý, vzácný, zamiloval jsem si tě (srov. Iz 43,4).*

Sebezpřijetí znamená přijmout svůj život i sebe samé v „bohatství i chudobě“. Přijmout to, že kříž patří k životu. Plně mohu žít jen tehdy, pokud přijímám to, co kříží mou cestu. Žijeme-li tvrdošíjně jen podle svých představ, život ustrne. Kříž neznamená jen tíži života. Můžeme naopak prožívat svůj život v radosti a svobodě, přijmeme-li jej.²¹⁴

Sebezpřijetí znamená smíření se sebou samým, přitakat životu takovému, jak dosud probíhal, říct „ano“ ke svým rodičům, výchově, ke své povaze, podobě, schopnostem, ke svému povolání, přátelům, k partnerovi, dětem atd. Důvodem neusmířenosti se sebou je také stálé srovnávání sebe s ostatními. Mnoho lidí

²¹¹ Srov. J. Augustyn. *Čtvrtodínka upřímnosti*. s. 61.

²¹² J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 26.

²¹³ Srov. tamtéž. s. 26.

²¹⁴ Srov. A. Grün. *Bud' dobrý sám k sobě*. s. 39 – 40.

nedovede ani pocítit jen sebe, cítí sebe jen ve srovnání s druhými. Smíření znamená, že se raduji ze sebe takového, jaký jsem, ze své jedinečnosti, znamená to být v kontaktu se sebou a s Bohem.²¹⁵

Sebepřijetím ve světle milujícího Božího pohledu zakoušíme úžasnou svobodu. Svobodu být hříšníky a svobodu stát se svatými, jak to popisuje Jacques Philippe ve své knize *Vnitřní svoboda*:²¹⁶

Svoboda být hříšníky. Samozřejmě netvrdím, že smíme klidně a bez následků hřešit (to by nebyla svoboda, ale nezodpovědnost), chci však říci, že skutečností své hříšnosti nejsme drceni, že máme svým způsobem „právo“ být ubozí, právo být tím, čím jsme. Bůh zná naše slabosti a křehkosti, ale nehorší se nad nimi a neodsuzuje nás. *Jako se smilovává otec nad syny, tak se smilovává Hospodin nad těmi, kdo se ho bojí. Neboť ví, z čeho jsme utvořeni, má v paměti, že jsme jen prach* (Žl 103,13-14). Naše ubohosti Bohu nijak nebrání, aby nás miloval, naopak! Jsme osvobozeni od té děsivé a beznadějně povinnosti stát se někým dobrým, abychom si konečně zasloužili být milováni.

Svoboda stát se svatými. Ale zároveň s tím, jak nám Boží pohled „dovoluje“ být sami sebou, být ubohými hříšníky, umožňuje nám též se vší smělostí se rozletět ke svatosti; máme právo toužit po vrcholech, ucházet se o nejvyšší svatost, neboť Bůh nám ji může a chce dát. Nejsme nikdy odsouzeni k průměrnosti ani nuceni k zasmušilé rezignaci: vždy máme naději, že v lásce budeme postupovat dál a dál. Bůh je schopen učinit ze mne – hříšníka – světce.

Správný postoj tedy je pokojné sebepřijetí, velká odpoutanost od sebe samého a svých slabostí a zároveň pevné odhodlání postupovat vpřed, založené na bezmezné důvěře v moc Boží milosti.

²¹⁵ Srov. A. Grün. *Bud' dobrý sám k sobě*. s. 58 – 59.

²¹⁶ Srov. J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 28 – 30.

5 Nutnost hranic ve vztazích

Dostáváme se k velice důležitému bodu, kdy se zamyslíme nad otázkou hranic, které máme pro sebe objevit a uvědomit si je. Zaktualizujeme v zákonech o hranicích postoj pokory a zároveň postoj zdravého sebevědomí v životě, který prožíváme v současnosti, v konkrétní společnosti s konkrétními problémy a postoji.

Klademe si zásadní otázku, jak se chovat v situaci, kdy nám někdo jiný způsobuje trápení, protivenství. Zda reagovat pokorným skloněním hlavy a brát protivenství jako přirozené pokořování, které mi je k užitku, nebo zda se máme bránit a bojovat za spravedlnost a pravdivost ve jménu zdravého sebevědomí.

Někdy je totiž nutné zajít za člověkem, který nám ubližuje, a pomoci mu, aby si uvědomil své chování a napravil ho. Také máme povinnost energicky reagovat na některé nespravedlnosti a chránit sebe nebo druhé proti ničivému chování. Pokora není pasivita a zbabělost. Vždy však zůstane jistý díl utrpení, způsobený naším okolím, kterému se vyhnout nemůžeme, ani se nelze ozvat, a jsme nuceni to přijmout v postoji naděje a odpuštění.²¹⁷

Vyjasňování hranic nám pomáhá poznat, kde začíná a končí vláda daného člověka, pomáhají nám určit, kdo je za co zodpovědný. Vynikající práci v této oblasti odvedli Henry Cloud a John Townsend ve svých knihách o hranicích. Budeme citovat z knihy *Hranice v manželství* s tím, že poznatky se dají aplikovat ve všech mezilidských vztazích. Začneme pohledem na zodpovědnost, který nám odkryje problematiku hranic:

Zodpovědnost nám říká, že právě my se máme vypořádat se svými pocity a naučit se, jak je nahradit jinými. Naše postoje – nikoli partnerovy – působí, že se cítíme skleslí a bezmocní. Součástí problému je to, jak se chováme a reagujeme, a je třeba, abychom tyto vzorce jednání změnili. Necháváme se zatlačit za určité meze, a pak v nás naroste zloba nebo pocit bezmoci.²¹⁸

Zdravé vztahy se zakládají na lásce, svobodě a zodpovědnosti. Tam, kde jeden ovládá druhého nebo na sobě takovou nadvládu pociťuje, láska chybí. Bůh nás stvořil jako svobodné bytosti a dal nám zodpovědnost za naši svobodu

²¹⁷ Srov. J. Philippe. *Vnitřní svoboda*. s. 48.

²¹⁸ H. Cloud. J. Townsend. *Hranice v manželství*. s. 17.

a chce, abychom jeden druhého milovali. Tento důraz zaznívá v celé Bibli. Žijeme-li svobodně, přijímáme zodpovědnost a milujeme Boha a jeden druhého, pak již zde zakoušíme příchut' ráje.²¹⁹

Hranice se týkají především vlády nad sebou, pokud je lidé používají v zájmu svého sobectví, je to špatně. Když někdo překračuje nějakým způsobem naše osobní hranice, můžeme převzít vládu sami nad sebou a nedovolit, aby nás někdo ovládal nebo nám ubližoval. Je nutné dávat si pozor a chránit se před zlem. Hranice musí být propustné. Mají venku zadržovat to, co je špatné, a pouštět dovnitř to, co je dobré.²²⁰

Hranice slouží lásce a pravdě. Pokud své vztahy budujeme podle Božích věčných pravd, vzkvétají. Pokud tyto hranice překračujeme, ztrácíme bezpečí, které pravda poskytuje. Když jeden druhému neříkáme pravdu o tom, co se v nás doopravdy děje a říkáme tomu pokora, pak žijeme dva životy. Jeden vnější, falešný, a druhý skrytý, vnitřní, který je opravdový. Tímto rozparem přicházíme o blízkost a lásku, protože láska a pravda musí jít ruku v ruce.²²¹

5.1 Zákony hranic

Tyto zákony nám pomohou pochopit, jak hranice fungují v životě. Zákonů hranic je podle autorů knih o hranicích deset, my se podíváme jen na šest nejpodstatnějších pro téma této práce.²²² Jejich pochopení nám umožní v praxi zdárně žít napětí mezi pokorou a zdravým sebevědomím a pomohou nám zvolit správný způsob chování, který bude přínosný pro nás i pro lidi kolem nás.

Zákon setby a žně mluví o tom, že naše jednání má důsledky. Když jednáme láskyplně a zodpovědně, lidé jsou k nám přitahováni. Pokud jednáme bez lásky a nezodpovědně, lidé se od nás odtahují. Jde o to, aby nositel problému byl vystaven jeho důsledkům a mohl si tak své zraňující nebo nezodpovědné chování uvědomit. Jestliže ve jménu pokory sklízíme tiše zlo, které zasel někdo jiný, je to pokora destruktivní pro zdravý vztah.

²¹⁹ Srov. H. Cloud, J. Townsend. *Hranice v manželství*. s. 19 – 20.

²²⁰ Srov. tamtéž. s. 21 – 22.

²²¹ Srov. tamtéž. s. 23 – 24.

²²² Srov. tamtéž. s. 31 – 48.

Zákon zodpovědnosti spočívá v tom, že jsme zodpovědní jeden druhému, ne jeden za druhého. Je třeba vyhybat se snaze přebírat něčí život do svého vlastnictví. Znamená to odmítnutí zachraňovat či umožňovat hříšné či nezralé chování druhého. Přijmout pokořování tam, kde se máme aktivně ozvat, není přínosem, spíše naopak. Je naší povinností stanovit meze ničivým skutkům a postojům, aby druhý mohl převzít zodpovědnost za svůj problém. Zdravý přístup nám ukazuje Boží slovo: *Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem jedněte s nimi; v tom je celý Zákon i Proroci. (Mt 7,12)*

Zákon motivace stanoví, že k tomu, abychom mohli z celého srdce říci „ano“, musíme mít svobodu říci „ne“. Nikdo nemůže doopravdy milovat druhého člověka, pokud necítí, že má možnost nemilovat ho. Když člověk něco musí dělat, znamená to, že se bojí a strach vždy zahání lásku. Naopak, láska zahání strach (srov. 1 Jan 4,18). Naučit se věnovat pozornost svým motivům neznamena říkat „ano“ jenom když se nám chce. Mnohdy v zájmu druhého činíme nepohodlná a bolestná rozhodnutí. Tato rozhodnutí však musí být motivována láskou a zodpovědností, nikoli strachem z nějaké ztráty.

Zákon hodnocení poukazuje na reflexi, jakou bolest naše hranice způsobí druhým. Vede ke zranění nebo k růstu? To, že někdo prožívá bolest, samo o sobě nemusí znamenat, že se mu děje něco špatného. Stanovit někomu meze s cílem ublížit mu je projevem nelásky. Zrovna tak ovšem může být projevem nelásky, když se stanovení mezí vyhneme, protože nechceme působit nepříjemnosti. Určitá bolest a nepohodlí je někdy příležitostí k růstu.

Zákon aktivity říká, že máme iniciativně řešit problémy, místo abychom zůstávali pasivní. Pasivní lidé se bojí riskovat, díky tomu je pro ně těžší převzít zodpovědnost za svůj život a hranice. Lidé jsou pasivní z různých důvodů. Někteří mají strach, že ztratí lásku, jiní nevidí svůj život jako svou věc. Další se bojí dělat chyby a někteří jsou jednoduše líní. Výsledek je však vždy týž: Jejich problém se zhoršuje, neboť zlo bují, když se mu nestanoví meze. Britský státník Edmund Burke prohlásil: „K vítězství zla plně postačí, když dobří lidé nebudou nic dělat.“

Zákon viditelnosti upozorňuje, že je třeba se vzájemně o svých hranicích informovat. Hranice, které nejsou vidět, nefungují. Viditelnost je jedinou cestou k uzdravení a růstu i za cenu konfliktů.

5. 2 Milost a pravda

Na závěr těchto úvah je třeba zdůraznit velmi důležitou zásadu pro úspěšnou a smysluplnou konfrontaci v rozhovorech o hranicích. Je to zásada vyváženosti milosti a pravdy. Ježíš byl dokonalou kombinací těchto dvou součástí růstu: *Neboť zákon byl dán skrze Mojžíše, milost a pravda se stala skrze Ježíše Krista. (Jan 1,17)* Lidé potřebují pro vztah s Bohem i mezi sebou navzájem jak milost, tak pravdu.²²³

Milost znamená, že stojíte na straně toho druhého, milost utěšuje, poskytuje bezpečí a lásku. Nepřináší nám ale skutečnost, směr, nápravu – není čeho se chytit. *Pravda* se týká skutečnosti – toho, co potřebujeme o problému říci. Pravda bez lásky může být zraňující, láska bez pravdy zas nic neřeší. V rozhovoru je vždy nejlepší začít milostí, milost s pravdou musí být propojeny, aby se druhý necítil odsuzován.²²⁴

Snažte se co nejvíc, abyste odolali sklonu rozdělit rozhovor na „kapitolu milosti“ a „kapitolu pravdy“ – jinak to bude působit jako dva oddělené rozhovory, které navíc budou mezi sebou v rozporu. Když budete mluvit o problému, vždy to krote láskou. Když budete projevovat lásku, vždy ji krote pravdou.²²⁵

Je těžké tuto vyváženost udržet. Někdo se přiklání ke konstruktivní a přísne pravdě na úkor milosti, někdo je zas příliš láskyplný na úkor pravdy. Tuto nevyváženost je dobré mít na paměti, aby se milost a pravda nestaly protivníky, ale zůstaly přáteli. Boží slovo mluví obrazně o vyváženosti těchto dvou aspektů života: *Setkají se milosrdenství a věrnost, spravedlnost s pokojem si dají políbení. (Ž 85,11)*

²²³ Srov. H. Cloud, J. Townsend. *Rozhovory o hranicích*. s. 32.

²²⁴ Srov. tamtéž. s. 32 – 33.

²²⁵ Tamtéž. s. 33.

Tato kapitola naznačuje cestu, jak zdravě žít život v plnosti, aniž bychom ubližovali špatně chápanou pokorou nebo si nechali ubližovat. Samozřejmě praxe nám přináší mnoho situací, kdy si nevíme rady a tápeme, jak se zachovat. Tehdy opět přichází na řadu pokorná modlitba, kdy v důvěře a odevzdanosti vyznáme svoji bezradnost a zároveň dobrou vůli konat co nejlépe. Bůh takovou modlitbu slyší a dává pokoj a světlo do konkrétní situace a učí nás žít pokoru a zdravé sebevědomí v souladu a harmonii.

Závěr

Na závěr se pokusíme shrnout to, co vyplývá z celého pojednání, totiž co je cílem křesťanského rozvoje osobnosti. Dalo by se říci, že cílem je sebeuskutečnění a celistvé uzdravení člověka, které zahrnuje jak uzdravení jeho přirozenosti, tak i spásu. Sebeuskutečnění předpokládá vypořádat se s vlastním životem a přijmout ho před Boží tváří v pravdě a v pokoře. Pak se může projevit vyvážená láska k Bohu, bližnímu a k sobě samému. Toto sebeuskutečnění nebo také křesťanská seberealizace nežije na úkor druhých a také se nesmí zaměnit se sebestředností. Míru nalézáme v zdánlivém protikladu: jednak nelze hodnotně žít bez sebeomezení a sebezřeknutí, čímž se uvolní síly pro plodné vztahy k lidem a k Bohu, na druhé straně ale platí, že sebeuskutečnění nemůže být negováno poukazem na sebezapření a nezištnost v následování Ježíše. Taková negativní spiritualita zamítá sebezpřijetí a má dalekosáhlé ničivé důsledky.

V celé práci nám šlo o objasnění vyváženosti pokory a zdravého sebevědomí. V zájmu této vyváženosti jsme se důkladně zabývali jakousi „rehabilitací“ pokory pro současného člověka, jejíž podstatu vystihuje zdařile následující citace:

Pokora pramení z lásky a je měřítkem, jak člověk chápe skutečnost a život. Je to životní styl, který se projevuje uznáváním lidské důstojnosti své vlastní i druhých. Roste ve společenství s Kristem, v úctě k Otci a v pracném budování mezilidských vztahů. Pokorný uznává svůj původ, neprohlašuje se za bezejmenného nebo za nulu. Pokora potvrzuje, že máme „obchodovat“ s hřivnami, a ne je zakopávat.²²⁶

Odděleně jsme přemýšleli nad podobami pokory a nad zdravým sebevědomím v zrcadle sebevědomí nemocného. V přeneseném významu se tato oddělenost může jevit jako skutečnost, kdy stojíme před Bohem s vědomím: „Jsem naprosto závislý“ a zároveň: „Záleží na mně“. Není možné tomuto paradoxu uniknout ani ho nějak pojmově smířit, ale musíme na sebe vzít úkol žít obojí najednou – protože jestliže se obojí žije, je jedním.²²⁷ Zrovna tak těžko vyvažujeme a pojmově „smiřujeme“ pokoru a zdravé sebevědomí, ale pokud se rozhodneme žít s Boží pomocí obojí najednou, stane se to jedním.

²²⁶ D. Mongillo. Pokora. In S. Fiore. T. Goffi. *Slovník spirituality*. s. 644.

²²⁷ Srov. M. Buber. *Já a ty*. s. 125.

Odrazili jsme se v první kapitole této práce od biblického citátu o stvoření člověka k obrazu Božímu: *Stvořil ho, aby byl obrazem Božím. (Gn 1,27)* Nyní na závěr se k němu opět vrátíme, protože stávat se víc a víc obrazem Božím je naše povolání, výzva pro celý náš život. Jsme stvořeni k tomu, abychom se stávali postupně, v plném rozvinutí svobody, stále více člověkem, to znamená stále více obrazem Boha. Abychom byli stále svatější, protože to je totéž.

Kéž je na nás vidět zdravě žitým křesťanstvím, k jehož „ozdravení“ měla posloužit i tato práce, „slavná zář Páně“:

Na odhalené tváři nás všech se zrcadlí slavná zář Páně, a tak jsme proměňováni k jeho obrazu ve stále větší slávě – to vše mocí Ducha Páně. (2Kor 3,18)

Prameny

- BENEDIKT XVI. *Deus caritas est*. 1. vyd. Praha : Paulínky, 2006. 63 s.
ISBN 80-86949-03-6
- BENEDIKT XVI. *Spe salvi*. 1. vyd. Praha : Paulínky, 2008. 63 s.
ISBN 978-80-86949-41-3.
- Bible. Písmo svaté Starého a Nového zákona*. Ekumenický překlad.
2. katol. vyd. Praha : Zvon, 1991. 1007 + 283 s. ISBN 80-7113-009-5.
- Dokumenty II. vatikánského koncilu*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1995. 603 s.
ISBN 80-7113-089-3.
- Františkánské prameny*. 1. vyd. Řím : Křesťanská akademie, 1982. 978 s.
ISBN 80-7113-132-6.
- JAN PAVEL II. *Familiaris consortio*. 2. vyd. Praha : Zvon, 1996. 101 s.
ISBN 80-7113-161-X.
- JAN PAVEL II. *Fides et ratio*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1999. 106 s.
ISBN 80-7113-234-9.
- JAN PAVEL II. *Mulieris dignitatem*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1992. 73 s.
ISBN 80-7113-053-2.
- JAN PAVEL II. *Salvifici doloris*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1995. 49 s.
ISBN 80-7113-151-2.
- JAN PAVEL II. *Teologie těla*. 3. vyd. Praha : Paulínky, 2006. 599 s.
ISBN 80-86025-99-3.
- Katechismus katolické církve*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1995. 793 s.
ISBN 80-7113-132-6.
- Kompendium sociální nauky církve*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2008. 534 s.
ISBN 978-80-7195-014-1.
- Regula Benedicti – Řehole Benediktova*. 1. vyd. Praha : Benediktinské
arciopatství sv. Vojtěcha a sv. Markéty, 1998. LXX + 242 s.
ISBN 80-238-2676-X.

Literatura

- BRUGGER, Walter (et al.). *Filosofický slovník*. 1. vyd. Praha : Naše vojsko, 1994. 640 s. ISBN 80-206-0409-X.
- DE FIORES, Stefano. GOFFI, Tullo (eds.). *Slovník spirituality*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 1999. 1295 s. ISBN 80-7192-338-9.
- LÉON-DUFOUR, Xavier (et al.) *Slovník biblické teologie*. 1. vyd. Řím : Velehrad, 1991. 658 s.
- NOVOTNÝ, František (ed.). *Latinsko – český slovník*. 1. vyd. Praha : KLP, 1999. 1425 s. ISBN 80-85917-51-3.
- ANGE, Daniel. *Kdo je můj bratr?* 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2010. 278 s. ISBN 978-80-7195-396-8.
- AUGUSTYN, Józef. *Čtvrthodinka upřímnosti*. 2. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 1999. 77 s. ISBN 80-7192-713-9.
- BERNANOS, Georges. *Rozhovory karmelitánek*. 1. vyd. Praha : Zvon, 1992. 147 s. ISBN 80-7113-056-7.
- BLAQUIÈROVÁ, Georgette. *Odvaha žít lásku*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2000. 135 s. ISBN 80-7192-443-1.
- BUBER, Martin. *Já a Ty*. 1. vyd. Olomouc : Votobia, 1995. 120 s. ISBN 80-7198-042-0
- CAPPONI, Věra. NOVÁK, Tomáš. *Asertivně do života*. 1. vyd. Praha : Grada, 1994. 160 s. ISBN 80-7169-082-1.
- CHAPMAN, Gary. *Láska jako životní styl*. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 2009. 229 s. ISBN 978-80-7255-199-6.
- CLOUD, Henry. TOWNSEND, John. *Hranice v manželství*. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 2001. 212 s. ISBN 80-7255-031-4.
- CLOUD, Henry. TOWNSEND, John. *Rozhovory o hranicích*. 1. vyd. Praha : Návrat domů, 2003. 247 s. ISBN 80-7255-120-5.
- FRIELINGSDORF, Karl. *Falešné představy o Bohu*. 2. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2010. 191 s. ISBN 978-80-7195-393-7.

- GREEN, Thomas. *Když vyschne studna*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2006. 206 s. ISBN 80-7192-753-8.
- GRÜN, Anselm. RUPPERT, Fidelis. *Vidět v druhém Krista*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2007. 61 s. ISBN 978-80-7195-119-3.
- GRÜN, Anselm. *Bud' dobrý sám k sobě*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 1997. 79 s. ISBN 80-7192-203-X.
- GUARDINI, Romano. *O modlitbě*. 2. vyd. Praha : Zvon, 1991. 271 s. ISBN 80-7113-038-9.
- GUARDINI, Romano. *O posvátných znameních*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 1992. 63 s. ISBN 80-85527-04-09.
- HALÍK, Tomáš. *Vzdáleným nablízku*. 1. vyd. Praha : Nakladatelství Lidové noviny, 2007. 252 s. ISBN 978-80-7106-907-2.
- HONEK, Alois. *Žiji ve víře v Syna Božího*. 3. vyd. Praha : Česká katolická charita, 1988. 154 s.
- Kancionál pro olomouckou arcidiecézi*. 4. vyd. Praha : Zvon, 1993. 719 s. ISBN 80-7113-046-X.
- KEMPENSKÝ, Tomáš. *Následování Krista*. 1. vyd. Řím : Křesťanská akademie, 1982. 272 s.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak zvládat depresi*. 2. vyd. Praha : Grada, 2005. 176 s. ISBN 80-247-0575-3.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence*. 1. vyd. Praha : Grada, 2006. 204 s. ISBN 80-247-1370-5.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Pozitivní psychologie*. 1. vyd. Praha : Portál, 2004. 195 s. ISBN 80-7178-835-X.
- KUSCHNER, Harold. *Když se zlé věci stávají dobrým lidem*. 1. vyd. Praha : Portál, 1996. 144 s. ISBN 80-7178-114-2.
- LACHMANOVÁ, Kateřina. *Laická spiritualita Madeleine Delbrélové*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2004. 89 s. ISBN 80-7192-870-4.
- LACHMANOVÁ, Kateřina. *Terezie z Lisieux a Silván z Athosu*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2010. 309 s. ISBN 978-80-7195-095-2.

- LÄNGLE, Silvia. SCHULZ, Martha (ed.). *Žít svůj život*. 1. vyd. Praha : Portál, 2007. 184 s. ISBN 978-80-7367-220-1.
- LEWIS, Clive, Staples. *K jádru křesťanství*. 1. vyd. Praha : Návrat, 1993. 155 s. ISBN 80-85495-19-8.
- MADRE, Philippe. *Ale zbav nás od zlého*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 1993. 116 s. ISBN 80-85527-40-5.
- MARIE-EUGÈNE OD DÍTĚTE JEŽÍŠE. *O pokoře*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2005. 63 s. ISBN 80-7195-008-4.
- MAUREDOR, Josef. *Zralost není luxus*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2008. 95 s. ISBN 978-80-7195-253-4.
- NOUWEN, Henri. *Návrat ztraceného syna*. 1. vyd. Praha : Paulínky, 2001. 157 s. ISBN 80-8602-529-2
- PHILIPPE, Jacques. *Hľadaj pokoj a zotrvej v ňom*. 1. vyd. Bratislava : Serafín, 1992. 70 s. ISBN 80-85310-10-4.
- PHILIPPE, Jacques. *Volání k životu*. 1. vyd. Liptovský Mikuláš : Komunita Blahoslavenstiev, 2010. 133 s. ISBN 978-80-970423-0-1.
- PHILIPPE, Jacques. *Vnitřní svoboda*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2004. 129 s. ISBN 978-80-7192-807-2.
- PONSARDOVÁ, Christine. *Víra v rodině*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2008. 239 s. ISBN 978-80-7195-181-1.
- SALESKÝ, František. *Úvod do zbožného života*. 2. vyd. Praha : Zvon, 1992. 246 s. ISBN 80-7113-025-7.
- SOKOL, Jan. *Filosofická antropologie*. 1. vyd. Praha : Portál, 2002. 222 s. ISBN 80-7178-627-6.
- SUROŽSKIJ, Antonyj. *V jámě lvové*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2001. 102 s. ISBN 80-7192-525-X.
- ŠPIDLÍK, Tomáš. RUPNIK, Marko, Ivan (et al.). *Nové cesty pastorální teologie*. 1. vyd. Olomouc : Refugium, 2008. 656 s. ISBN 978-80-86715-97-1.
- ŠPIDLÍK, Tomáš. *Prameny světla*. 1. vyd. Olomouc : Refugium, 1995. 414 s. ISBN 80-901957-2-5.

- TEREZIE Z LISIEUX. *Autobiografické spisy – Dějiny duše*. 1. vyd. Vimperk : Nakladatelství Tiskárny Vimperk, 1991. 266 s. ISBN 80-900807-5-8.
- TEREZIE Z LISIEUX. *Básně*. 2. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2003. 82 s. ISBN 80-85527-92-8.
- TEREZIE OD JEŽÍŠE. *Hrad v nitru*. 1. vyd. Vimperk : Nakladatelství Tiskárny Vimperk, 1991. 217 s. ISBN 80-900138-5-6.
- TEREZIE OD JEŽÍŠE. *Život*. 1. vyd. Vimperk : Nakladatelství Tiskárny Vimperk, 1991. 410 s. ISBN 80-900138-3-X.
- TOMLIN, Graham. *Sedm hlavních hříchů a jak je překonávat*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2009. 143 s. ISBN 978-80-7195-249-7.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha : Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0.
- VELLA, Elias. *Ježíš – lékař těla i duše*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2006. 351 s. ISBN 80-7192-851-8.
- WATTS, Greg. *Temné noci Matky Terezy*. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2010. 191 s. ISBN 978-80-7195-403-3.
- WIDER, Dominik (ed.). *Vnitřní modlitba*. Výběr textů z děl sv. Terezie od Ježíše. 1. vyd. Kostelní Vydří : KNA, 2004. 139 s. ISBN 80-7192-860-7.

Seznam zkratek

Zkratky dokumentů II. vatikánského koncilu

LG	Lumen gentium
GS	Gaudium et spes
DV	Dei Verbum
AA	Apostolicam actuositatem

Zkratky církevních dokumentů

KKC	Katechismus katolické církve
-----	------------------------------

Citace biblických úryvků byly převzaty z ekumenického vydání Bible, zkratky biblických knih podle znění, jak jsou uváděna v liturgických knihách.