

Z DUCHOVNÍHO ŽIVOTA

NAPSAL
P. ALOIS STORK T. J.

Třetí, doplněné vydání.

V P R A Z E 1934.

Nákladem »Dědictví Svatojanského«.
Tiskem Josefa Bartla, Praha VII.-833.

Imprimi potest.

Pragae, 17. Novembris 1933.

JOS. VRAŠTIL S. J., Prov.

Imprimatur.

Pragae, die 17. Januarii 1934.

Prael. Dr. THEOPHILUS OPATRŇÝ,

Vicarius generalis.

Nro. 706.

PŘEDMLUVA K 1. VYDANÍ.

Obíraje se z povolání duchovním vedením duší poznal jsem, že jest i u zbožných křesťanů v mnohých otázkách nevědomost a nejasnost, že na leckterou pochybnost není v duchovních knihách přesné a jasné odpovědi, že se v těchto *knihách leccos jen všeobecně pro-
jednává* bez praktických návodů, že konečně i lidé nábožensky vzdělaní jeví dosti neurčité znalosti katolické mravouky.

Tomu všemu chtěje odpomoci začal jsem v přednáškách probíratí takové otázky. Z materiálu těchto přednášek povstal tento spis.

Nechce k duchovnímu životu povzbuzovati, chce pouze všelicos objasňovati, má do duchovního života uváděti.

V P r a z e, v červnu 1925.

1. KDO PĚSTUJE DUCHOVNÍ ŽIVOT?

1. Duchovní život jistě pěstuje, *kdo se varuje těžkého hříchu*, aby si zachoval *milost posvěcující* a tak byl stále dítkem Božím. Ale to jest teprve nejnižší stupeň duchovního života, ač jest základem všeho dalšího a nutnou podmínkou pravého křesťanského života vůbec. Pro mnohou duši, zvláště v bouřlivých letech, jest již to mnoho, udržuje-li se na tomto stupni.

2. Nejedné duši však to nestačí a touží po vyšším stupni. V čem záleží tento vyšší, druhý stupeň? Jsi-li upevněn v milosti Boží, varuj se i *hříchů všedních*, a to vědomých a dobrovolných. — Rozeznáváme hříchy všední *dobrovolné a polodobrovolné*: hříchy, kterých se dopouštíš s plným vědomím, s úplnou rozvahou, a hříchy, při kterých jest si duše málo nebo sotva vědoma, že jedná nesprávně nebo hříšně. — Na *druhém* stupni duchovního života jest tedy, kdo se snaží varovati se i do-

brovolných všedních hříchů. Toť práce dosti namáhavá, které nelze provést za krátkou dobu; při ní jest třeba zachovávatí určitý postup a dáti se vésti duchovním vůdcem nebo zpovědníkem.

3. Kdo však již toho dosáhl, že se sotva kdy dopouští i nejmenšího hřichu s plným vědomím, tomu zbývá snažiti se ještě o *třetí* stupeň duchovního života, jenž záleží v tom, aby omezil nebo zmenšil počet poklesků podobrovolných, polovědomých, chyb z pouhé lidské slabosti a nedokonalosti, bez nichž nebývají ani duše horlivé a ctnostné. Toho ovšem lze dojíti pouze duchovním vedením, které směřuje k tomu, aby duše v sobě *uspořádala nebo stále pořádala různé náklonnosti*, které ji strhují k takovým pokleskům a nedokonalostem. Kdo se tedy nespokojuje snahou, aby se varoval pouze těžkých hříchů a vědomých všedních hříchů, nýbrž chce dokonale uspořádati své nitro a *odporovati každé náklonnosti poněkud nezřízené*, pěstuje jistě duchovní život měrou nejvyšší. A poněvadž se zříká všech nezřízeností, vzmáhá se v jeho srdci láska k Bohu, až konečně »miluje Boha z celého srdce svého a z celé duše své a ze vší síly své i ze

vší myslí své a bližního svého« vskutku »jako sebe samého«. Toť cíl duchovního života.

Jsou ještě vyšší stupně duchovního života; ty však nesouvisí s účelem tohoto pojednání, které má uvádět do duchovního života hlavně začátečníky, a proto o nich nejednáme.

2. HLAVNÍ PROSTŘEDKY DUCHOVNÍHO ŽIVOTA.

Kdo chce pěstovati duchovní život vytrvale a s úspěchem, musí používatí různých prostředků. Hlavní prostředky, ustálené tisíciletou praxí katolické církve, jsou:

1. Často se zpovídej u téhož zpovědníka, aby tě znal dokonale a mohl tě vésti v duchovním životě.

2. Ještě častěji — možno-li, denně — přijímej Tělo Páně, které jest pokrmem duchovního života.

3. Konej často ústní nebo vnitřní modlitbu; bez modlitby sotva opravdu pokročíš v duchovním životě.

4. Horlivě čítej zbožné knihy, ovšem s náležitým výběrem, aby se hodily k potřebám tvého duchovního života.

5. Pilně se přemáhej a hled' plniti všechny své povinnosti, i když se ti někdy protiví nebo se ti do nich nechce. Nepokročí v duchovním životě, kdo statečně a zmužile nepřemáhá různých náklonností, choutek, nálad a vrtochů.

ROZEZNAVANÍ HŘÍCHŮ.

3. BUĎ JASNO VE TVÉM SVĚDOMÍ!

Pro křesťana jest důležité, aby měl jasno ve svědomí a dovedl přesně rozeznávat, co jest hřích a co hřích není, co jest smrtelný a co pouze všední hřích.

Proč jest to tak důležité? Proto, abychom věděli, pokud to jest možno, jsme-li v milosti Boží. Záleží na tom tolik? Ovšem, neboť kdo není v posvěcující milosti, žije nadarmo, jeho skutky a utrpení nemají ceny pro věčnost. Kdo však jest v milosti Boží, získává si dobrými skutky a zvláště utrpením zásluhy pro život věčný. Milosti posvěcující pozbýváme pouze hříchem těžkým, a proto jest tak důležité, abychom věděli, kdy jsme se dopustili hříchu,

nebyl-li to hřích těžký; neboť stihlo-li by nás neštěstí, že jsme těžce zhřešili, musili bychom ihned použití prostředku, abychom opět dosáhli milosti posvěcující.

Nutno též dobře rozeznávat hřích těžký a všední proto, abychom mohli často bezpečně a klidně přistupovati ke stolu Páně, aniž bychom se musili tak často zpovídati. Tělo Páně můžeme totiž přijímat i se všedním hříchem na duši. Ovšem úcta k nejsvětější Svátosti žádá, abychom před svatým přijímáním litovali takových hříchů a umínili si, že se polepšíme. Kdo by se však dopustil hříchu těžkého nebo smrtelného, nesmí jíti k svatému přijímání, dokud se z hříchu nevyzpovídá, sice by těžce hřešil svatokrádeží. Než v té věci bývá u zbožných duší často značná nevědomost, a proto třeba o tom promluvit, aby nabyly jasného svědomí.

Pojednáme zde stručně o některých věcech, které bývají zbožným lidem často nejasné, protože málokde se o nich dočtou. Budou to poznámky rázu praktického pro duše, které se opravdu chtějí varovati hříchův a prospívati ve ctnostech.

4. KTERAK VZNIKÁ TĚŽKÝ HŘÍCH?

Ke hříchu vůbec jest nezbytně třeba dvou podmínek: *vědomí*, že hřešíme, a *souhlasu* s tím, co pokládáme za hřích. Kdo něco koná nejsa si vědom, že jest to hřích, nehřeší, ani kdyby to vskutku bylo hříchem. Koná snad něco hříšného, nemá však *viny*, protože si není vědom hříšnosti skutku. Tak nelze hřešiti ve spánku, poněvadž ve spánku není člověk při vědomí, rovněž nemá *viny*, kdo by v pátek jedl maso, protože zapomněl, že jest postní den. Jest si vědom, že maso jí, ale není si vědom, že se mu to zapovídá; proto nehřeší a netřeba mu z toho se zpovídati.

Nestačí však pouhé vědomí, že hřešíme, jest třeba i *souhlasu*, abychom hřešili. Nesouhlasím-li s něčím, stane-li se něco proti mé vůli, nehřeším. Ani kdyby mě násilím k něčemu hříšnému donutili, takže bych ani odporovati nemohl, nesouhlasím-li s tím, nehřeším. Proto nehřešíš, napadají-li ti sebe horší myšlenky, povstávají-li v tobě sebe hříšnější žádosti, pokud s nimi nesouhlasíš. A jistým znamením, že nesouhlasíš, jest, když tě to trápí a se ti to protiví. Kde není souhlasu, není hříchu; proto se ani nemáme zpovídati ze špatných myšle-

nek, když jsme jich nechtěli, neboť bychom se zpovídali vlastně ze ctností, protože odporovati pokušení jest úkon ctností, a zpovídati se máme pouze z hříchů. Tolik o podmínkách ke hříchu vůbec.

K *těžkému hříchu* nestačí však jen nějaké vědomí nebo jen nějaký souhlas, nýbrž jest třeba *plného vědomí* a *plného souhlasu*. A nestačí ani plné vědomí, že jest to hřích, ale jest třeba *vědomí, že jest to veliký neboli těžký hřích*. Těžce hříšným jest náš skutek, přestupujeme-li zákon Boží — příkázání Boží nebo církevní — v důležité věci. Tu si asi oddechne mnohá zbožná duše, která se bojí těžkého hříchu, a proto bývá mnohdy v úzkostech, zda nezhřešila těžce. Kdo se těžkého hříchu bojí, ten se ho tak snadno nedopustí, a čím více se ho bojí, tím více se těžkého hříchu vzdaluje.

Dle těchto pravidel katolické mravouky nelze v polospánku těžce hřešiti, ani kdyby se přihodilo něco těžce hříšného, neboť v polospánku není plného vědomí, a proto ani plného souhlasu. Těžkého hříchu se nedopouští ani ten, kdo při plném vědomí a plném souhlasu považoval něco jen za hřích všední, ač to snad

bylo těžce hříšné. Tak mnohdy nehřeší těžce lidé, když se dopouštějí těžkých pomluv, poněvadž si nejsou vědomí, že tou pomluvou škodí bližnímu těžce na cti.

Byl by však vinen těžkým hříchem, kdo by nesprávně považoval něco za těžce hříšné, a přece k tomu přivolil, i kdyby to ve skutečnosti bylo jen lehkým hříchem nebo snad i dovoleno. To by byl těžký hřích z bludného svědomí. Proto jest také důležité, abychom dobře rozeznávali, co jest těžký hřích a co není. Ale *pouhá úzkostlivost* nebo *pouhý bezdůvodný strach* neznamená ještě nic a není se třeba obávat, že by taková úzkostlivá duše ihned těžce zhřešila z bludného svědomí. Jsou lidé, kteří ve všem hned vidí těžký hřích a ustavičně se obávají, že těžce hřeší; ti ať jednají dle úsudku rozumných lidí, zvláště svého zpovědníka, a nedbají svých úzkostlivých nápadů. Jejich nápady jsou pouhými domněnkami a city bez rozumného podkladu, a to rozhodně nestačí ke hříchu těžkému z bludného svědomí. Opakuji opět úzkostlivým duším pro potěchu: Kdo se bojí těžkého hříchu, snadno se ho nedopustí.

5. ROZTRŽITOSTI PŘI MODLITBĚ.

U zbožných lidí bývají roztržitosti při modlitbě často jen lidskou slabostí, nebývají tedy hříchem. Kdo si totiž není vědom roztržitosti, kdo nechce býti při modlitbě roztržitým, nikterak nehřeší, ani kdyby sotva kterou modlitbu vykonal vzorně a zbožně.

Pouze *roztržitost vědomá* a *dobrovolná* jest *hřích*, ale vždy pouze *všední*; jest hříchem, protože se v ní jeví neuctivost k božské Velebnosti. Modlíce se máme audienci u Pána Boha, a tu se nesluší, abychom mysl zaměstnávali věcmi, které nepatří k této audienci.

Zastihne-li se někdo na modlitbách při roztržitosti, ať se ihned klidně snaží přivést svou mysl opět k modlitbě. Tím jedná ctnostně, i kdyby byl v roztržitosti nevědomky ztrávil delší dobu, nežli si to uvědomil. Pravím, ať se *snaží* přivést mysl k modlitbě. Snad se mu to hned nepodaří, snad mu myšlenky uprchnou brzy zase jinam, ale Bůh se spokojuje s poctivou snahou. A *klidně* ať se o to snaží, neboť neklidem a násilím sotva co pořídíme, snad jen uškodíme svým nervům.

Jen kdyby někdo, zastihnuv se v roztržitostech, povoloval jim vědomě nebo se jim vě-

domě oddával, hřešil by, a to lehce; podobně, kdyby zapuzoval roztržité myšlenky jen nedbale a byl si při tom vědom své nedbalosti.

Proto se nezpovídejme, že jsme byli při modlitbě roztržiti, když jsme si toho nebyli vědomi a od roztržitosti se odvraceli, kdykoli jsme se při ní zastihli. Můžeme se nanejvýš vyznávat, že jsme nedbale bojovali proti roztržitostem. Nezpovídejme se z toho, co není hřích, leč bychom to někdy řekli zpovědníkovi po vyznání hříchů, aby nám radou pomohl k sebranější modlitbě.

Jsi-li ustavičně trápen roztržitostmi, nebud malomyslný, trpělivě snášej tuto svou nedokonalost, trpělivě a klidně obrať mysl na předmět svých modliteb. Bůh bude spokojen s tvou dobrou vůlí a snahou; taková modlitba jest také záslužná, někdy i záslušnější nežli modlitba plná útěchy a slasti. Kolik věrnosti a svědomitosti bývá často v modlitbě, při níž ustavičně zápasíme s roztržitostmi!

Jsou-li někdy starosti příčinou naší roztržitosti při modlitbě, jest dobře pojmouti je do modlitby, vzítí je s sebou k audienci, přednésti je Bohu a doporučiti Jeho otcovské prozřetel-

nosti; tak snadněji umlknou a nechají nás klidně se modlití.

Jinak jest však žádoucno, abychom na počátku modlitby sebrali mysl a klidně ji odpoutali od pozemských věcí a starostí, aby veškerou pozornost mohla věnovati Bohu. K tomu napomáhá i uctivá poloha těla a sklopený zrak. Řekněme si: Teď se chci zabývati jen Bohem, všechno ostatní odložím, ničeho jiného si nebudu všímati, na všechno ostatní zapomenou!

Svatá Terezie si pomáhala k sebranosti myslí zásadami, které měla napsány na lístku v modlitební knize: Nedej se rušiti! Nedej se lekati! Všechno zase přejde! Bůh se nemění! Trpělivostí dojdeš všeho! Kdo má Boha, po čem by toužil? Bůh stačí jediný!

Nikdy nemáme modliteb opakovati proto, že jsme je konali roztržitě nebo bezmyšlenkovitě, ani kdyby naše roztržitost byla zaviněná. Hleď, abys další nebo budoucí modlitbu konal lépe, ale špatně vykonané nikdy neopakuj. To platí zejména lidem, kteří si takovému opakování navykají. Četli snad v životopise svatého Aloise, že jsa ještě ve světě a nemaje dostatečného duchovního vedení takto jednal a tím

nabyl veliké sebranosti v modlitbě. Svatý Alois by byl také jinak dospěl k dokonalejšímu spojení s Bohem. Opakování roztržitých modliteb duši obyčejně jen unavuje, zanedbávají se tím snad jiné povinnosti a modlitba se stává zne-náhla pravou trýzní, místo aby osvěžovala. Nač to?

Není třeba, abychom vždy mysli-li na to, co se modlíme, konáme-li ústní modlitbu. Již taková modlitba jest dobrá, při níž se vědomě neoddáváme roztržitosti, to jest nemyslíme vědomě na věci, které k modlitbě nepatří, nýbrž na Boha, na to, co Mu předkládáme, na Pannu Marii atd. Nemusíme ani mysli-ti na smysl jednotlivých slov, ale říkáme slova modlitby uctivě, bez nemístného chvatu. I růženec se tak modlíváme, že myslíme na tajemství ze života Panny Marie nebo Krista Pána a říkáme při tom uctivě Otčenáš a desetkrát Zdrávas, aniž uvažujeme o jejich smyslu. Tak se pravidelně modlíváme i žalmy zvláště v církevních hodinkách. To ať potěší duše, které jsou tak těkavé, že jim nelze sledovati smyslu slov ústních modliteb, zejména známých.

6. ZKRACOVÁNÍ A VYNECHÁVÁNÍ MODLITEB.

Zkrátiti neb i vynechati obvyklé modlitby není hřích, leč by to byla modlitba vskutku povinná, jako jest na př. pro kněze modlitba breviáře, kde jest třeba důležitých důvodů, aby mohl kněz bez hříchu modlitbu breviáře zkrátiti neb opomenouti. U ostatních sotva kterou modlitbu kromě zpovědního pokání možno pokládati za povinnou.

Vynechá-li někdo obvyklé modlitby z důvodů nezřízených a nerozumných, na př. z lenosti nebo nedbalosti, nelze ovšem říci, že se tím nedopustil hříchu, zvláště když snad zanedbává modlitbu vůbec.

Rozeznávejme však lenivost od únavy. Kdo těžce pracoval a jest všecek unaven, má jistě rozumnou příčinu, aby si zkrátil večerní modlitbu; podobně, když povinnost nás volá jinam, jest nejen dovoleno, ale i nutno modlitbu zkrátiti. Povinnost má býti nade všecko!

Kdo zapomněl vykonati obvyklou modlitbu, nehřeší.

Čiňme však též rozdíl mezi povinností a dokonalejší ctností. Nehřešíš, když z rozumných

důvodů své modlitby zkrátíš, ano i vynecháš, ale dokonaleji jednáš, konáš-li je přece i při značných nesnázích. Nejsi však povinen jednat dokonaleji, nýbrž pouze nehřešiti.

Neprozetelné duše nahromadí si někdy v nerozumné horlivosti tolik modliteb a pobožností, že se jim modlitba stává skutečným břemenem, ano někdy i překážkou, aby řádně plnily jiné, snad i důležité povinnosti. Vynecháme-li nebo zjednodušíme-li své pobožnosti za takových okolností, není to hřích, ba, může to býti i prostředkem k pokroku ve ctnosti a v pravé zbožnosti.

Zásadou buď: Konejme raději méně modliteb, ale klidně a pořádně, než množství pobožností, které odbýváme jen chvatně a povrchně!

7. NECHUŤ K MODLITBĚ.

Nechuť k modlitbě u dobrých a zbožných duší nebývá hříchem, pokud se jí duše nepodává. Může se však státi zdrojem a příčinou nedokonalosti i všedních hříchů, pochází-li z duchovní lenosti a vlažnosti a je-li příčinou, že modlitby vynecháváme.

Velmi důležitým pravidlem v této příčině jest: *Konej vždy obvyklé modlitby a pobožnosti, i když tě netěší nebo se ti přímo protiví.* — Kdo se modlí pouze, když se mu chce a pokud ho modlitba těší, a nevytrvá v ní i při nechuti, nedosáhne nikdy důkladné ctnosti.

Máme-li při modlitbě hojnou útěchu, můžeme se zajisté modlitbě věnovati více, pokud tím netrpí naše povinnosti. Nechuť a omrzelost nepovažujeme však za rozumnou příčinu, abychom zkracovali své obvyklé pobožnosti. Někdy pro ni nezanecháme své obvyklé míry, ba, spíše modlitbu prodlužme, abychom nechuť zdolali tím důkladněji.

Kolik duší začalo duchovní život slibně, modlily se, četly v duchovních knihách, přistupovaly často k stolu Páně a konaly mnoho pobožností, avšak jen, pokud při tom pociťovaly útěchu a sladkost. Jakmile je však Bůh počal zkoušeti omrzelostí a opuštěností, zanechávaly pobožností, ochabovaly v dobrém a zanedbávaly duchovní život, ano mluvily o zbožnosti snad i pohrdavě. Bděme, aby tomu tak nebylo u nás, a vytrvejme v modlitbě!

Máme-li nechuť k modlitbě, nedovedeme se modliti *zbožně*, někdy *ani pozorně*. Stačí

však, říkáme-li modlitby vždy *uctivě a trpělivě*; ničeho více po nás Bůh ve vnitřní opuštnosti ani nežádá.

Taková modlitba jest často záslušnější a duši více prospívá, by pokročila v pravé ctnosti, nežli modlitba, v níž oplýváme útěchou a zbožnými city; neboť modliti se ve zbožném zanícení dovede i duše, která se ve ctnosti necvičí, ale modliti se, když jest jí to těžké, ano téměř protivné, a zůstatí tak Bohu věrnou, dovede jen duše ctnostná a Bohu vskutku oddaná.

8. POCHYBNOSTI U VÍŘE.

Pochybnosti u víře napadnou často i zbožným lidem. Jsou hříchem? Samy sebou nikoli, ale mohou se státí hříchem, nepočínáme-li si při nich správně.

Náboženské pochybnosti jsou *dvojího druhu*. Není-li člověk dobře obeznámen v náboženství, zdá se mu často, že některé pravdy náboženské si navzájem odporují; jindy zase slyší námitku proti víře, na niž si nedovede odpověděti. Tu jsou pochybnosti u víře přirozeným následkem nedostatku náboženského vzdělání, které bývá často i u našich vzdělanějších lidí chabé a nedostatečné.

Jak si tu počínati? *Nevhodné* by bylo, pochybnosti prostě zapuzovati nebo si jich nevšímati. Jedině správné jest, že se poučíme o těch věcech vhodnou četbou nebo poradou s vážným a svědomitým knězem. Kněz jest v bohovědě vzdělán a jest odborníkem v náboženských otázkách, jako sotva který laik i sebe vzdělanější. Máme-li pochybnosti v právních věcech, jdeme k advokátovi, v nemoci se radíme s lékařem, o náboženství se tedy dejme poučiti knězem.

Také četbou důkladných náboženských spisů zmizí mnoho pochybností u víře a náš náboženský obzor se rozšíří. Katolík se nemusí obávat, že *řádým a důkladným studiem* se mu objeví rozpory ve článcích víry. *Pravá věda a pravá víra si neodporují.*

Protestant nebo volnomyšlenkář nesmí ovšem mnoho přemýšletí o svých náboženských názorech, sice se snadno dostane do neslučitelných rozporů.

Druhý druh pochybností jest rázu všeobecného. Přijde myšlenka nebo jakýsi trpký pocit, někdy i při modlitbě, zda jest tomu nebo onomu tak, jak církev učí, zda jest Kristus Pán skutečně přítomen ve velebné Svátosti a

podobně. Není tu určité námitky, pouze všeobecně se ozývá v duši pochybnost, nejistota, nedůvěra. To jest pouhé pokušení proti víře. Nejlepším pravidlem v takovém případě jest: *Neušímej si* takových myšlenek, jednej, jako bys jich neměl, modli se nebo pracuj klidně dále. Není radno hledati důvody proti takovým pochybnostem a pouštěti se s nimi do hádky, zvláště jde-li o lidi jinak dobře poučené a nábožensky vzdělané.

Pro lidi, kteří nemají náboženského vzdělání, jest ovšem nutné, aby se více utvrdili ve víře vhodnou četbou, zvláště apologetickou. Ale při pochybnostech tohoto druhu rovněž se nemají zdržovati.

Jsou ještě duše *hloubavé, nedůvěřivé*, které nic nedovede přesvědčiti. Ty si musejí i při prvním druhu pochybností počínati podobně jako při druhém, sice by nepřestaly hloubati a trýzniti svou duši. Dobře jest odkázati je na zkušeného zpovědníka, neboť u nich jest to duchovní choroba, kterou lze překonati jen dobrým vedením. Avšak ani jiné duše se nemají příliš pouštěti do hloubání o pravdách, které nám na světě zůstanou neproniknutelným tajemstvím, na př. o prozřetelnosti Boží,

o rozdělování milostí, o předurčení a podobných. Není-li někdo v tomto jednání opatrný, snadno si může uškodit, ano dopustit se i hříchu.

9. JAK SE UPEVNÍME A ZDOKONALÍME U VÍŘE.

U víře se upevníme a zdokonalíme:

1. tím, že *jsme velmi vybíraví v četbě*, čteme jen věci nejlepší a nečteme zbytečně knih, brožur, časopisů ani novin, k víře katolické lhostejných nebo dokonce nenřátelských. Pravím *zbytečně*, neboť je-li toho někdy třeba a děje-li se tak s náležitou opatrností, jest taková četba přípustná. Kdo však čte všechno, co se mu dostane do ruky, sotva se upevní u víře, obyčejně si spíše uškodí, zvláště nemá-li potřebného vzdělání ani nutné bystrosti, aby mohl vystihnouti, co v četbě jest pravdivé a co jest vyhláno nebo překrouceno. Často též podlehne vlivu uhlazené řeči a lákavých frází. Opatrnosti nezbyvá!

2. tím, že *se nábožensky vzděláváme*: účastí na důkladných přednáškách, četbou důkladných knih a dotazy u vzdělaných kněží,

nerozumíme-li něčemu z náboženství. My, katolíci, se nemusíme báti, že naše víra utrpí větším badáním, naopak, ještě získá, pokud ovšem se badá správně. Proto se nemají svědomití katolíci vyhýbatí žádné námitce ani náboženské pochybnosti, nýbrž mají domáhati se stůj co stůj náležité odpovědi. A nevědí-li si rady, ať se obrátí na kněze-odborníka; tak se budou ustavičně nábožensky vzdělávatí a naučí se bezpečně hájiti své víry.

3. tím, že *pěstujeme opravdově duchovní život* rozjímavou četbou a zvláště vnitřní modlitbou a když vůbec se hojně stýkáme s Bohem. Tak si osvojíme a zachováme čistotu srdce a zvláště vnímavou mysl pro náboženské věci, a náš duch se podivuhodně obohatí náboženskými pravdami, které zůstávají nepřístupny zesvětačelé inteligenci. Proto jest mnohá prostá duše nábožensky vzdělanější než leckterý učenec, který nemá zbožnosti. Zde platí památná slova Krista Pána (Lukáš 10, 12): »Velebím tebe, Otče, Pane nebes i země, že jsi skryl tyto věci před moudrými a opatrnými, a zjevil jsi je maličkým; ano, Otče, že tak zalíbilo se Tobě!«

10. POVĚRY.

Také zbožní lidé podléhají někdy pověrám, což zajisté není známkou duchovní vyspělosti.

Kdo si chce *pouze zahrát* anebo se něčím pobavit, co pověrami jest obetkáno, jak se to u nás děje na př. o Štědrém dnu anebo v sylvestrovské noci, *nehřeší* nikterak. Není však dovoleno ani ze žertu podporovati nekalou živnost kartářek a věštkyň.

Kdo však různým pověrám *částečně* věří, anebo z *bázně*, by se něco dle pověrečných názorů nestalo, jinak jedná, než jak by měl dle rozumu jednati, dopouští se *lehkého* hříchu.

Kdo však pověrám *plně* věří a je z *přesvědčení* koná, aby se něčeho dověděl anebo něčeho dosáhl, co jistě přirozené síly přesahuje a od Boha pocházeti nemůže, *těžce* uráží Pána Boha.

11. SPIRITISMUS.

Katolická církev zakazuje věřícím jakoukoliv účast na spiritistických schůzích a jakékoli spiritistické pokusy. Kdo tedy bez zvláštního dovolení církevní vrchnosti se zúčastňuje duchařských sedánek anebo se pokouší »vy-

volávatí duchy«, přestupuje tento moudrý zákaz a dopouští se hříchu.

Byla-li by to jen pouhá účast zvědavého diváka, *bez jakékoli činnosti, nebylo by to ještě hříchem těžkým*. Kdo však při takových schůzích účinkuje anebo dokonce jest mediem, dopouští se hříchu *těžkého*.

Jsou jisté spiritistické zjevy, které *sotva* lze vyložití bez zásahu zlého ducha, a nám není dovoleno s ním se stýkati. Dobří duchové se k těmto věcem nepropůjčují.

12. NOVINY.

Noviny jsou za našich dnů mohutným rozhlasem myšlenek a velikým ovládním mysli všech vrstev lidské společnosti. Jsou též velikou většinou víře a dobrým mravům nepřiznivé. Moderní nevěra a zaujatost vůči katolické církvi živí se hlavně novinami. Proto se staly noviny *otázkou svědomí*.

Špatný tisk jest dvojího druhu: a) katolické církvi a víře *nepřátelský*, b) vůči katolické církvi a víře *lhostejný a odmítavý*. Těžko říci, který druh více škody způsobí, zda ten, který proti církvi soustavně brojí, anebo ten,

který katolíky uspává a vychovává k náboženské netečnosti.

1. Kdo bez *důležitých* příčin pravidelně čte a odebírá nekatolické noviny, dopouští se hříchu *těžkého*. Nestačí k odebírání a pravidelnému čtení takových novin jakýkoli důvod, musí to býti důvod vskutku závažný a věcný. Odebíráním totiž *přímo se podporuje* všechno zlo, které tropí noviny nekatolické. A pravidelná četba působí sugestivně na většinu katolíků a nedá vzejíti u nich pravému katolickému smýšlení.

2. Kdo bez *vážných* příčin *leckdy* si koupí nebo přečte nekatolické noviny, dopouští se hříchu *všedního*. Pouhá zvědavost, co jest nového, sotva stačí, abychom si směli koupiti noviny nekatolické.

3. Je-li nutno nahlédnouti nebo dokonce pročitati noviny nekatolické, nemáme toho dělati veřejně, abychom svým jednáním nedali jiným pohoršení. Leckdo si může pomyslit: Když si to smíš dovoliti ty, mohu si to dovoliti také já. Výstraha tato platí zejména pro osoby duchovní.

4. Poslední dobou se nezvyklou měrou rozšířily laciné *obrázkové týdeníky* a došly obli-

by zvláště u žen a dívek. Velká většina těchto časopisů je však směru liberálního a socialistického a podkopává křesťanské zásady mravní. Je to poznati už z necudných obrázků a z nemravných inserátů. Pro odebírání a čtení takových časopisů platí tytéž směrnice, jako pro nekatolické noviny.

13. SVATOKRÁDEŽE.

Zbožní lidé se mohou někdy dopustiti svatokrádeže *neplatnou* zpovědí nebo *nehodným* svatým přijímáním. Kdo *vědomě* zamlčí při svaté zpovědi skutečný těžký hřích nebo něco, o čem se *vážně* domnívá, že to jest těžký hřích, dopouští se svatokrádeže; rovněž, kdo přistupuje ke stolu Páně *jsa si vědom těžkého hříchu*. Takové svatokrádeže jsou ovšem *těžce hříšné*.

Zbožné duše dopouštějí se svatokrádeže, nejsou-li ještě utvrzeny v pravé pokoře. Buď se totiž z nezřízených lidských ohledů nevyznají ve zpovědi z něčeho, co by říci měly, nebo přistupují ke stolu Páně, ač jim to svědomí zapovídá. Co by řekl zpovědník? Co by si lidé o mně pomyslili? To u nich rozhoduje i proti hlasu svědomí. Zlý duch je v tom ještě pod-

poruje, neboť ví, jak svatokrádeže duším škodí.

Některé duše se sice nedopouštějí svatokrádeží, ale jsou plny *strachu* před nimi. Jistě se uklidní, budou-li se řídit těmito pravidly:

1. Aby se někdo dopustil svatokrádeže neplatnou zpovědí, musí si býti *při zpovědi vědom*, že se zpovídá neplatně. Jakási *obava* a bezdůvodný *strach* nejsou ještě vědomím. A vědomí to musí se týkati *určitých těžkých* hříchů, ne jen neurčitých, nejasných pochybností nebo úzkostlivých domněnek, zda by to neb ono snad nebylo bývalo těžkým hříchem. Neurčitých obav a úzkostí nemáme si vůbec všimati, nejsou k ničemu, jen zeslabují duševní sílu a překáží pokroku ve ctnostech. Bůh chce, abychom Mu sloužili radostně.

2. Jest ovšem *radno* pro pokrok v dobrém zpovídati se i z poklesků všedních a snad pokorujících, ale k platnosti svaté zpovědi *neni toho nutně třeba*. Zamlčí-li tedy někdo něco takového z nezřízených pohnutek, není svatá zpověď pro něho *tak užitečná*, jak by býti mohla, ale jsou-li jinak vyplněny všechny zadané podmínky, jest *platná*; vždyť nejsme povinni se zpovídati ze všech hříchů všedních.

3. Ke stolu Páně nesmí přistoupiti, kdo jest si vědom těžkého hříchu. Církev svatá mu výslovně zapovídá svaté přijímání, dokud se z toho hříchu nevyzpovídá. Žádá svatou zpověď výslovně, nestačí tedy vzbuditi dokonalou lítost jako snad k přijetí jiných svátostí. Ale to platí jen pro toho, kdo jest si *vědom* těžkého hříchu *určitě*; kdo snad jen *úzkostlivě pochybuje*, zda se dopustil těžkého hříchu, anebo jen *bez určitých vážných* důvodů se obává, zda není snad ve stavu nemilosti, může jíti bezpečně k svatému přijímání. Takových vrtochů si nesmí všímati, neboť zlý duch rád je nahání zbožným duším, aby jim svaté přijímání hodně znesnadnil a znechutil.

4. Dopustíš-li se hříchu a napadne-li ti *po něm* pochybnost, není-li to snad hřích těžký, — hned se ti zdá, že ano, hned zase, že ne, — a nedopouštívaš-li se obyčejně hříchů těžkých, netrap se pochybnostmi, vzbud' upřímnou lítost, pokaž se před Bohem a přístup klidně ke stolu Páně. Nebudeš přijímati nehodně, neboť jen ten, kdo má *jistotu*, že se dopustil těžkého hříchu, nesmí přijímati Těla Páně. Pochybnost není jistota. Dobře jest ovšem celou věc vyjevíti dodatečně při svaté zpovědi, abychom měli pro podruhé jistější svědomí.

14. ZNEUŽÍVÁNÍ JMÉNA BOŽÍHO.

I zbožní lidé mívají zlovyk zneužívatí jména Božího. Hřích tento jest *pouze všední* a nikdy se nestává hříchem těžkým. Koho to mrzí a chce tomu odvyknouti, nehřeší snad vůbec, ani když mu někdy jméno Boží vyklouzne z úst. Vždy však jest to zlovyk, kterého zbožné duše nemají u sebe trpěti.

15. KLENÍ.

V našich krajinách nebývá obyčejně slýchati klení, které by bylo těžkým hříchem. Jest však těžším hříchem nežli zneužívání jména Božího, zvláště proto, že bývá provázeno silnějším výbuchem nezřízeného hněvu nebo netrpělivosti a že dává mnoho pohoršení,

16. REPTÁNÍ PROTI BOHU.

Reptání proti Bohu vyskytuje se také u zbožných duší a bývá obyčejně jen projevem netrpělivosti a nespokojenosti, pročez jest jen hříchem *všedním*. Škodí však značně duchovnímu pokroku, neboť jen tehdy duše opravdu prospívá, když neodmítá utrpení a protiventství, nýbrž ochotně je přijímá z rukou Božích.

Reptání, které by přecházelo ve skutečné rouhání, bylo by ovšem hříchem *těžkým*. To však bývá u zbožných duší pouze pokušením. Mohou-li si říci, že takových myšlenek a pocitů *vlastně nechtěly*, nehřeší, ani když se jim někdy zdá, jako by k tomu byly svolovaly.

17. UTKVĚLÉ MYŠLENKY.

I zbožní lidé bývají někdy trápeni hnusnými představami až rouhavými myšlenkami proti Bohu, Kristu Pánu, Panně Marii a jiným svatým. Stačí cokoliv, na př. pohled na oltář nebo na svatý obraz, a již se vybaví protivná myšlenka, která je trápí. A k tomu obyčejně myslí, že ji sami zavinují a že proto hřeší. Někteří ztrácejí chuť a odvalu k modlitbě, vzdalují se stolu Páně a bojí se dokonce vstoupiti i do kostela nebo pohlédnouti na oltář.

Co je to? To je jakýsi druh duševní choroby, kterému říkáme *utkvělé myšlenky nebo utkvělé představy*. Taková choroba se dá vyléčit, třeba ne vždy rázem. Začátky této choroby působí u zbožných duší snad zlý duch, aby je trápil, připravil o zbožnost a otrávil jim modlitbu. Rouhavá nebo oplzlá myšlenka mohla však původně povstat i cestou přirozenou.

Duše se pak zaplétá do tohoto chorobného stavu již sama. Nevhodným jednáním si tedy lidé sami netušeně působí tato velká trápení. Též duše bohabojné a jaksi jemné jsou k tomu náchylny.

Lidé touto chorobou stížení mají jednu velkou útěchu: Utkvělé myšlenky a stavy lidí skutečně zbožných *nemohou býti těžce hříšné*, i kdyby se člověku zdálo, že je vyvolává nebo k nim svoluje. Obyčejně nebudou ani hříchem všedním, poněvadž se jich zbožný člověk hrozí a jsou mu trápením.

Utkvělých myšlenek a stavů lze se zbaviti. Jak? *Netrapte se nad nimi*, uče se nevšímati si jich, pro utkvělou myšlenku nic neměňte na svém jinak rozumném jednání. Napadá-li vás při modlitbě, modlete se dále nevšímajíce si jí. Vynoří-li se při pohledu na oltář, na Velebnou Svátost nebo svatý obraz, ať se vynoří; co na tom? Jen klidně pohlédněte, nač zbožně pohlédnouti chcete, a myšlenky protivné nedbejte. Řekněte si v duchu: »*Hloupá myšlenka*« a jednejte, *jako kdyby ji nebylo*. Tak začne znenáhla ve vaší mysli *slábnout*, až se časem úplně ztratí. *Strachem a trápením se jen živi a zesiluje*. Kdo trpělivě a vytrvale hle-

dí *chladnou myslí ignorovat* utkvělé představy, tomu se brzy značně uleví a bude zněnáhlá vyléčen.

18. O SLIBECH.

Sliby rovněž působivají zbožným duším úzkostí: — Nevím, zda-li jsem toho Bohu neslibil. — Slíbila jsem to kdysi Panně Marii a teď nevím, na jak dlouho.

Jest nutné, abychom vždy přesně rozeznávali mezi *skutečným slibem* a pouhým *předsevzetím*, proneseným důrazněji a slavněji.

Často v horlivosti a snaze po duchovním pokroku »slibujeme« něco Pánu Bohu nebo Panně Marii, ale *nemyslíme* při tom nikterak na *závazek pod hříchem* ani všedním ani těžkým. To není skutečný slib, nýbrž jen předsevzetí, projevené důrazněji. Z toho neplyne nový závazek, nýbrž jen takový, jako při každém dobrém předsevzetí. Dobrá předsevzetí máme plnit, seč jsme, a bez rozumných důvodů nemáme jich měnit ani od nich ustupovati. Okamžité nálady a rozmary nejsou ještě rozumnými důvody. Z lidské slabosti ovšem mnohých předsevzetí neplníme, ale proto ještě nejsou marná. Snad přece jednou je skuteč-

níme, když je stále obnovujeme. Čím více květů na ovocném stromě, tím více naděje, že aspoň některé uzrají v ovoce, i když ostatní opadají. Je-li květů málo, jest i málo naděje na ovoce.

V tom smyslu můžeme a máme »slibovati« pilně a zmužile. Kdybychom činili málo předsevzetí, provedli bychom jich ještě méně. Čiňme jich mnoho, abychom z nich splnili více. Ovšem i zde máme si počínati rozumně, neboť přepínání škodí všude, i ve věcech duchovních. Proto čiňme mnoho předsevzetí, ale jen střízlivých a moudrých, a zanechejme nerozumných a přepjatých.

Někdy však slibuje duše Bohu něco určitého s *úmyslem a vědomím*, že se k tomu zavazuje pod *hříchem*. To pak jest skutečný slib, který musíme plnit, když jsme jej byli učinili při zdravém rozumu. Jím vznikl pro nás před Bohem nový závazek. Nesplníme-li ho, ač bychom mohli, hřešíme buď těžce nebo lehce, dle toho, jak jsme se zavazovali, k čemu jsme se zavázali a jakou měrou slibu nesplníme; v pochybnosti rozhoduje zpovědník.

Všeobecně platí toto pravidlo: Slibem soukromým jest každý vázán jen potud, pokud

se vázati chtěl, nikdy více. Nejsi-li si vědom, že ses chtěl vázati pod těžkým hříchem, nejsi ani vázán pod hříchem těžkým. Nejsi-li si vědom, že ses chtěl navždy vázati, nejsi ani vázán navždy. A nejsi-li si vědom, že ses chtěl vázati vůbec pod hříchem, nebyl to ani slib, nýbrž jen předsevzetí.

Se skutečnými sliby buďme velmi opatrní a nečinme jich bez náležité rozvahy. Jde-li o sliby důležitější nebo na delší dobu, poraďme se vždy napřed se zkušeným zpovědníkem; si- ce si způsobíme neopatrnými sliby mnoho ne- snází, zbytečně se obtěžujeme novými povin- nostmi, takže pak někdy ani nevíme, kudy kam.

Ještě několik bezpečných pravidel z katoli- cké mravouky pro praktickou potřebu:

1. Nevíš-li, učinil-lis skutečně slib nebo jen předsevzetí, měj za to, že to bylo jen před- sevzetí, a zanechej dalších vrtochů.

2. Nevíš-li, slíbil-lis něco pod hříchem těž- kým nebo pod hříchem všedním, měj za to, že to bylo jen pod hříchem všedním, a dle toho si počínej.

3. Nevíš-li, slíbil-lis něco navždy nebo jen na nějakou dobu, měj za to, že jen na nějakou

dobu, a jestliže jsi slib nějakou dobu plnil, nemáš dalších závazků.

Má-li kdo nesnáze se skutečnými sliby, ať se poradí s moudrým zpovědníkem, který mu je snad buď změní v jiné dobré skutky, nebo jej úplně zbaví všelikého závazku; musí však zpovědníkovi všechno poctivě vyložit.

19. MŠE SVATÁ v NEDELI A VE SVÁTEK.

Každý katolík jest povinen pod *těžkým* hříchem býti přítomen oběti mše svaté každou neděli a v tyto svátky:

1. Narození Páně, 2. Nový rok, 3. Zjevení Páně, 4. Nanebevstoupení Páně, 5. Božího Těla, 6. Neposkvrněného Početí Panny Marie, 7. Nanebevzetí Panny Marie, 8. svat. Petra a Pavla, 9. Všech svatých.

Této povinnosti lze vyhověti i tichou mší svatou; komu *není možno* býti přítomen mší svaté nebo jest mu to *velmi nesnadno*, není vázán tímto přikázáním. Tak jest tomu při každém církevním přikázání, neboť církev katolická není macechou, nýbrž dobrou a rozumnou matkou. Kdo tedy pro nemoc nebo z jiné

důležité příčiny nemohl na mši svatou, ať se z toho nezpovídá, poněvadž se hříchu nedopustil. Zpovídati se máme jen ze hříchů. Kdo však zanedbal povinnou mši svatou z pouhé nedbalosti nebo netečnosti, jistě zhřešil, a má se z toho zpovídati jako z těžkého hříchu. Vina jest ovšem jen tehdy těžká, byl-li si při tom těžkého závazku vědom; někteří lidé si toho nebývají vědomi z nedostatku náboženského vzdělání.

Lze-li neúčast na povinné mši svaté omluviti jen *částečně* nebo *nedostatečně*, dopouští se člověk *lehkého* hříchu, poněvadž zde není pouhá nedbalost nebo netečnost, nýbrž rozumné důvody, ne však dosti vážné a dostačitel-né. Co jiní svědomití lidé mají za dostatečné a omluvitelné, na př. vzhledem ke špatnému počasí, ke vzdálenosti od kostela a podobné, možno za takové považovati a dle toho se ří-diti.

Vlastní oběť mše svaté bývá vykonána v ně-kolika okamžicích, když kněz proměňuje chléb v Tělo Páně a víno v Jeho Krev. Leč církev žádá, abychom byli přítomni *celému* obřadu, v celé slavnosti, a to od stupňové modlitby do evangelia a po svatém přijímání do posled-

ního evangelia pod hříchem všedním, od počátku obětování až do přijetí nejsvětější Krve pod hříchem těžkým.

Kdo *přišel pozdě* bez vlastní viny anebo aniž by to předvídal, nezhrěšil, má však *dle možnosti* doplnit, co zameškal, při jiné mši svaté. Někdy jest to ovšem nemožno nebo aspoň velmi nesnadno, čímž přestává býti k tomu povinen. Přišel-li někdo na mši svatou až po pozdvihování, pak vlastně při oběti této mše svaté nebyl přítomen a nezbývá, než aby byl dle možnosti přítomen jiné celé mši svaté.

Čím pozorněji sledujeme jednotlivé části mše svaté, tím více vyhovujeme úmyslům církve. Pro nějakou roztržitost a těkavost, snad i dobrovolnou, nepozbývá platnosti účast na mši svaté. Příkazu církevnímu vyhovujeme, když jsme jen poněkud věnovali nebo chtěli věnovati pozornost hlavním částem mše svaté, zvláště pozdvihování. To platí zejména duším zbožným a úzkostlivým, které myslívají, že pro samé roztržitosti nesplnily své nedělní povinnosti. Kdo se při mši svaté něco modlí a vědomě a úmyslně se při ní nezabývá věcmi, které do kostela nepatří, jistě vyhovuje úmyslu církve svaté; ať tedy nechá vrtochů. Ani

není nikterak určeno, na jaký úmysl bychom měli obětovati v neděli a ve svátky mši svatou, jak se někdy domnívají zbožné duše; stačí, že jsme na mši svaté byli.

Jsme povinni v neděli a ve svátky bývati i na *kázání* a na *požehnání*?

Požehnání a jiné odpolední nebo večerní pobožnosti se nám *doporučují*, ale nepředpisují. Vzhledem ke kázání platí: Katolický křesťan jest jistě povinen *pod těžkým hříchem zachovati* si svou katolickou víru a *upevňovati* ji v sobě, zvláště v této době, kdy žijeme v pohanském ovzduší. To může činiti různým způsobem, i náboženskou četbou a náboženskými hovory; *obyčejným a hlavním prostředkem* k tomu však bývá *kázání*, pročez choditi na kázání jest více méně pro každého katolíka, zvláště za našich dnů, povinností pod hříchem. Kázání však lze nahraditi častou a vhodnou náboženskou četbou, zvláště v neděli a ve svátek.

20. SLUŽEBNÁ PRACE V NEDĚLI A VE SVÁTEK.

Církev svatá nám zakazuje *služebnou práci* vždy, kdykoli jsme povinni v neděli a ve svátek obcovati mši svaté. Neděle a svátky patří

Bohu a našemu odpočinku. Tento zákaz se ovšem netýká prací *nutných* ani takových, které se dle všeobecného zvyku konávají v neděli a ve svátek i u dobrých křesťanů.

Kdo koná *zbytečně* v neděli a ve svátek služebnou práci, jistě se prohřešuje. Aby to byl hřích *těžký*, bylo by třeba *značného*, více než dvouhodinového znesvěcení neděle nebo svátku, leč by snad i s *kratší* prací bylo spojeno *veliké pohoršení*. Jinak je to jen hřích *všední*, koná-li někdo po kratší dobu služební práci.

21. O VÝCHOVĚ DÍTEK.

Nejen děti mají povinnosti k rodičům, ale i rodiče k dětem. Kdo vědomě zanedbává výchovu svých dětí, zvláště náboženskou a mravní, jistě se dopouští hříchu. Pouhá liknavost může ovšem býti jen hříchem *všedním*. Kdo však se o řádnou výchovu svých dětí vůbec nestará a ponechává dětem úplnou zvlí, hřeší *těžce*.

Mravní výchovy dětí nelze odloučiti od výchovy náboženské, proto jsou rodiče a jejich zástupcové povinni pod *těžkým* hříchem starati se též o jejich náboženskou výchovu. Tato výchova jest však vážně ohrožena, ano i zne-

možněna, svěřují-li rodiče své děti učitelům nevěřícím, kteří snad i ve škole pracují proti katolické víře. Ponechávají-li rodiče takovým vychovatelům své děti, jest vážná obava, že vskutku hřeší *těžce* a nezbyvá, než aby se postarali o katolické učitele a o katolickou školu. To platí zejména, ponechávají-li rodiče své dítě ve škole nekatolické, ač by je snadno mohli posílati do školy řeholní. Zde přestávají všeliké ohledy, neboť jde o duši dítěte.

Rodiče, kteří svoje děti z náboženského vyučování dokonce odhlašují, nejenom *těžce* hřeší, nýbrž nutno je pokládati za *veřejné hříšníky*, leč by to konali z neuvědomělosti.

22. O VOLEBNÍ POVINNOSTI.

Nesprávně soudí, kdo tvrdí, že volební povinnost nepatří do mravouky a duchovního života. Náboženství a duchovní život musí pronikati veškeré jednání katolického křesťana, tedy i jeho politickou činnost, sice by náboženství a duchovní život nebyly k ničemu. Nepřátelé církve šíří názory opačné, poněvadž se bojí náboženského vlivu na politickou činnost katolického lidu; vědí, že by u lidu něčeho nepořídili, kdyby v té věci byl uvědomělý.

Jde-li o volby do politického sboru, který *nemá vlivu* na věci *náboženské a církevní*, zavazuje volební povinnost snad jen *lehce* ve svědomí a stačí nějaké nepohodlí, aby ji někdo mohl opomenouti.

Jde-li však o volby do takového sboru, který *bude mít* nebo *má vliv* na věci *náboženské a církevní*, ano bude o nich i rozhodovati, tu váže volební povinnost i pod *těžkým* hříchem a neomlouvá ani veliké nepohodlí. Jsme také pod *těžkým* hříchem povinni voliti takové osoby nebo strany, od nichž se dá právem očekávati, že se zastanou katolické církve, bude-li ohrožena ve svých právech. Všechny jiné ohledy, jak politické, tak sociální nebo hospodářské, musí uvědomělý křesťan podříditi těmto věčným zájmům své církve, sice za mnoho nestojí ani on ani jeho víra.

23. NEPOSLUŠNOST A VZDOR.

Neposlušnost mladých lidí k rodičům a vůbec k představeným bývá obyčejně pouze hříchem *ušedním*, je-li vědomá. Jde-li však o důležité věci, v nichž rodiče nebo jejich zástupcové mají skutečné právo poroučeti, a ohrožuje-li neposlušnost buď životní štěstí dí-

tek nebo blaho celé rodiny, pak jest hříchem *těžkým*.

Vzhledem k *povolání* mají ovšem rodičové právo i povinnost dítkám *raditi*, nikoli však určovati jim povolání nebo je do něho nutiti, anebo je i odvracet od povolání jinak poctivého a snad i vznešeného, jako jest stav kněžský a řeholní.*)

Jak o neposlušnosti, tak třeba souditi i o *neuctivostech* k rodičům, kterých se mladí lidé snadno dopouštívají ze vzdorovitosti a podrážděnosti. Zvláště dívky, bývají v určitých letech velmi citlivé a vzdorovité. Takové poklesky obyčejně nebývají těžce hříšné. Zvláště u lidí jinak zbožných lze je zpravidla pokládati za hřích *všední*, i když se staly vědomě. Ovšem veliká nebo hrubá neuctivost a nepoddajnost k rodičům jest *těžký* hřích, zvláště byla-li spáchána při jasném vědomí.

Ač lze poněkud omluviti vzdorovitost mladých lidí, přece se nemá pokládati za věc nepatrnou; jest nutno, aby se mladí lidé pilně

*) Viz znamenitý spisek: *Na rozcestí*. Přerov na Moravě, Sestry Neposkvr. Početí Panny Marie, Šiřava 7. Cena 2 Kč. Vřele doporučujeme všem před volbou stavu.

přemáhali a často si připomínali, že Bůh jim bude v dalším životě žehnatí tou měrou, jakou si vážili rodičů.

Dospělé dívky nejsou již povinny poslouchati svých rodičů tak jako v mládí, a rozumní rodičové ani toho na nich nežádají; vždy však je svědomí zavazuje, aby rodičům prokazovali povinnou úctu a lásku.

24. SPALOVÁNÍ MRTVOL.

Spalování mrtvol lidských je zvyk *pohan-ský*. *Křesťané* své mrtvé pohřbívají podle příkladu Krista Pána, jehož tělo bylo položeno do hrobu. Tento obyčej zavládl u všech křesťanských národů. V nejnovější době snaží se nepřátelé boží odkřesťaniti čili zlaicisovati celý život lidský od kolébky až ke hrobu. Proto šíří také kremaci. Předstírají důvody jiné, vlastním důvodem však je jim úsilí, zbavit pohřeb náboženského rázu a projevit žehem myšlenku, že po smrti již nic není.

Proto církve *zakazuje* věřícím tento způsob pohřbu *pod hříchem těžkým*. Kdo chce býti spálen a platí si na kremaci, nemůže dostati svátostného rozhřešení, dokud toho neza-nechá. Nebožtík, který má pohřeb žehem a

sám si *ho přál*, nesmí býti církevně pochován. Nepřál-li si toho, ale příbuzní tak stanovili, smí kněz provéstí výkrop: *těžká vina neposlušnosti* však padá *na příbuzné*. Věřící katolík se nezúčastňuje pohřbu žehem, leč by byl z důležitých příčin k tomu zavázán. Krematoriu se vyhýbá.

25. ZLOST A NETRPĚLIVOST.

Kdo pocítuje nával zlosti nebo netrpělivosti, ale *nepoddává* se tomu hnutí a hledí se ovládnouti, nehřeší nikterak, ani když snad jiní pozorují, že to v něm vře; cvičí se tak ve ctnosti mírnosti a trpělivosti.

Kdo však *se poddává* návalu zlosti nebo netrpělivosti, kdo se dává strhnouti ke zlosti, dopouští se obyčejně hříchu *všedního*. K těžkému hříchu dochází tu u zbožných lidí málokdy.

A je-li vskutku vážná příčina k hněvu a je-li projev hněvu přiměřený příčině, není takový hněv hříšný. Jen *nezřízené* povolování návalu hněvu a zlosti bývá hříšné. Naše netrpělivosti a zlostné projevy bývají však obyčejně nezřízené a souvisí pravidelně s nezřízenou samoláskou; ani zbožní lidé nebývají bez nich.

Ze zlosti a netrpělivosti mohou však povstávat jiné hříchy, na př. nešetrnost k bližnímu, urážka na cti, pomluva, nenávisť, které mohou býti i hříchy *těžkými*. Proto se máme snažiti, abychom se uklidňovali a ovládali při návalu zlosti a zvláště odstranili ze srdce všechnu trpkost proti bližnímu, jakmile se naše mysl poněkud uklidní.

26. ZAVIST A ŽÁRLIVOST.

O této nectnosti platí skoro totéž, co bylo řečeno o zlosti a netrpělivosti. Nepovolíme-li citu závisti nebo žárlivosti, který se ozývá v našem srdci, není to hřích, nýbrž jen znamením, že jsme dosud nedospěli ke křesťanské dokonalosti.

Kdo však povolí citu závisti nebo žárlivosti, dopouští se pouze hříchu *všedního*. Takové všední hříchy však bývají velmi škodlivé, neboť z nich pochází mnoho dalších všedních, někdy i těžkých hříchů, zvláště proti lásce k bližnímu a proti 8. přikázání, a to i u zbožných lidí, proto máme závist a žárlivost pilně přemáhati. Snadným prostředkem k tomu jest, pomodlíme-li se Zdrávas Maria za toho, proti komu se nám v srdci ozývá závist, nebo žeh-

náme-li mu v duchu, kdykoli pocítíme toto nešlechtné hnutí.

27. ODPOR, NENÁVIST A NEPŘÁTELSTVÍ.

Odpor k bližnímu a nenávist není totéž; zejména u zbožných lidí jest nutno činiti v tom rozdíl. *Odpor* jest více v citu, kdežto *nenávist* jest hlavně ve vůli. Odpor může býti úplně bez hříchu, tak jako nával zlosti nebo jako cit žárlivosti, jestliže se mu nepoddáváme; může se však státi hříchem, obyčejně jen všedním, když se takovému odporu ponecháváme. *Skutečná nenávist*, ve které s *rozvahou* a s *plným vědomím*, tedy ne pouze v okamžitém pobouření, bližnímu přejeme zlého a chceme uškoditi, jest hřích *těžký*, jak nám to Kristus Pán jasně ukazuje v kázání na hoře a na jiných místech evangelia.

Ačkoli dobrovolný odpor bývá jen hříchem všedním, přece se nemá podceňovati. Odpor a žárlivost jsou hříchy, ze kterých se rojí i u zbožných lidí celá hejna poklesků proti lásce a spravedlnosti. Kdo se nedá ovládnouti odporem nebo žárlivostí, toho lze pokládati za dokonalého křesťana; kdo však těmto náklon-

nostem podléhá, rozhodně nedospěl k dokonalosti a má se proč stydět a pokořovati.

Jest zcela přirozené, že snadno pocítujeme odpor proti bližnímu. Stýkáme-li se s více lidmi, můžeme si sestavit seznam těch, kdo jsou nám milí, těch, kdo jsou nám lhostejní, i těch, kdo jsou nám protivní. Jak snadno se pak dáme ovládnouti náklonností k lidem příjemným a odporem k osobám protivným! U příjemných si všímáme jen stránek světlých, u protivných jen temných, a lhostejných si vůbec nevšímáme; odtud bývá mnoho chyb a poklešků proti lásce a spravedlnosti jak v úsudku, jak v řeči i v jednání.

Proto jest důležité, aby se zbožné duše nedaly ovládati odporem a zvláště opatrně aby jednalv s osobami jim protivnými. Dobře jest pomodliti se za takovou osobu nebo v duchu jí žehnati, kdykoli si uvědomíme, že se v našem nitru vzmáhá proti ní odpor.

Z odporu snadno se rodí také *nepřátelství*, které, trvá-li déle, stupňuje se v nenávisť, které již není možno nepokládati za hřích *těžký*. Usmířme se tedy a vyrovnejme vždy *co nejdříve*, když jsme se byli s někým poňěvali. Mnohdy stačí, dáme-li jen nějak na

jevo, že se již nezlobíme, že toho litujeme, že rádi odpouštíme, a pak již jednáme, jako by se nic nebylo stalo.

Chceš-li poznati, nepřechází-li u tebe odpor v nenávisť, není-li *těžce* hříšný, hled se za svého protivníka upřímně pomodlití nebo v duchu mu upřímně žehnatí, i když ti to není snadné; dokážeš-li to, buď klidný, nehřešíš *těžce*.

28. NESTŘÍDMOST.

U zbožných lidí netřeba mnoho jednatí o nestřídmosti. Vyskytne-li se u nich a jest vědomá nebo předvídaná, bývá pravidelně *ušedně* hříšnou. Co nebylo předvídáno a není vědomé, není vůbec hřích.

Nestřídmost v jídle jest u mnoha zbožných duší pouze *vrtochem*. Pojedli tolik, kolik jedí jiní, tlačí je to snad v žaludku, cítí se přeplněnými, a proto se domnívají, že se dopustili nestřídmosti. To však není nestřídmost, ježto takové žaludeční potíže pocházejí často z churavosti.

Pitím lze se nestřídmosti dopustiti snadněji než jídlem. *Těžce* hříšná jest nestřídmost, kterou člověk ztrácí volné užívání rozumu. U osob Bohu zasvěcených, jako kněží a osob

řeholních, může se i menší nestřídmost státi těžkým hříchem pro veliké pohoršení. Ne tak u laiků.

Právě za naší doby mají zbožné duše dávat dobrý příklad střídmosti v pití. Zřikají-li se úplně požívání opojných nápojů, konají mimo to skutek velmi dobrý a sociálně prospěšný.

29. POSTY.

Je třeba rozeznávati *újmu* od *zákazu masitých pokrmů*. Nový církevní zákoník značně polevil v obojím směru. Podrobnější předpisy stanoví *postní řád*, který biskupové vydávají každého roku pro své diecése. Všeobecně platí zásady:

1. Komu jest *nemožno* nebo *velmi obtížno* zachovávatí církevní předpisy o postu, není jimi vázán. Zde platí totéž, co o mši svaté v neděli a ve svátek, že církev svatá nežádá od věřících nic nemožného, neboť jest dobrotivou matkou.

2. Kdo *zapomněl*, že jsou toho dne zakázány masité pokrmy, a požíval jich, nedopustil se hříchu.

3. Kdo si nemůže v postní dny opatřiti pokrmů postních, může požívatí masitých.

4. Pro *cestující* neplatí zákaz masitých pokrmů, zbožní katolíci však nepoužívají tohoto osvobození. .

5. *Churavi a nemocní* mohou požívatí masitých pokrmů, zvláště když to lékař nařizuje nebo doporučí.

6. Sádlem jest *vždy* dovoleno připravovati pokrmy a také požívatí chleba namazaného sádlem.

7. *Újmu* nejsou povinni zachovávatí mladí lidé, jimž není ještě plných 21 let, ani staří, kteří již dokončili 59. rok.

Rovně neplatí újma pro lidi *slabé, churavé a nemocné*, ani pro *těžce pracující*, ani pro ty, kteří *málokdy* mají *vydatnou stravu*.

8. Újmě se v našich krajinách rozumí tak, že se kromě řádného nasycení v poledne *posnídá a povečeří méně než obyčejně*, dopoledne a odpoledne se ničeho nejí. K svačině lze připustiti trochu kávy nebo čaje s nepatrným zákuskem.

9. Kdo jsa povinen újmou jen málo ji poruší, dopouští se pouze *všedního* hříchu. *Těžce* by hřešil jen tehdy, kdyby nemaje žádné omluvy, *vědomě* vůbec újmy nedbal. Zbožné a svědomité duše se nemusejí báti hříchu, jest-

líže při upřímné snaze, aby újmu zachovaly, snědí o nějaké sousto více.

10. Ač třeba mnohdy mladé horlivce varovati před nerozumným postěním, jest přece jisto, že bez mrtvení a stálého ovládní se v jídle nikdo nemůže ani pomýšleti na pravý duchovní život. Kdo jest v jídle vybíravý a kdo si potrpí na dobrou kuchyň, sotva se dostane k pořádné ctnosti.

30. MODERNÍ PŮST.

Naši předkové se pilně postívali. V tom jich ovšem naše pokolení již nedostihne, a církev svatá omezila půst pro nynější lidstvo na nejmenší míru. Zato bychom však měli vynikati jiným, moderním postem a zachovávatí jej *tak svědomitě jako posty církevní*. Moderním postem rozumím *nekupovati a nečísti novin, které nejsou výslovně katolické*, ani sebe zajímavějších a lákavějších. V tom nemá u nás většina katolíků vyvinutého svědomí, pro újmu v té věci nemají vůbec smyslu. Jiné posty snad zachovávají svědomitě, ale nemohou se odhodlati k tomuto modernímu postu. Čítají pokrokové a liberální noviny, platí za ně

spoustu peněz a pomáhají takto nepřátelům církve svaté v naší vlasti.

Kdyby všichni čeští katolíci rozuměli tomuto modernímu postu, byly by *naše katolické noviny vyspělejší než všechny ostatní*. Katolíci by u nás ovládali veřejné mínění, a *naše republika* by se stala *křesťanskou*.

Z toho jest patrné, jak důležitý jest tento moderní půst, neboť na něm záleží blaho národa; proto jest třeba, aby zbožné duše šířily smysl pro něj a burcovaly ospalá svědomí. To patří rovněž k duchovnímu životu.

31. POZNAMKY K 6. a 9. PŘIKAZANÍ.

Tato přikázání působí některým zbožným lidem, kteří nemají pravého poznání, mnoho nepokoje a úzkostí. Několik rozumných poznámek zapudí nejednu pochybnost.

1. Především nutno poznamenati, že pohlavní život není *o sobě nic zlého* ani *hříšného*. Hříšným jest pouze jeho *zneužívání* čili *nezřizenost* pohlavního života. Pohlavní život jest Bohem dán na prospěch lidského pokolení; 6. a 9. přikázání mají pouze brániti, aby se ho nezneužívalo na škodu a záhubu

lidstva. Tak nutno o tom souditi každému, i zbožným lidem.

2. Nejsou ani všechny hříchy proti 6. a 9. přikázání hříchy těžkými, jak se omylem často za to má.

Abychom si o té věci učinili správný úsudek, uvádíme zde jednoduchá pravidla pro lidi *svobodného stavu*:

a) Kdo na pohlavní věci myslí, o nich mluví nebo čte, kdo jest nucen k pohledu nebo k doteku věcí, směřujících k pohlavnímu životu, ale *má k tomu vážné důvody, nedopouští se hříchu*. Proto jest na př. dovoleno a děje se bez hříchu, čeho jest skutečně třeba k čistotě těla ať u sebe nebo u jiných, naší péči svěřených, *pokud při tom není jiných úmyslů než rozumných a vážných*. Ovšem jest nutno počínati si vždy *opatrně*, ač ne *úzkostlivě*. Úzkostlivost škodí, nebo zvyšuje často jen pokušení; rozumná a svědomitá opatrnost tu stačí.

b) Není-li takových rozumných a vážných důvodů, a dovoluje-li si kdo myšlenky, řeči, četbu, pohledy a pod. jen *z lehkomyšlnosti* nebo *ze zvědavosti*, je to ovšem *hřích*, ale obvyklejné pouze *ušední*, ač dosti nebezpečný.

Kdo si totiž ničeho nedělá z takových všedních hříchů, velmi snadno se dopustí těžkých. Pravíme, že jest to *obyčejně* všední hřích, jestliže však se tím dá *těžké pohoršení*, může se to státi hříchem *těžkým*.

c) Povstává-li však z takových myšlenek, představ, slov, pohledů, četby nebo úkonů *tělesné rozrušení* a má-li člověk úmysl něco takového *vyvolati* nebo se v tom *kochati*, pak je to hřích *těžký*, pokud ovšem jest to vědomé a dobrovolné. K těžkému hříchu patří, jak známo, vždy plné vědomí a plný souhlas.

Tělesná hnutí, vzniklá *proti naší vůli*, *nejsou hříšná* a nejlépe jest nevšímáti si jich, když by snad povstala nahodile při rozumném počínání. Nedokonalý souhlas nebo liknavé odpírání nemůže býti leč hříchem *všedním*.

3. Nelze dosti zbožným lidem doporučovati, aby v pokušení proti svaté čistotě zachovali rozumný klid. Úzkostlivostí a strachem způsobují namnoze jen nová a prudší pokušení. I kdyby se na nás vysypalo celé peklo ohyzdnými představami a rozvířilo naši tělesnou smyslnost, neuškodí to naší duši, zachováme-li rozvahu a nechceme-li se dobrovolně poddati hříšným věcem. Kdo nechce, nehřeší, ani kdyby ho to lákalo nevím jak.

32. DALŠÍ POZNÁMKY K 6. a 9. PŘIKAZÁNÍ.

4. Napadne-li někomu neslušná myšlenka nebo představa, stačí obyčejně, *snaží-li se dostat se na jiné myšlenky*. Nepodaří-li se nám ihned mysliti na něco jiného, a neslušná představa se úporně vtírá, neznepokojujme se. Již tím cvičíme se ve ctnosti svaté čistoty, když se *hned snažíme* mysliti na něco jiného a dostat se z takových představ.

Při pokušení *prudkém* a velmi lákavém nestačí ovšem pouze snaha mysliti hned na něco jiného, nýbrž třeba mysliti na Boha nebo na věci nadpřirozené, jinými slovy: *třeba se modliti*. Modlitba jest nutná při prudkém pokušení, abychom si vyprosili odvahy a síly překonati pokušení pořádně. Jak se máme modliti, to závisí na stupni našeho duchovního života. Nejlépe jest vzbuzovati oddanost ke Kristu Pánu, prositi Pannu Marii, vzpomínati na smrt, na věčné muky, na svaté přijímání a pod. *Krátké povzdechy* jsou v pokušení lepší než dlouhé modlitby.

5. Jestliže někdo liknavě zapuzuje neslušné *myšlenky* nebo jim dobrovolně a zbytečně povoluje, hřeší, jak řečeno, *jen lehce, nemá-li*

při tom *úmyslu* hověti pohlavním žádostem, nebo nepovstává-li z toho pohlavní rozrušení. Povstává-li však, je to rozhodně *poslední znamení*, aby ihned odporoval takovým myšlenkám, sice by už nebylo lze rozeznati to od hříchu *těžkého*, a nutno pokládati, že takto pokoušený s těmi žádostmi souhlasil. Kdo však se vzpomíná při tomto posledním znamení a začne rozhodně bojovati proti zlým představám, může býti jist, že svou liknavostí nehřešil těžce.

6. Nic tolik neprospívá, abychom se upevnili ve svaté čistotě, jako *ukázněnost myšlenek a pohledů*. Je to věc velmi jednoduchá, a kdo jest v tom důsledný, brzo se stane velmi čistým. Záleží v tomto: Zastihneš-li se při neslušné myšlence nebo představě, hled se klidně dostati hned na jiné myšlenky, není-li třeba, aby ses tou myšlenkou zabýval; zahléďneš-li předmět, jenž působí na tebe smyslně, odvrát klidně oči, není-li třeba, aby sis toho předmětu všímal.

7. *Slovičko o známostech*. Známosti jsou *nutné*, neboť mladí lidé se musejí poznati, hodí-li se k sobě, když zamýšlejí vstoupiti spolu do stavu manželského; jsou však nebezpečné, proto je třeba veliké opatrnosti.

Aby známosti byly mravně dovoleny, musejí se zakládati *na vzájemném úmyslu* vstoupiti do stavu manželského a na *oprávněné naději*, že se tak může brzy státi.

Při návštěvách jest nutně třeba *veliké opatrnosti a zdržlivosti* a jakéhosi *dozoru* rodičů nebo jejich zástupců. Známosti nemají obyčejně trvati dlouho; čím delší, tím bývají nebezpečnější.

Chybí-li některá z těchto podmínek, stávají se známosti hříšnými; zejména nutno vždy s mravního stanoviska odsouditi *známosti bez úmyslu* vstoupiti do stavu manželského, které jsou teď, bohužel, na denním pořádku.

33. BLÍZKA PŘÍLEŽITOST KE HŘÍCHU.

Kdo hříchů *opravdově* lituje, chce se varovati nejen těch hříchů, ale i *blizké* příležitosti k nim. Co je nám *blizkou* příležitostí, víme ze zkušenosti vlastní i cizí. Kdo *v polovině* neb *ve většině* případů za určitých okolností zhřešil, pro toho jsou tyto okolnosti *blizkou* příležitostí ke hříchu, *a pokud závisí na něm*, je povinen se nevydávat do těchto okolností. Jedná-li se o *těžké* hříchy, je povinen pod

těžkým hříchem se varovat oné blízké příležitosti. Vydává-li se v ni dobrovolně, těžce hřeší, i kdyby onen hřích, k němuž jsou tyto okolnosti příležitostí, se právě tentokráte nestal.

Je-li však někdo v blízké příležitosti k *těžkému hříchu, které se vyhnouti nemůže*, musí se modlitbou a jinými prostředky duchovního života snažiti, aby neklesl a aby se ona *blízká příležitost stala takto pro něho vzdálenou*. Ve vzdálené příležitosti ke hříchům jsme více méně všichni, dokud žijeme zde na zemi.

Blízké příležitosti ke hříchům *všedním* jsme povinni se varovati pod hříchem *všedním*, pokud bychom se zase zbytečně a dobrovolně do ní vydávali.

34. PRAVIDLA PRO ŽIVOT MANŽELSKÝ.

1. *Hlavním účelem* stavu manželského jest zachování a výchova lidského pokolení, *vedlejším* pak vzájemná pomoc manželů a uklidnění smyslnosti. Všechno tedy, co ve styku manželském směřuje *k těmto účelům*, jest nejen *dovoleno*, nýbrž i *záslužno*, děje-li se to zcela zřízeně a ve stavu posvěcující milosti.

2. Nezřízenosti, které *nevylučují* hlavního účelu stavu manželského, jsou mezi manžely asi jen *lehce* hříšné.

3. Nezřízenosti však, které *vylučují a zne-
možňují* tento hlavní účel, jsou vždy *těžce*
hříšné. Bůh stanovil stav manželský, aby se
zachovalo a vychovalo lidské pokolení, a Kri-
stus Pán jej povýšil na svátost, aby se tak
dělo, jak se patří a svatě na prospěch církve
a jejího vznešeného úkolu. Určité hříšné prak-
tiky, aby se omezil počet dětí, musí církev
katolická důsledně odsuzovati, neboť se ne-
jedná o pouhý zákon církevní, jenž by snad
za těžkých okolností nezavazoval, nýbrž o zá-
kon přirozený a Boží, od něhož není omluvy.*)

4. Nikdy není dovoleno klíčící život odstra-
nití. Každé ničení klíčícího života lidského je
hříchem *smrtelným*.

35. CIVILNÍ SŇATKY.

Kdo byl pokřtěn v katolické církvi a v ní
vychován, může *v platný* sňatek vstoupiti *jen
před katolickým knězem*. Toto pravidlo platí,

*) Manželům a snoubencům doporučujeme k dal-
šímu poučení spis: **Schilgen, Ve službách Stvořite-
lových**. Nákladem J. Birnbauma v Brtnici.

i když někdo přestal být katolíkem. Sňatky takových snoubenců na radnici neb okresním úřadě platí snad před státem, *ne však před Bohem!* A poněvadž nikdo neujde soudu Božímu v hodině smrti, musí všem snoubencům na tom záležeti, aby měli *sňatek platný také před Bohem*; jinak jim hrozí *věčné zavržení*.

Jen manželé žijící v platném sňatku mají právo na manželský život. *Před Bohem a církví* jsou lidé žijící v neplatném manželství *veřejnými hříšníky* a nemohou tudíž dostati ani svátostného rozhřešení, dokud neuzavrou platný sňatek před knězem, aneb, je-li nemožný, dokud neprovedou rozlučku toho civilního sňatku. Do zpovědnice mohou přijíti *jen na poradu*, jak by to urovnali. Tak hrozné je to s civilními sňatky katolíků! Proto konáme velký skutek milosrdenství, varujeme-li nevědomou mládež před takovými sňatky a pomáháme-li civilně oddaným katolíkům, aby to uvedli do pořádku. — Rozloučili-li manželé sňatek *platný*, nemohou uzavřítí jiného *platného* sňatku, dokud druhá strana je na živu.

36. STROJENÍ.

Zbožnost musí ovládati celého člověka, i jeho strojení, jinak není pravá. A strojení žen-

ské za našich dnů vybočuje často z hranic křesťanské skromnosti a cudnosti; proto nutno o něm jednati.

Jaké strojení jest hříšné?

1. *Které vážně poškozuje zdraví.* Přepjaté šněrování, lehký oděv v chladném počasí, jedovaté kosmetické prostředky, snad i podpatky příliš vysoké.

2. *Které stojí více, než kapsa snese.* Strojení nad poměry jest zjev za naší doby častý. Kdekterá osoba chce dělati dámu. Tak povstanou dluhy, tak se snad mnohá rodina ani řádně nenají, tak trpí domácnost.

3. *Které působí rozrvat a nepořádek v rodinách.* Podvádějí a trápí se rodičové, neustále se útočí na muže, vnáší se nespokojenost do rodin, stálým strojením se mrhá čas a zanedbává se výchova dítek a mnohá jiná povinnost domácí.

4. *Které se děje s úmysly hříšnými.* Žena se smí a také má v náležitě míře strojiti. To patří k její povaze. Obléká-li se slušně, časově a dle svého společenského postavení, není to hřích, je to rozumné. Chce-li strojením vyniknouti, pozornost buditi, parádit se, svým přepychovým choutkám hověti, je to marnivé

a aspoň *lehce* hříšné. Chce-li však strojením sváděti ke hříchu a smyslným žádostem, je to ovšem *těžce* hříšné.

5. *Které svádí k smyslnosti.* Toto zasluhuje nejvíce pozornosti. Moderní strojení, jak se poslední dobou vyvinulo a dosud trvá, jest namnoze takové. Vychází z pařížských salonů, kde mravní stanovisko se ignoruje a odkudž se uvádí v jakési otroctví celý civilisovaný ženský svět. Vybočuje dvojím směrem: neskromným, až necudným odhalováním těla a průsvitným oděvem. Oboje svádí k smyslnosti a bývá příčinou mnohých hříchů. Leckterá, jinak hodná osoba ani netuší, kolik působí hříchů u mladých lidí svým moderním úbořem — krátkým, vystřiženým, průsvitným. Protestantský pedagog F. V. Foerster pronesl tento úsudek: »Moderní člověk dostává se ohledně mravních názorů — aniž by to věděl nebo tomu chtěl — do područí polosvěta. Netřeba se proto diviti, že naše ženy a dívky nedovedou již rozeznávat v otázce strojení to, co jest cudné a slušné, od nejhrubších dvojsmyslností«.

Těžko rozhodnouti, kde jsou zde hranice mezi hříchem těžkým a všedním, co nutno

nazvatí velmi a co poněkud hříšným strojením.

Budiž tedy snahou všech zbožných žen a dívek, aby si co do strojení nedaly pohanským světem a výmysly krejčové diktovati úbor, který se nehodí k jejich křesťanské důstojnosti. I když se proto budou snad méně líbiti moderní společnosti, co na tom? Razí cestu lepším mravům a šťastnější budoucnosti našeho národa.

37. KOUPÁNÍ.

Nikomu nebudeme brániti, aby se vykoupal. Naopak doporučujeme pravidelné koupání, nejen se stanoviska zdravotního, ale také z ohledů mravních.

Koupání může však býti také mravně nebezpečné a příležitostí k mnohým hříchům. To se týká hlavně *společného koupání* ve veřejných lázních. Katolická mravouka nepřipouští společného koupání *obojího pohlaví*. Považuje to za pohoršlivé a pro většinu mladých lidí za blízkou příležitost i k hříchům smrtelným. Ať se nikdo nevymlouvá lacinou frází: Čistým je všechno čisté! Jak dalece při společném koupání obojího pohlaví *jednotli-*

vec hřeší, záleží na okolnostech; je jisté, že dává pohoršení.

Totéž platí o *slunečních lázních*. Společné koupání stejného pohlaví nemá se konati na veřejných místech, kde každému lze *zblízka přihlížeti*. Má se vždy použití náležitého *koupacího úboru*.

38. TANEC.

Tanec sám v sobě není ani zlý ani dobrý, avšak pro okolnosti, za kterých se obyčejně koná, bývá nebezpečný pro duši a stává se příčinou mnohých hříchů.

Mnohé »moderní« tance jsou přímo nemravné a měly by býti nemožné mezi pravými křesťany. V některých zemích biskupové určité tance výslovně zakázali. Poněvadž však názvy a druhy tanců se neustále mění, nutno se dovolávati svědomí a mravní vyspělosti křesťanů, aby netrpěli neslušných tanců, a nemohou-li jich zamezití, aby jich aspoň netančili a je řádně odsoudili.

Tance jsou jako úhoř. Vymyká se vám, sotvaže jste jej zachytili. Chcete-li stanovití, jaký tanec jest hříšný a jaký dokonce těžce hříšný? Nepodaří se to; okolnosti jsou příliš různé. Je to úhoř, ba je to *had*. Často uštkne,

někdy i smrtelně. Proto opatrnosti nezbývá.

Tolik ovšem lze říci, že duše po dokonalosti toužící, musí býti krajně zdrženlivé co do tanečních zábav, že taneční místnosti v barech a kabaretech nehodí se naprosto pro křesťany, a že tanec s kněžími jest a zůstane vždy velikým pohoršením.

39. DIVADLO, FÍLM A ROMANY.

Divadlo, film a krásná literatura mohou zajisté mocně přispívati ke vzdělání lidstva a k ušlechtilé zábavě. Musí však dbáti nejen zákonů *uměleckých*, ale také *mravních* a *věro-
učných*. Co tedy ohrožuje naše křesťanské mravy anebo naši katolickou víru, jsme povinni *ve svědomí* odmítati podle výroku Spasitelova: »*Co prospěje člověku, byť celý svět získal, na duši však škodu trpěl?*« (Mat. 16, 26.). Třeba vždy *vážných důvodů*, abychom směli shlédnout pohoršlivé divadlo, nebo smyslný film, nebo si přečísti závadný román. Pouhá zábava nebo zvědavost nejsou důvodem dostatečným. A důvody musí býti tím důležitější, čím nebezpečnější je umělecké dílo a čím slabší je kdo v mravnosti nebo ve víře.

Chce-li kdo pěstovati *opravdově* život du-

chovní a v něm dosáhnouti *hloubky*, musí se státi v návštěvě divadel a filmů, jakož i v četbě románů hodně *ukázněným, vybíravým a skromným*. Čím více se blížíme k Bohu, zdroji veškeré krásy, tím důsledněji se odpoutáváme ode všeho smyslového, ode všeho, co není naší povinností a ode všeho, co nevede přímo k Bohu. Radost a štěstí nalézáme výhradně v Něm.

40. PRAVIDLO O 7. a 8. PŘIKAZÁNÍ.

Kdo vědomě a dobrovolně bližnímu *těžce* škodí na majetku nebo na cti, dopouští se hříchu *těžkého*. Kdo působí bližnímu jen *malou* škodu nebo si není vědom, že mu škodí *těžce*, dopouští se hříchu *všedního*.

I když někdo v poměru k svému majetku učiněnou škodu nepatrně pocítí, může se státi přece *těžce* hříšnou, sice by majetek nebyl dosti chráněn. Církev katolická vždy hájila a hájí nedotknutelnost práva majetkového. Před válkou pokládalo se za *těžký* hřích, ukrásti 30 K člověku zámožnému; tento obnos nutno ovšem převést na nynější peněžitou hodnotu.

Jsou zbožní lidé, kteří by bližnímu neodcizili ani haléře, ale nedělají si výčitek ze škody, kterou mu působí *lehkovážnou řečí*

o jeho chybách. Jak snadno lze bližnímu nactiutrhaním vsutku těžce uškodit! Mnohá duše toho nedbá a snad si toho ani neuvědomí.

Dokud si někdo *není vědom*, že tím bližnímu škodí těžce, nedopouští se ovšem *těžkého* hříchu, ani když něco mluví, co jest vlastně těžce hříšné.

Kdo chyby bližního zveličuje nebo si dokonce chyby o něm vymýšlí, dopouští se *pomluvy*; kdo zbytečně mluví o známých chybách bližního, nekřivdí mu sice, ale *porušuje lásku*.

Proto jest nejlépe, osvojí-li si zbožné duše zásadu, nemluvit o bližním bez potřeby nic zlého. Kdo se kloní ke zbytečným hovorům o cizích chybách, má se zvláště o to snažiti a znenáhla se dopracovávat tak jemného svědomí, aby mu vůbec bylo trapno, mluvit nepřívětivě o bližním, i když by to bylo nutno a mohlo se tak dít bez hříchu.

Řiďte se vždy pravidlem: Co nechceš, aby ti jiní činili, nečiň jim.

41. KOMUNISMUS.

Komunismus jest dvojí: křesťanský a pohanský. *Křesťanský* praví: »Bratře v Kristu,

co je moje, to je tvoje.« *Dává. Pohanský* dí: »Soudruhu, co je tvoje, to je moje.« *Běře.*

Křesťanský komunismus zavládl ze samé sdíllosti u prvních křesťanů a žije dosud v řeholích katolické církve, pokud zachovávají přesně řeholní chudobu. Je to duch Kristův.

Pohanský komunismus povstal jako reakce proti stejně zhoubnému, pohanskému kapitalismu a ohrožuje nyní lidskou společnost. Nepostupuje nikterak v duchu Kristově, ale jest čistým sobectvím nemajetných tříd, které přišly o víru v život věčný.

Komunismus *křesťanský* jest evangelickou *radou*: Kdo může chápati, chápej. Komunismus *pohanský* však jest *hříchem*, neboť se přiči 7. přikázání Božímu, a podporování jeho snah jest rovněž hříchem.

Společnost lidskou nezachrání ani komunismus, ani liberalismus, nýbrž *křesťanský solidarismus*, hlásaný okružními listy Lva XIII. *Rerum novarum* (1891) a Pia XI. *Quadragesimo anno* (1931).

42. ZASADY PRO SOCIÁLNÍ REFORMY.

Pro nutné sociální reformy stanovil Benedikt XV. ve smyslu nauk Lva XIII. tyto směrnice:

1. V tomto pozemském životě nebude nikdo *dokonale* šťasten. Pravé, dokonalé a věčné blaho jest nám připraveno v nebesích, odměnou za život ctnostný. Proto má veškeré naše počínání směřovati k životu věčnému.

2. Jest ovšem dovoleno, ba někdy i nutno, domáhati se v tomto pozemském životě lepších životních podmínek.

3. Všeobecnému dobru nic neprospívá tolik jako *svornost a solidarita všech stavů a tříd* lidské společnosti. Křesťanskou láskou a spravedlivou dohodou překonají se nejlépe nynější sociální rozpory.

4. Násilím a převraty nelze bojovati pro pravdu a právo. To jsou zbraně, které konečně zničí toho, kdo jich používá.

5. Máme všichni *více* dbáti toho, abychom vyhověli svým *povinnostem*, než abychom uplatnili svoje *práva*.

6. *Kapitalisté* nemají měřit svého poměru k dělnictvu dle toho, co jest *naprosto nezbytné*, nýbrž dle toho, co se *sluší a patří* za nynějších poměrů. K tomu svatý Otec zámožné třídy zvláště a důrazně napomíná, aby projevovaly největší shovívavost, velkomyšlnost a štědrost dle slov svatého Pavla

k Timoteovi: »*Boháčům tohoto světa přikazuj, ať se nepyšní . . . , ať činí dobře . . . , ať jsou štědrými a sdílnými.*«^{*})

7. *Dělnictvu* se nepomůže jednostranným zlepšováním hmotných prostředků, nutno je též vychovávatí zásadami křesťanské mravouky *k svědomitému plnění povinnosti a smířlivému smýšlení* vůči třídám občanským.

8. *Inteligence* má se dělnictva *ujímati*, je ochotně a správně poučovati a svými vědomostmi pomáhati k reformě sociální.

9. *Chudina* má však také uvážiti, že různost stavů v lidské společnosti jest přirozená a prozřetelnost Boží že to tak zařídila ku prospěchu jednotlivců i celé lidské společnosti. I když si zlepšíme své postavení, zůstane vždy dosti strastí naším údělem, které nutno nám odevzdaně a statečně snášeti v naději na věčnou odměnu.

10. *Duchovenstvo* má se dle možnosti oddati pilnému studiu sociálních oborů a všímati si bedlivě sociálního hnutí. Patří to teď k jeho posvátnému úřadu, poněvadž to souvisí s péčí o spásu duší. Duchovní správcové ať svědomitě poučují každého o povinnostech

^{*}) I. Tim. 6, 17.

křesťanského života, ať varují před nástrahami svůdců a pomáhají lidu ku zlepšení jeho postavení, stále však připomínajíce, oč církev Boha prosí: *Ať projdeme tak statky pozemskými, bychom neztratili věčných.*

43. ALMUŽNA.

Mnozí zbožní lidé se domnívají, že almužny dávati je pouhá rada, ne povinnost. Jiní zase myslí, že této povinnosti již plně vyhověli, když občas žebráka na jeho naléhání odbudou nějakou maličkostí.

1. Kdo netrpí nouzí a komu ještě zbývá, je *ve svědomí vázán* dávati ze svých příjmů nutným a trpícím a podporovati různé podniky, směřující k oslavě Boží a k spáse duší. Bylo by zajisté znamením velké neprozíravosti, kdybychom se starali jen o časné a hmotné potřeby bližních a zcela přehlíželi jejich věčné blaho a duševní potřeby.

2. Nutno uznati, že se vždy naleznou zámožní lidé, kteří plně chápou tyto povinnosti a někdy dávají mnohem více, než by se mohlo žádati. Přece však zůstane pravda, že *bohatý svět tuto povinnost celkem hodně zanedbává* a že jej předstihují a zahanbují lidé, kteří pozemskými statky nevládnou. *Vdovin groš do-*

sud nevymřel. Kdyby zámožní křesťané dávali almužnu *ve stejném poměru* jako křesťané nemajetní, bylo by o naši chudinu a jiné podniky výtečně postaráno.

3. Katolická mravouka rozlišuje okolnosti, za kterých almužnu dávatí je přísnou povinností, od okolností, za kterých ji ukládati nelze. Všeobecně možno stanovit, že každý, kdo *netrpí nouzi*, je povinen něco dávatí na zmírnění bídy. Tážeš se, kolik? To se nedá do haléře stanovit. Někteří říkají: 3—5% *příjmů*, v případech velké bídy něco více. Nějakou takovou částku ať považuje každý za nedotknutelný majetek Boží, z něhož se pilně rozdává na různé dobré účely. Věřící středověk miloval *desátky*, které podle vzoru starozákonních odváděl ze všeho Bohu a jeho chudině. Bylo by pěkné, kdyby se svět vrátil k desátkům a je považoval za povinné, dokud dnešní těžký hospodářský a sociální rozvrat nebude důkladně zažehnán. — Jakých obnosů by se dostalo křesťanské dobročinnosti, kdyby zámožní lidé si řádně uvědomili tyto povinnosti!

4. Na účelné rozdávání almužen. mezi chudinou se hodí nejlépe naše *Diecesní svazy ka-*

tolické charity se svými *odbory* v *každé farnosti*. Rovněž jiné církevní instituce pro soustavnou péči o chudé a trpící. Tak se dostanou almužny k té pravé chudině.

5. Značnou částí svých almužen měli bychom podporovati *katolické misie mezi pohan*y. Ohromné množství nesmrtelných duší hyne v krajích zámořských, poněvadž není dosti hmotných prostředků pro zřizování misijních stanic, kostelů, škol a charitativních ústavů. Také výchova domorodého kléru v misiích vyžaduje značných nákladů, kterých lze získati jen almužnami a dary.

44. TAJEMSTVÍ.

Jak snadno porušují zbožní lidé, zvláště ženské osoby, svěřená tajemství! Svěřují je důvěrně svým přítelkyním, ovšem zase jako tajemství, a tak je roznášejí. To rozhodně není podle katolické mravouky, a jest nutno probouzeti svědomí v té věci.

Mimo *úřední* tajemství, které jest ve svědomí povinen zachovávat ten, komu jest svěřen nějaký úřad, nutno rozeznávat hlavně tajemství *slíbené* a tajemství *svěřené*. *Slíbené*, svěří-li mi někdo něco a *potom* mě prosí, abych o tom dále nemluvil, což mu slibuji: *svěřené*,

zavázal-li mě někdo, abych zachoval tajemství, které mi svěří teprve, až jsem mu to přislíbil.

Slibené tajemství zavazuje obyčejně jen pod hříchem *všedním*; svěřené však jako tajemství v plném smyslu pod hříchem *těžkým*, nejedná-li se jen o nepatrnou věc. Tajemství svěřeného není nikterak dovoleno vyjevití, ani ho svěřovati pod tajemstvím dále. Měla-li by však tím povstati veliká škoda pro toho, kdo je svěřil, nebo tomu, komu bylo svěřeno, nebo třetí, nevinné osobě nebo společnosti, jest dovoleno potud je vyjevití, pokud je to nutno, aby se odvrátila škoda. Ani se nepokládá za hřích, svěří-li někdo své tajemství moudré a naprosto mlčenlivé osobě, aby si od ní vyžádal potřebné rady.

Dopisy patří také k tajemství, proto není dovoleno *otvíratí* nebo *čísti* dopisů cizích bez dovolení toho, komu patří. Dopisnice nepodléhají tomuto mravnímu závazku. Rodičové a vychovatelé *mají právo* vzhledem k výchově otvíratí a čísti dopisy svých nedospělých dětí.

45. LEŽ.

Lež bývá obyčejně hříchem *všedním*, jsme-li si vědomi, že mluvíme nepravdu. Je-li si

někdo vědom, že svou lží působí někomu *velikou* škodu buď na cti nebo na majetku, hřeší ovšem *těžce*, rovněž, je-li si vědom, že svou lží dává *veliké* pohoršení.

Nikdy nemáme říkati nic, co není pravda; ale nemusíme, ano někdy ani nesmíme říci *celé* pravdy. Řekne-li někdo něco pravdivého, ale *ne vše*, jak tomu vlastně jest, a ostatní ponechává vlastním dohadům bližního, používá *zámlky*. Zámlka jest dovolena jen z důležitých důvodů; jinak není dovoleno užívatí zámlk, neboť by byly podobně hříšné jako skutečné lži.

Žertovné lži, při kterých snadno lze poznati, že se pouze žertuje, nejsou hříšné, podobně i výmluvy, které každý rozumný člověk pokládá vsutku jen za výmluvy. Na př. řekne-li se, že domácí pán není doma, ví každý, že nepřijímá návštěv, i kdyby snad přece byl doma.

46. SEDMERO HLAVNÍCH HŘÍCHŮ.

O této skupině hříchů není třeba zvláště se zpytovat a není též potřebí uváděti je zvláště ve svaté zpovědi. Jsou to spíše prameny nebo kořeny hříchů. Kdo je tak pyšný, lenivý, žár-

livý atd., že z pýchy, lenivosti, žárlivosti atd. přestupuje příkázání Boží nebo církevní, u toho jest pýcha, lenost, žárlivost a pod. hříchem. Ale takový hřích se projeví již tehdy, když se zpovídáme z hříchů a přestupků, kterých jsme se dopustili z pýchy, lenivosti, žárlivosti a pod.

47. HŘÍCHY PROTI DUCHU SVATÉMU.

Hřích proti Duchu Svatému, jak o něm mluví Kristus Pán v evangeliích, jest vlastně od-pírati tvrdošíjně zřejmým důkazům nábožen-ské pravdy, jak tomu bylo u farizeů vzhledem k zázrakům Krista Pána. Za naší doby se ho dopouští mnoho nevěrců, kteří jsouce dosti poučení o pravdě katolické církve, přece ne-chtějí věřiti z pýchy a vzdorovitosti.

U lidí zbožných, ale ještě neumrtvených, vyskytuje se hřích, o němž se domnívají, že jest proti Duchu Svatému, když totiž lehko-myslně povolují pokušení a spoléhají, že se z toho vyzpovídají. To jest ovšem hříšná leh-komyslnost, ne však hřích proti Duchu Svaté-mu. Nehřeší tak opovážlivým spoléháním na milosrdenství Boží, nýbrž hřeší, protože se jim nezdá těžkým, zase se z toho vyzpovídati.

48. HŘÍCHY DO NEBE VOLAJÍCÍ.

Do těchto hříchů neupadnou tak snadno zbožní lidé, neškodí však, aby o nich věděli. K těmto hříchům patří za naší doby zvláště tyto:

1. Hřichy zámožných tříd, které svého velikého majetku nepoužívají k dobru strádajících vrstev lidské společnosti, nýbrž k tomu, aby *se oddávali prostopášnému a rozmařilému životu bez vážného zaměstnání*. Žijí jen sobě a svým choutkám, pro bližního smyslu nemají.

2. Hřichy kapitalistů, kteří bez ohledu na 7. přikázání Boží *lichvářským způsobem a nekalkulovanou spekulací* zdražují uměle životní potřeby, rozmnožují svůj majetek a ohrožují existenci středních stavů.

3. Hřichy zaměstnavatelů, kteří *dělníka si neváží* více než stroje nebo dobytčete a nechtějí mu poskytnouti, čeho potřebuje, by mohl řádně živiti sebe a svou rodinu.

4. Avšak i *kdo žije nad poměry* a při tom se zadlužuje, na zbytečné věci peníze vydává, chudým řemeslníkům však a obchodníkům zdráhá se dluhy platiti, dopouští se hříchu do nebe volajícího o spravedlnost a pomstu.

DOKONALÁ LÍTOST.

49. NÁSLEDKY TĚŽKÉHO HŘÍCHU.

Každý uvědomělý a rozumný křesťan má *činiti rozdíl* mezi hříchem všedním a těžkým. Dopustil-li se hříchu všedního, neztrácí posvěcující milosti, byť i všedních hříchů bylo mnoho. Dopustil-li se však hříchu těžkého, jest jeho duše zbavena posvěcující milosti Boží, jest ve stavu nemilosti, a co člověk v tomto stavu koná a snad i trpí, nemá ceny pro život věčný. Ani kdyby konal zázraky a svou činností uváděl v úžas celý svět, není to před Bohem ničím, a nižádných zásluh si tím nezískává pro věčnost. Jsou to skutky prázdné.

Svatý Pavel hlásá tuto nauku výmluvnými slovy ve 13. hlavě I. listu ke Korintanům: *»Kdybych mluvil jazyky lidskými i andělskými, lásky však neměl (tím myslí posvěcující milost s božskými ctnostmi: vírou, nadějí a láskou, které jsou s ní spojeny), byl bych jako měď zvučící a jako zvon zvonící. A kdybych měl proroctví a znal všechna tajemství a veškeru vědu, a kdybych měl všecku víru, takže bych hory přenášel, lásky však kdybych neměl, ničím bych nebyl. A kdybych rozdál na pokrmy chudých veškeren statek svůj a vydal*

své tělo k spálení, lásky však kdybych neměl, nic by mi to neprospělo».

Toho si musíme býti dobře vědomi, abychom se varovali hříchu těžkého a jiným soucitně pomáhali, aby se zbavili těžkých hříchů. Kolik nerozumných a ubohých lidí žije teď kolem nás, kteří v těžkém hříchu tráví velikou část svého pozemského života, snad i celý život, a tak i umírají! Jsou to ztracené existence! Poučujme je o následcích těžkého hříchu, aby se smířili s Bohem.

50. SPRÁVNÝ POJEM.

Dokonalá lítost jest prostředek, jímž můžeme, když jsme těžce zhřešili, opět získati posvěcující milost ještě před svatou zpovědí.

1. Co jest dokonalá lítost? Dokonalá lítost jest upřímná bolest nad hříchy, ne že jsme si jimi zasloužili věčných trestů, ale že jsme jimi *urazili svého Boha* tak dobrotivého, milého, štědrého, milosrdného, obětavého, šlechetného. Ničím nám neublížil, ano prokazoval nám jen dobrodiní a lásku, obětoval se, trpěl a zemřel za nás! My však jsme Ho za to uráželi . . . *Mrzi-li nás tento hnusný nevděk vůči takové*

lásce, tu již asi máme dokonalou lítost a zakoušíme jejich účinků.

2. Dokonalá lítost zbavuje nás *okamžitě* těžkých hříchů bez kněze a bez zpovědi, máme-li jen upřímný úmysl se vyzpovídati, až se nám k tomu naskytne vhodná příležitost. Okamžitě dostáváme posvěcující milost a stáváme se znovu dítkami Božími, schopnými získávati si zásluhy a odpykávati časné tresty. Jen Těla Páně nesmíme ještě přijmouti, neboť církev katolická žádá z úcty k velebné Svátosti, aby ti, kdo těžce zhřešili, přijali svátost pokání, nežli přistoupí ke stolu Páně.

51. PRAKTICKÉ POKYNY.

1. Dokonalá lítost jest něco nesmírně důležitého, proto jest záhodno, aby si zbožné duše toho byly dobře vědomy a jiné poučovaly o její důležitosti.

2. Již při klidném čtení popisu dokonalé lítosti, jak byl právě podán, lze ji vzbuditi, aniž jest třeba jiných formulek. Celník v chrámě stál zdaleka, nechtěl ani očí pozdvihnouti k nebi, bil se v prsa a říkal: »Bože, buď milostiv mně hříšnému«. Jeho lítost byla dokonalá, neboť odešel ospravedlněn.

3. Kdo se dopustí těžkého hříchu, ať si hned vzpomene na svého dobrého Spasitele, může snad pohlédnouti na kříž nebo na obraz Srdce Páně a prostými slovy Mu projeví svou lítost a odprosí Ho; jest dobře činiti tak i po všedním hříchu zcela dobrovolném.

4. Rovněž jest třeba vzbuzovati, ano i předříkávati jiným dokonalou lítost před spaním a v nebezpečí života. Kdysi předříkávala jedna dívka vzbuzení dokonalé lítosti ostatním ohroženým v hořící budově v Budapešti, když nebylo naděje na záchranu. Zcela vhodné, ano nutné bylo by takové jednání i při neštěstích na drahách.

5. Je-li někdo těžce raněn neb umírá a není kněze, ať mu pomůže dobrý katolík několika slovy vzbuditi dokonalou lítost. Každému člověku, i umírajícímu nekřesťanu, může dokonalá lítost prospěti. Smilujme se tedy nad umírajícími, kdykoli k tomu máme příležitost!

52. EXERCICIE.

Pořádný duchovní život není možný, dokud se člověk neupevnil v posvěcující milosti Boží. Aby toho jistě dosáhl, není lepšího prostředku nad *pořádné exercicie*.

Exercicie čili duchovní cvičení jsou znamenitou pomůckou, jíž dnešní katolíci všech stavů probouzejí v sobě duchovní život a uvolňují k plné činnosti ony nadpřirozené energie, které Duch Svatý jim do duše vložil svatým biřmováním.

K pořádným exerciciím patří *mlčení a samota*. Tu vyhledáme v některém klášteře nebo exercičním domě na několik dní a *svěříme se tam vedení* zkušeného kněze, který nám k rozjímání předkládá určitou soustavu věčných pravd, abychom podle nich upravili svůj život, minulý i budoucí.

»Čím více se naše duše shledává sama a v ústraní, tím schopnější se činí, aby se přiblížila k svému Stvořiteli a Pánu. A čím blíže tak přistupuje, tím lépe se disponuje, aby dostala milosti a dary od jeho svrchované Dobrotы«. Veden jsa touto zásadou vytvořil *sv. Ignác z Loyoly proslulou soustavu rozjímání na dobu čtyř týdnů*, která došla častého církevního schválení a vykonala velkou obrodu náboženského života. Pius XI. prohlásil tohoto světce za ochránce veškerého exercičního hnutí dnešní doby. Z této soustavy vybírají se úvahy pro kratší duchovní samotu. Laikové

konají ponejvíce *kursy třídení*. Již tyto působí mocně a probouzejí opravdový katolický život po celém světě. I my jsme toho svědky v naší vlasti.

Nejsnadněji lze exercicie konati ve *společných kursech* pro určité stavy. Katolický tisk oznamuje pravidelně takové kursy. Poplatky za byt, stravu, světlo a otop jsou čistě režijní. Ideálem je, aby každý účastník měl svůj pokojík a mohl používatí plného kouzla samoty. Toho se dosahuje dokonale ve skutečných *exercičních domech*.

Rozeznáváme kursy *obyčejné čili počáteční* a kursy *pokračovací*. Kdo se dvakrát nebo třikrát zúčastnil kursu obyčejného, kterým se řádně ustálil v duchovním životě, tomu lze s prospěchem konati kurs pokračovací, aby duchovní život ještě prohloubil. Pokračovací kursy bývají také třídení. Je však záhodno, aby se někdy prodloužily na 4, 6 až 8 dní, jak doporučuje Pius XI. V kursech *obyčejných* se *hlavně* probírá, co sv. Ignác stanovil na *první* týden své soustavy, což je základ všeho; do kursů pokračovacích se pojímá *hlavně* látka důmyslně sestavená pro týdny *další*.

ZPOVĚĎ.

53. JAK ČASTO SE MAJÍ ZBOŽNÍ LIDÉ ZPOVÍDATI.

Kdo žije v milosti Boží, nepotřebuje vlastně svátosti pokání, aby mohl přistoupiti k stolu Páně. Pouze kdo těžce zhřešil a jest si toho vědom, má se zkroušeně vyzpovídati, nežli jde k svatému přijímání, jinak by se provinil těžce a svátost oltářní přijal nehodně.

Jest však žádoucno, aby zbožné duše, které se varují těžkého hříchu a často přijímají Tělo Páně, pilně přistupovaly také ke svátosti pokání. Je to znamenitý prostředek, aby zachovaly horlivost a prospívaly v duchovním životě. Všeobecně nelze přesně stanovit, jak často se mají zpovídati. To se musí ponechat úsudku moudrých zpovědníků, na nichž vůbec závisí veškeré duchovní vedení. Zpovídej se tedy tak často, jak ti radí zpovědník.

Ideálem byla by ovšem pro zbožné duše svatá zpověď *týdenní*, jak ji církevní zákony předpisují řeholníkům, bohoslovcům a řeholnicím. Avšak světští zbožní lidé nemívají často kdy na týdenní svatou zpověď. Snad by musili dlouho čekávati u zpovědnice a při tom zanedbávati své domácí povinnosti, nebo by zne-

snadňovali přístup ke zpovědníci lidem méně zbožným, kteří svaté zpovědi potřebují více. Snad ani duchovenstvo nestačí, aby mohlo tolik zpovídati a při tom řádně plnit všechny ostatní povinnosti. Z těchto důvodů třeba často upustiti od zpovědi týdenní, jinak velmi prospěšné, a spokojiti se se zpovědí *čtrnáctidenní* nebo jen *měsíční*, jak to v jednotlivých případech zpovědník uzná za vhodné.

To záleží totiž i na duševním stavu jednotlivých osob. Některá duše potřebuje aspoň po nějakou dobu zpovědi týdenní, aby řádně byla vedena a v duchovním životě se upevnila, u jiných duší stačí k tomu zpověď jen čtrnáctidenní a duše horlivé, v nitru svém klidné a v duchovních věcech ustálené, vystačí snadno i se zpovědí měsíční. Ať se tedy každý řídí úsudkem svého zpovědníka a o jiné se nestará.

Při tom ovšem může denně přistupovati ke stolu Páně a živiti svou duši pokrmem nebeským i ten, kdo se zpovídá pouze jednou za měsíc, je-li jen stále v milosti Boží a nemá-li smrtelného hříchu. Všední hříchy, kterých se snadno dopouštějí *z lidské slabosti* i duše zbožné, nejsou nikterak překážkou pro svaté přijímání; stačí, když jich před svatým přijí-

máním upřímně litujeme. Nejsou-li snad odstraněny již lítosti, odpouštějí se nám svátostně, když přijímáme Tělo Páně.

Zbožné duše, které si mohou vykonati svatou zpověď v týdnu, ať si jí *nenechávají na neděle a svátky*, kdy by se rádi zpovídali jiní, kterým není možno dostati se do kostela ve všední den a snad potřebují svaté zpovědi, aby mohli přistoupiti k svatému přijímání, kdežto zbožná duše by mohla přijímati téhož dne i bez svaté zpovědi.

Prozíravé a horlivé duše zařídí si to proto se svatou zpovědí tak, aby také jiní křesťané, *zvláště mužové*, kteří neradi stávají dlouho u zpovědnic, dostali se k svaté zpovědi a ke stolu Páně. 54. ZPOVĚDNÍK.

Kdo chce prospívatí ve ctnosti, potřebuje duchovního vedení, sice nevytrvá, dá se snadno odstrašiti překážkami, nebo se jeho zbožnost dostane na nesprávnou cestu. Ježto nejlépe lze vésti duše při svaté zpovědi, má býti zpovědník také duchovním vůdcem. Proto je třeba míti zpovědníka *stálého*. Duše, které ustavičně mění zpovědníka z pouhé vrtkavosti, nebo dokonce mají pro různé poklesky různé zpovědníky, neosvojí si důkladné ctnosti.

Vyber si tedy zpovědníka, vážného a v duchovních věcech zkušeného, který tě chce vésti, ne tobě lichotiti; zpovědníka, jemuž důvěruješ a jemuž jsi ochoten *svěřiti všechno*, co se děje ve tvém nitru. Tomu se dle možnosti zpovídej pravidelně. Čím upřímnější a účelivější budeš, tím více pokročíš ve ctnosti a svatosti. Podrobuj se mu na místě Božím, a Bůh se již postará, aby tě zpovědník vedl dobře.

Blaze tomu, kdo našel zpovědníka moudrého a zkušeného v duchovních věcech, zpovědníka, jenž mu jest i duchovním vůdcem. Není však vždy snadno nalézt takového zpovědníka. Proto jest někdy třeba, abys odděloval svatou zpověď od duchovního vedení. Máš na př. svého zpovědníka, u něhož se zpovídáš pravidelně a jemuž svěruješ všechno, čeho třeba, bys konal své zpovědi platně, řádně a užitečně. Znáš však jiného kněze zkušeného a moudrého, u něhož ti nelze často se zpovídati, kterého můžeš jen občas vyhledati a s ním jednati o duchovním životě. Ten buď tvým duchovním vůdcem. Poznač si pro něho různé pochybnosti a dotazy, které nepatří nutně k řádné zpovědi, a příležitostně si s ním o nich pojednej; tím značně zmoudříš v duchovních věcech.

55. JAK SE CHOVÁ DUŠE K SVÉMU ZPOVĚDNÍKOVÍ?

1. *Jest upřímná.* Svěřuje se mu se vším, co se týká svědomí a duchovního života. Ničeho mu nezatajuje, ničeho nepřekrucuje, chce, aby zpovědník věděl, jaká skutečnost jest, avšak nechce se zdáti lepší.

2. *Jest poslušná.* Dá si říci a dává se vésti. Když své nitro zpovědníku vyjeví, svěří se jeho vedení. Jest přesvědčena, že se Bůh postará, aby byla dobře vedena ke ctnosti, když se svěříla zpovědníku pro Boha.

3. *Jest mlčelivá.* Jako nejedná se zpovědníkem o cizích chybách a nedostacích, nýbrž jen o vlastních, tak ani s jinými nemluví o svém zpovědníku a neroznáší, co s ním projednávala ve věcech svého svědomí. Zpovědník jest povinen zachovávatí nejpřísnější mlčení o tom, co mu bylo svěřeno ve svaté zpovědi; kéž také duše dovede mlčeti o tom, co jí zpovědník řekl a poradil. Mohla by mu někdy neopatrnou řečí i značně uškoditi, zvláště roznáší-li snad jeho chyby a slabosti.

4 *Jest vděčná.* Zpovědník jí prokazuje mnoho dobrého, mnoho milostí jí zprostředkuje svátostí pokání, mnoho poučení a povzbuzení

jí dává při svaté zpovědi. Za to jest povinna Bohu i svému zpovědníku vděčností. Nejlépe ji projevuje, když se modlí za svého zpovědníka, aby i on stále prospíval ve ctnostech a vroucně přilnul k Bohu, což prospěje také jí.

5. *Není vrtkavá, náladová a citlivá*, jako duše, která běhá od zpovědníka ke zpovědníkovi, žádného vlastně nemá, anebo hned zpovědníka opustí, jakmile pronese přísnější slovo nebo nevyhoví každé její choutce. Duše má ovšem volnost vybrat si zpovědníka, jemuž důvěřuje, a změnit ho — každý nátlak zde musí býti vyloučen — není však rozumné, ani na prospěch duchovního života, když duše *pro maličkost* nebo *pro pouhou náladu* mění zpovědníka. Změna zpovědníka má se díti jen z příčin vážných, rozumných a důležitých.

56. NĚKOLIK POKYNŮ, ABYCHOM SE PRAKTICKY ZPOVÍDALI.

1. Neměj strachu ze svaté zpovědi! Přicházeli na tebe strach, nemysli na to, netrap se, a strach znenáhla zmizí; jestliže se však trápíš, snadno se strach ještě stupňuje. Uvaž, že ve svaté zpovědi se k tobě sklání milosrdný Bůh, a přestaň se báti.

2. Jak se připravovati? Pro zbožné duše, které se připravují často ke svaté zpovědi a snad i denně zpytují svědomí, stačí pro svatou zpověď *čtvrthodinka* přípravy; více ani není radno, zvláště je-li duše úzkostlivá. V této čtvrthodince poděkuj Bohu zkrátka, ale upřímně za všechna dobrodiní, popros Ho o pomoc, aby ses dobře připravil a dobře vykonal svatou zpověď, a zpytuj pak svědomí — pro zbožné duše stačí několik minut —, zkoumaje, co nebylo v pořádku od poslední zpovědi; ostatní dobu věnuj zkroušenosti a lítosti nad svými hříchy, snad i z minulého života a vůbec nade vším, čím jsi urazil Boha k tobě tak dobrého. Pros Ho pokorně za odpuštění a slib, že se polepšíš. Máš-li někdy naspěch, stačí kratší doba, jen když si při tom počínáš opravdově.

3. Lítosti nevynucuj násilně; zbožná duše přece snadno dovede vzbuditi lítost! Netřeba lítostí plakati — ač si můžeš přát tak vroucí lítosti svatých duší — ani není třeba, abys lítost pocítoval; i bez vnějších známek citů lze hříchů litovati upřímně. Stačí, když tě hříchy a poklesky *skutečně mrzí*, protože jsi jimi zasloužil trestů Božích časných nebo věčných a

•

připravil se jimi o mnoho milostí; lituješ-li svých hříchů z těchto důvodů, je to lítost nedokonalá, ale dostačí ke svaté zpovědi. Mrzí-li tě však, žeš poklesky svými urazil Boha a špatně se Mu odvděčil za Jeho nevýslovnou dobrotu k tobě, je to asi již lítost dokonalá. Jednej tedy, když vzbuzuješ lítost, rozumně a klidně.

4. *Úzkostlivých duší*, které se domnívají, že jejich zpovědi jsou neplatné pro nedostatek lítosti, se táží: Chceš svých hříchů litovati? — Ano. — Pomodlil ses vzbuzení lítosti, modlitbu, v níž se projevuje lítost nad hříchy? — Ano. — Pak můžeš již klidně ke svaté zpovědi, tvá lítost stačí pro platnou zpověď.

5. Co činiti, když jest třeba *čekati na svatou zpověď*? Kdo se takto připraví a musí čekatí, ať ořípravy neprodlužuje, nýbrž ať se modlí něco jiného, na př. růženec, nebo si čte z duchovní knihy. Jakmile se dostane ke zpovědníci, klidně se vyzpovídá. Při tom netřeba lítost znovu vzbuzovati, poněvadž lítost, kterou jsme vzbudili v době přípravy, trvá, dokud jsme ji neodvolali novým hříchem.

6. Zpovídej se *stručně a jasně*, bez dlouhých výkladů, zvláště chodíš-li ke svaté zpo-

vědi často, a jestliže tě zpovědník již dosti zná. Užívej krátkých formulek, jež si lze utvořit dle libosti; předepsána není žádná. Na př.: Vyznávám se, že jsem se od poslední zpovědi před 14 dny dopustil těchto hříchů . . . Potom připoj: Toho všeho lituji upřímně, protože jsem tím urazil velebnost a dobrotu Boží, a prosím o pokání a kněžské rozzhřešení.

7. Zbožné duše ať si navyknou při obyčejné zpovědi, ve které někdy nemohou uvést ani hříchu zcela dobrovolného a zpovídají se jen z poklesků nedobrovolných a polodobrovolných, *uzavíratí nebo připojovatí něco z minulého života*: buď některý těžký nebo dobrovolný všední hřích, nebo skupinu hříchů proti některému přikázání, nebo proti některé ctnosti. Kněz může pak bezpečněji udělití svátostné rozzhřešení, a duše snáze vzbudí potřebnou lítost. Když tedy uvedls jasně a stručně své poklesky od poslední zpovědi, přidej asi toto: Uzavírám do této svaté zpovědi také hříchy minulého života, zvláště . . . — a teď něco uveď, na př.: kterých jsem se dopustil proti lásce k bližnímu — nebo: všechny hříchy ne-trpělivosti — nebo: všechny hříchy proti svaté čistotě — nebo: že jsem často mluvil o ci-

zích chybách a bližního pomlouval — a p. Potom připoj, jak svrchu řečeno: Toho všeho lituji . . .

8. Je-li snad horlivá duše *na rozpacích*, z čeho se zpovídáti od poslední zpovědi, a nic jí nenapadá, co by vskutku bylo hříchem, může se zpovídáti takto: Od poslední zpovědi nevím, z čeho bych se zpovídal, vyznávám se však, že jsem se dříve dopustil mnoha hříchů proti tomu nebo tomu příkázání. Upřímně toho lituji a prosím o pokání a svátostné rozehřešení. — To stačí, aby taková horlivá duše mohla dostatí svátostné rozehřešení.

57. NĚKOLIK DALŠÍCH POKYNŮ, ABYCHOM SE PRAKTICKY ZPOVÍDALI.

1. Zpovídej se vždy *upřímně*, pak ti bude svátost pokání zdrojem hlubokého klidu. Bojíš-li se něco říci, anebo nevíš-li, jak se vyjádřiti, řekni zkrátka: Důstojný Otče, mám ještě něco, ale je mi to těžko říci, — nebo: Nevím, jak se vyjádřiti. Zkušený zpovědník předloží ti několik otázek, a věc je vyřízena. Odcházíš pak s útechou a s vnitřním pokojem.

2. Nemysli, že zpovědník bude tebou pohrdati, když mu upřímně svěříš všechno, co

znepokojuje tvé svědomí. Právě naopak: viděli, že se mu svěruješ se vším a nepřetvařuješ se před ním, vzroste jeho úcta k tobě i jeho zájem a péče o tvou duši.

3. Těm, kdo se často zpovídají a touží, aby byli důkladněji vedeni, se radí, aby, když se byli stručně a jasně vyznali ze svých poklesků, pověděli stejně stručně a jasně, *stalo-li se v jejich nitru něco zvláštního od poslední zpovědi*: buď že se jim dostalo útěchy nebo povzbuzení při modlitbě, při duchovní četbě nebo jinak, nebo měli zvláštní obtíže, vyprahlost, pokušení. Takové zprávy o vnitřním životě jsou velmi cenné pro vedení duše. Nutno však zdůrazniti, že se mají podávati *stručně, bez dlouhých výkladů*, které by zpověď zbytečně prodlužovaly a jiným znesnadňovaly přístup ke svaté zpovědi. Chce-li zpovědník více neb určitěji něco věděti, otázke se sám, stačí tedy, když mu to stručně naznačíš: nestalo-li se nic zvláštního, neřekneš nic.

4. Podobně jest radno, abychom se při svaté zpovědi otázali, máme-li některé *pochybnosti*, jež se týkají svědomí: Je to hřích? Kdy je to hřích? Je to hřích těžký nebo všední? Jak si mám počínati za těch a těch okolností?

a p. — Jasně svědomí jest nezbytným předpokladem duchovního života. A vhodným prostředkem, abychom ho nabyli, jsou takové a podobné dotazy, jež ovšem se musejí dávat rovněž *stručně*, bez dlouhých rozkladů. Nelze-li jich dávat krátce, pak třeba o tom jednati jindy, zvláště čekají-li též jiní na svatou zpověď.

5. *Zapomněl-lis udati něco při svaté zpovědi*, třeba rozeznávati, byl-li to hřích těžký nebo všední. Byl-li to hřích všední, neměj starosti; aby zpověď byla platná, není třeba zpovídati se ze všech všedních hříchů. Všechny jsou odpuštěny, jen když všech litujeme. Byl-li to však hřích těžký, kteréhož neřekl, protože jsi zapomněl, i tehdy buď klidný, neboť svatá zpověď jest platná. Chtěl-li ses ze hříchu vyznati, byl ti odpuštěn a zbývá jen povinnost, předložití jej k rozhřešení při budoucí svaté zpovědi. Zatím můžeš klidně přistupovati ke stolu Páně.

6. Jest nutno vykonati takové *pokání*, jaké kněz ukládá. Dle nynějšího církevního zvyku se ukládá pokání nepatrné, jež obyčejně nestačí, abychom si jím odpykali časné tresty za hříchy a poklesky, ze kterých jsme se zpo-

vidali. Proto nám dává církev svatá vhodnou příležitost, abychom získávali odpustky, což nebývalo ve staré době, kdy se ukládávalo pokání mnohem větší. Zapomněl-li někdo, jaké pokání dostal, zeptá se příležitostně opět svého zpovědníka. Pravím *příležitostně*, neboť nejsme povinni vykonávat pokání hned. Nelze-li se zeptati téhož zpovědníka, může jiný zpovědník uložit při budoucí zpovědi nové pokání.

7. Po svaté zpovědi máme konati *děkuvzdání* jako po svatém přijímání, byť po dobu kratší; dostali jsme milost, udělila se nám svátost, proto děkujeme. Potom teprve se pomodlíme pokání.

58. »CEZENÍ KOMARŮ.«

Tak lze nazvati zpovídání některých lidí, kteří nemají pravé zbožnosti. V maličkostech jeví svědomí velmi jemné: zpovídají se, že byli roztržiti při modlitbě, při které modlitbě a kolikrát, že vynechali nějakou modlitbu nebo se zapomněli něco pomodlit a co, že vzali jméno Boží nebo svatých nadarmo a kolikrát. Při tom však přehlízejí hříchy dosti značné, někdy snad i těžké: že pořádně jiné pomlouvali, že ve svém srdci chovali zášť a nenávist vůči

bližnímu, že byli k bližnímu tvrdí a bezcitní, že se oddávají zahálce, že se málo cudně strojí, že čítají a odbírají nevěrecké noviny a časopisy, že manželství zneužívají a podobné. Hodí se tedy na ně, co řekl kdysi Kristus Pán fariseům^{*)}): »Cedíte komára, velblouda však polykáte.« Není to však u mnohých lidí farizejství a přetvářka, nýbrž spíše neuvědomělost. Jejich zpovědním zrcadlem je stále to, z čeho se zpytovali jako školní děti, a poněvadž v náboženské vzdělanosti nepokročili, proto se stále zpovídají jako děti.

59. ZPOVĚDNÍ ZRCADLO Z KORTONY.

Svatá Markéta z Kortony byla kdysi požádána jednou zbožnou dámou o modlitbu. Když se za ni modlila, dostala osvícení, zavolala zpovědníka a diktovala mu pro onu dámu zpovědní zrcadlo v tento smysl:

»Řekni té paní, že se má zpovídati z toho, kterak prve, než se provdala, bývala příliš smělá ve svém chování a srdce ne úplně čistého.

^{*)} Mat. 23, 24.

Ať se zpovídá, že urážela Boha, když chočila na slavnosti s přáním, aby ji lidé měli za krásnější než její přítelkyně.

Ať se zpovídá, že často mluvila zle o své rodině potají, ale ukazovala se přívětivá, když byla s nimi pohromadě, aby ji měli raději než jiné. Ale vskutku nemilovala ani jich, ani jiných lidí, leč svého muže a své děti, a ty milovala přespríliš.

Ať se zpovídá z nezřízené záliby v jídle a z tvrdosti srdce, kterou zároveň jevila vůči chudým, když ji přicházeli o něco poprositi. Také nic nedbala, že peníze, které vydávala z měšce svého muže, přišly do něho násilím nebo podvodem nebo byly získány při hře. Jako hospodyně dovolovala si mnoho zbytečných výdajů.

Ať se také zpovídá, že v domě svého otce chtěla strhnouti všecku vládu na sebe, a v domě svého muže nemohla se srovnati se švakrovou. Ke svým nevlastním dětem byla skoupá. Ve svém domě hrubě jednávala se služebnictvem.

Ať se dále zpovídá ze všech snižujících slov a tvrdých úsudků o jiných, neboť pohrdala všemi lidmi, kteří se měli lépe nebo byli

lepší než ona. Pomlouvala je, mluvila o nich všecko zlé co věděla, a ráda slýchávala o jejich chybách. Ale když uslyšela o jiných něco dobrého, to zamlčovala. Ve svém srdci a svými ústy a celým chováním soudila o jiných, že jsou pyšní, nebo že mají jiné chyby na sobě, a často to bývaly chyby, kterých neměli, ale které měla ona sama.

Ať se zpovídá, že ve své pýše si přála panovati nad jinými a býti vyznavenávána pro svůj rod a pro své bohatství. Všechny rozkošné věci, které měli jiní, chtěla mítí také a záviděla jim je. Do kostela arcí chodila často, ale její srdce nebývalo při službách Božích, nýbrž povídala si s jinými ženami, a i když mlčela, její myšlenky se toulaly daleko od domu Božího.

Ve svém domě bývala zlá na služebné a dávala sice chudým, ale bez další útrpnosti. Pronášivala tvrdé úsudky o chudých a nedávala jim nic, když se jí někdy zdálo, že jsou příliš veselí nebo měli maličko více než zrovna věci nejnutnější. Sama pak chodívala v podšíváných šatech, ale necítila s těmi, kteří mrzli v hadrech, a nepomáhala jim, nýbrž raději ukládala peníze.

Nechtěla nikomu sloužiti a žádala, aby všichni sloužili jí. Bývala ráda ve společnosti krásných, dobře oblečených, vyzdobených žen a chtěla býti považována za lepší a krásnější než ony všechny. Když se zdobívala před zrcadlem a pozorovala sebe samu, často záviděla jiným ženám jejich krásu.

Svá malá utrpení považovala za veliká, a veliká utrpení jiných lidí neměla za nic.

Ať se zpovídá, že svých služebných po práci neobčerstvovala, nýbrž šetřila na nich, a to netoliko když byli zdrávi, nýbrž také, když byli nemocní. Neboť místo, aby je těšila, zahrnovala je výčitkami a křikem, že jsou líní a že mnoho snědí. Uvnitř i zevnitř byla plna hrdosti.«*)

Tolik svatá Markéta z Kortony. Toto zrcadlo prospěje snad i jiným duším k důkladnějšímu zpytování svědomí.

60. CO SE DĚJE PŘI SVATÉ ZPOVĚDI?

Když ses vyznal zkroušeně z hříchů a kněz pozdvihuje ruku a pronáší nad tebou slova: *Deinde ego te absolvo**)*, tu se ti *uděluje svá-*

*) Jörgensen, *Na výšinách*, Praha, Družstvo přátel studia, str. 114—118.

**) Pak já tě rozhřešuji.

tost pokání. Nebyla-li tvá duše v posvěcující milosti, nabývá jí opět, a to asi v míře, v níž ji měla, nežli ji ztratila těžkým hříchem. Je-li však duše v milosti Boží, když se jí uděluje svátost pokání, což bývá u zbožných lidí pravidlem, rozmnožuje se jí v tom okamžiku posvěcující milost, kterou má, a duše se stává před Bohem jasnější, krásnější a světější. Na to pamatuj, když se ti uděluje rozhršení.

Zároveň se ti udělují milosti pomáhající, lépe řečeno, právo na milosti pomáhající, abys tak snadno neupadl do svých poklesků, aby ses jich ponenáhlu zbavoval víc a více. Proto častá svatá zpověď tolik napomáhá, abychom svůj život polepšovali, a ve ctnostech pokračovali, jen když svátost pokání přijímáme opravdově a zbožně.

Konečně se nám dostává touto svátostí útěchy a povzbuzení, což nám velice pomáhá, abychom Bohu sloužili horlivě.

Obyčejně se říká, že svátostí pokání se nám odpouštějí hříchy. Odpouštějí-li se, děje se to zároveň s účinkem prvním, když se posvěcující milost duši uděluje nebo se v ní rozmnožuje. Zbožným duším se však často udílí svá-

tost pokání, aniž se jím odpouštějí hříchy, poněvadž svou lítostí dokonalou neb i nedokonalou, ale vroucí, dosahují již před svatou zpovědí odpuštění svých hříchů, často nepatrných. Proto nemá svátost pokání pro ně významu jako prostředek, aby se jím hříchy odpouštěly, nýbrž jako prostředek, aby se jím rozmnožovala milost posvěcující a aby se udržely horlivými v duchovním životě.

SVATÉ PŘIJÍMÁNÍ.

61. NESPRÁVNÉ POJMY O SV. PŘIJÍMÁNÍ.

O svatém přijímání mívají lidé většinou nesprávné názory. Někdo považuje svaté přijímání jen za jakousi odměnu za to, že se jednou do roka vyzpovídal, někdo za pouhou pobožnost zbožných duší o velkých svátcích, jiný za zvláštní výsadu duší velmi dokonalých, a proto se horší, vidí-li méně dokonalé a snad i nedokonalé duše přistupovati denně ke stolu Páně. Jiní, zvláště ženské osoby, vidí ve svatém přijímání pouze zdroj sladkých citů; jakmile však tento zdroj začne vysychati, vzdalují se od stolu Páně.

62. SPRÁVNÝ POJEM O SVATÉM PŘIJÍMÁNÍ.

Svaté přijímání není stravou pro cit, nýbrž pro *nadpřirozený život duše*, je pokrmem dítek Božích, jež jsou v posvěcující milosti, posilou, aby si ji zachovaly v pokušení, v sobě ji rozmnožovaly a tak živily život nadpřirozený, který v ní má kořen a základ a rozkvétá v život duchovní, jevící se smýšlením a jednáním podle vzoru Krista Pána a Panny Marie.

Tak tomu rozuměl Kristus Pán, když zasliboval ustanovení velebné Svátosti, tak to chápali první křesťané, když přijímali při každé mši svaté, tak Pius X., když vydával své památné dekrety o častém svatém přijímání. Svaté přijímání *není odměnou za ctnost, nýbrž prostředkem, abychom ve ctnostech prospívali*, a to pro každého křesťana, který je v posvěcující milosti Boží a přistupuje k stolu Páně s pravým úmyslem.

63. POMĚR SVATÉHO PŘIJÍMÁNÍ KE MŠI SVATÉ.

Mše svatá jest oběť, a ke každé oběti pokojné patří obětní hostina. Proto u prvních křesťanů bylo zvykem zrovna všeobecným, že

přijímali všichni věřící, kteří byli přítomni oběti mše svaté. Svaté přijímání bylo jejich *podílem při mši svaté*. Při obětování přinášeli k oltáři dary, jimiž vyjadřovali ochotu zasvětit Bohu sebe i svůj život spolu s obětí Krista Pána při mši svaté. Sílu pak ke své oběti, která někdy záležela ve ztrátě cti, statků a života, čerpali ze svatého přijímání. Kdo se těžce a veřejně provinil, nesměl bývatí přítomen mši svaté, a proto ani nesměl přistupovati k svatému přijímání, pokud nevykonal uložené pokání.

Máme-li podíl na mši svaté také svatým přijímáním, obnovujeme zvyk prvních křesťanů. Pokud okolnosti dovolují, jest dobře přijímati *při* mši svaté, neboť nejlepší přípravou k svatému přijímání jest, jsme-li zbožně a pozorně přítomni mši svaté s úmyslem, že se chceme Bohu obětovati a zasvětit, jako to činili první křesťané; avšak církev svatá nyní nikterak nebrání přijímati přede mší svatou nebo po ní.

64. ÚČINKY SVATÉHO PŘIJÍMÁNÍ.

Mnoha duším není jasno, co se v nich děje při svatém přijímání. Objasníme si tedy jeho hlavní účinky.

Svatým přijímáním:

1. *Rozmnožuje se v duši, jež hodně přijímá, značně milost posvěcující.* Každou svátostí se posvěcující milost buď uděluje nebo rozmnožuje, ale žádnou se nerozmnožuje tolik jako svatým přijímáním, jež jest právě k tomu, aby nás *živilo k životu věčnému*. Ani kdyby nebylo jiných účinků, již tento jediný by stačil, abychom vroucně toužili po svatém přijímání a k němu přistupovali, kdykoli je nám možno. Čím má duše více posvěcující milosti, tím více v ní přibývá nadpřirozeného života a tím větší blaženosti se jí v nebi dostane, setrvá-li v dobrém až do konce. Ze dvou stejně horlivých a snaživých duší bude mítí větší blaženost a slávu v nebi ta, která v pozemském životě častěji přijímala Tělo Páně.

2. *Duši se odpouštějí všední hříchy, má-li jaké, a vzbudila-li nad nimi lítost před svatým přijímáním.* Někdy se nám odpouštějí všední hříchy již pravou lítostí; kdyby však lítost nestačila, odpustí se nám svatým přijímáním, co ještě zbývá. Na tento účinek se často zapomíná. — Nemohu k svatému přijímání. — Proč? — Zhřešil jsem. — Byl-li to hřích těžký, jest ovšem nutná svatá zpověď,

sice nelze přijímati; po hříchu všedním však stačí, že ho upřímně litujeme a že se chceme polepšiti — a můžeme klidně přistoupiti ke stolu Páně.

3. Duši se *dostává zvláštních pomáhajících* milostí, lépe řečeno práva na určité milosti, na určitou pomoc Boží v duchovním životě. Na které milosti, na kterou pomoc? Na milost, na pomoc, abychom se snáze zachovali v posvěcující milosti Boží, snadněji překonávali pokušení, ochotněji odpírali nezřízeným náklonnostem, pozbývali světského smýšlení, lépe plnili své povinnosti, trpělivěji snášeli kříže, zkrátka abychom si zachovali spojení s Kristem Pánem a znenáhla smýšleli a jednali jak On. Tak žijeme v něm a On v nás. To jest úkolem svatého přijímání, tak nás ponenáhlu přemění, přistupujeme-li k němu dosti často a snažíme-li se působiti s jeho milostí.

Z toho lze poznati, jak veliký význam má svaté přijímání pro duchovní život: pro *děti*, aby si zachovaly nevinnost; pro *dospívající mládež*, aby prožila nebezpečná léta bez mravní úhony; pro *dospělé*, aby si zachovali křesťanského ducha v moderním pohanském ovzduší. Svaté přijímání jest *centrem duchovní-*

ho života a má pro nás býti hlavním jeho úkolem, k němuž nás všechny ostatní úkony jen připravují, abychom z něho více těžili a lépe spolupůsobili s jeho milostmi.

65. KDY MÁ SVATÉ PŘIJÍMANÍ TYTO ÚČINKY?

Svátost působí jako svátost v tom okamžiku, kdy ji přijímáme; při svatém přijímání v okamžiku, *kdy požíváme Tělo Páně*, to jest tehdy, když polykáme svatou hostii. V tom okamžiku má svaté přijímání zmíněné tři důležité účinky. Není proto radno nechávat svatou hostii z nemístné zbožnosti rozplynouti na jazyku, ale máme ji vždy hned uctivě spolknouti.

Svátostné účinky můžeme po svatém přijímání *rozmnožovati* zbožností a ctnostnými úkony. Proto se vřele věřícím doporučuje, aby se po svatém přijímání věnovali modlitbě a neodcházelí hned z kostela.

66. PODMÍNKY SVATÉHO PŘIJÍMANÍ.

1. Aby se v nás svatým přijímáním milost posvěcující rozmnožila, je třeba, *abychom v ní*

byli, a proto s těžkým hříchem nikdo nesmí k stolu Páně.

2. Aby se nám svatým přijímáním odpustily všední hříchy, musíme jich před svatým přijímáním *litovati*. Hlavní příprava k stolu Páně jest v tom, že se před Bohem pokořujeme, na sebe žalujeme a litujeme svých poklesků a hříchů; proto předpisuje církev svatá před svatým přijímáním Confiteor a povzbuzuje nás slovy Domine, non sum dignus — Pane, nejsem hoden — ke zkroušenosti a lítosti.

3. Aby svaté přijímání u nás mělo třetí účinek, nebo lépe řečeno, abychom spolupůsobili s milostmi, které směřují k rozkvětu našeho duchovního života, stačí *pravý úmysl*, jak ho žádá Pius X. ve svých dekretech o svatém přijímání.

67. PRAVÝ ÚMYSL PŘI SVATÉM PŘIJÍMÁNÍ.

1. Nesmíme přistupovati k svatému přijímání *se špatným úmyslem*: aby nás lidé chválili, aby o nás měli lepší mínění, aby nás měli za zbožné. Kdo chodí k svatému přijímání *jen proto* anebo *hlavně proto*, ten jistě chodí k sto-

lu Páně neprávem. Napadne-li však někomu při svatém přijímání marnivá myšlenka, aniž jí hoví, anebo povoluje-li jí poněkud, nemá proto ustávat od svatého přijímání, nýbrž má takovými myšlenkami pohrdati.

Časem přestane býti časté svaté přijímání i v našich krajinách projevem zvláštní zbožnosti a bude jen projevem rozumného a praktického křesťanství, a nikdo v něm nebude viděti nic mimořádného. Tak tomu bývalo u prvních křesťanů, a tak je tomu většinou v cizině, kde kvete pravý katolický život. Svaté přijímání jest pro rozumného, uvědomělého katolíka podílem na mši svaté; může-li tedy býti pouze v neděli na mši svaté, přijímá pouze v neděli, může-li na mši svatou denně, přijímá denně.

2. Nesmíme choditi k svatému přijímání *bez úmyslu*, to jest bezmyšlenkovitě, z pouhého zvyku, jako se někdy kropíme svěcenou vodou, když vstupujeme do kostela. Tam se to ještě omluví lidskou slabostí, ale svaté přijímání se tak odbývati nesmí. Má ovšem býti naším zvykem choditi pilně ke stolu Páně, ale nemáme k němu choditi *z pouhého* zvyku. Trápí-li někoho při *dobré* vůli roztržitost, ne-

může-li se řádně modlití, ač by si toho přál a snaží se o to, není proto svaté přijímání bezmyšlenkovité. Může k němu přistupovati dále, stačí, chová-li se u stolu Páně velmi uctivě. Jen *dobrovolná* bezmyšlenkovitost by byla na závalu. Někdy chce zlý duch odvrátiti dobré duše od svatého přijímání, jež se mu nanejvýš protiví, a proto jím vnuká množství nenáležitých, ba dokonce i rouhavých myšlenek; v tom případě by jistě bylo chybou vzdalovati se stolu Páně. Myšlenek hloupých si nevšímáme a k stolu Páně chodíme.

3. Kdo nechodí k svatému přijímání se špatným úmyslem ani bez úmyslu, má jistě již *úmysl pravý*. Jest tedy nemístné, trápí-li se úzkostlivé duše před svatým přijímáním vzbuzováním dobrého úmyslu, jenž jest vůbec v duši, která pečuje o duchovní život a snaží se zbožně přistupovati k stolu Páně. Různé pravé úmysly vzbuzujeme již modlitbou přípravnou, rovněž:

když litujeme před svatým přijímáním všedních poklesků a obnovujeme předsevzetí, že se chceme polepsiti;

když si vzpomínáme na účinky svatého přijímání, a proto chodíme k stolu Páně, kdy jen možno;

když jsouce si vědomí svých slabostí a svých chyb, přijímáme Tělo Páně, abychom se posilnili a polepšili;

když v pokušení přistupujeme k stolu Páně častěji, abychom nepodlehli;

když v křížích a trápeních chceme nabýti častým svatým přijímáním větší trpělivosti.

68. POUČNÝ PŘÍKLAD.

František byl neopatrný a dopustil se těžkého hříchu. Jsa však dobře poučen o významu posvěcující milosti Boží, vzbudil ihned dokonalou lítost a doufal, že jest opět ve stavu milosti. Smí ke stolu Páně? — Nesmí. — Proč ne? Vždyť jest v milosti Boží, a svatý Otec Pius X. rozhodl, že kdo má pravý úmysl a jest ve stavu milosti, smí denně přijímatí Tělo Páně? — Ano, svatý Otec rozhodl spornou otázku theologů, ale neodstranil církevních předpisů, jež platí i po radostiplném dekretu Pia X.

Církev svatá žádá od každého, kdo se dopustil *těžkého hříchu*, *svátosti pokání jako nutné přípravy k svatému přijímání*, a žádá toho pod *těžkým hříchem* z úcty k velebné Svátosti. U jiných svátostí, které rovněž vy-

žadují stavu milosti, jako biřmování nebo svatého pomazání, toho nežádá; tam stačí dokonalá lítost; ale k svatému přijímání toho žádá.

Kdyby tedy František, jenž dokonalou lítostí opět nabyl milosti, se odvážil přistoupiti k stolu Páně bez svaté zpovědi, dopustil by se *nového* těžkého hříchu, přestupuje toto církevní přikázání, a proto by přijímal ve stavu nemilosti.

Toto přikázání však se týká jen *těžkých* hříchů, a váže jen toho, kdo jest si *jist*, že se provinil *skutečně těžce*; kde není jistoty, nýbrž jen pochybnost, úzkost a strach, tam *není* tohoto závazku.

69. LAČNOST PŘED SVATÝM PŘIJÍMÁNÍM.

Církev svatá žádá z úcty k velebné Svátosti pod těžkým hříchem, aby věřící, když přistupují ke stolu Páně, byli *od půlnoci lační*. Kdo tedy něco snědl nebo se napil, nemůže toho dne přijímati Těla Páně; ať přistoupí k svatému přijímání příštího dne. Ale aby skutečně nesměl k svatému přijímání, musí míti *jistotu*, že skutečně něco pojedl nebo že

se něčeho napil. Má-li pouze pochybnost neb obavu, může přistoupiti.

Čistíme-li ráno zuby a ústa — a to máme činiti nejen z důvodů zdravotních, ale i z úcty k velebné Svátosti, kterou míníme přijmouti, — rozředí se sliny v ústech poněkud vodou: sliny vodou rozředěné jest dovoleno beze všeho polknouti. Pochybuje-li někdo, zda při tom nepolkl i vody, ať nechá vrtochů a jde klidně k stolu Páně.

Rovněž může přijímati, kdo polkl zbytek pokrmu, jenž mu minulého dne uvázl mezi zuby; též kdo polkl něco hleny nebo krve ze zubů, nebo cokoli vůbec není pokrmem ani nápojem.

Kdo přes měsíc leží *nemocen*, aniž má určitou naději, že se brzy uzdraví, může za souhlasu svého zpovědníka přijímati Tělo Páně jednou nebo dvakrát za týden, i když před svatým přijímáním užíval léku anebo požil tekutého pokrmu. Totéž platí i pro nemocné, kteří přes den trochu povstávají, ale vlastně jsou odkázáni na lůžko.

Kdo má býti zaopatřen v *nebezpečné nemoci*, není nikterak vázán předpisy o lačnosti,

a může tak přijímati Tělo Páně denně, dokud trvá nebezpečí.

70. SLUŠNÝ ODĚV.

Úcta k velebné Svátosti také vyžaduje, abychom ke stolu Páně přistupovali vždy *v čistém a slušném* oděvu a dle možnosti v čisté obuvi. Netřeba právě oděvu svátečního, ale i všední oděv má býti slušný; to jsme povinni božské Velebnosti. Zejména toho mají dbáti osoby, které si mohou po svatém přijímání snadno oděv vyměnit. Kdyby však dělník nebo služebná musili z kostela hned do práce, jistě nežádá církev svatá, aby si proto odpírali svaté přijímání, nýbrž mohou k němu přistupovati v oděvu pracovním. Tak může i chudina ve svém chatrném oděvu přistupovati ke stolu Páně, kde jsme si *všichni rovni* a kde rozhoduje pouze svatební roucho posvěcující milosti Boží.

Abý oděv byl slušný a Boha důstojný, musí býti též *cudný*. Jest to jistě těžké pohoršení, objeví-li se u stolu Páně dáma v oděvu smyslně vystřiženém a průsvitném, a zasluhuje plným právem odmítnutí.

71. JAK DLOUHO SE MÁME PŘIPRAVOVATI NA SV. PŘIJÍMÁNÍ A JAK DLOUHO DĚKOVATI?

Nikdo nemá přistupovati ke stolu Páně bez přípravy, a nikdo nemá odcházeti po svatém přijímání bez díkůvzdání. Takové jednání jest *pohoršlivé*, a jestliže by tak někdo jednal častěji, právem bychom se mohli domnívati, že nemá pravého úmyslu, že tedy nemá práva tak často přijímati Tělo Páně.

Církev svatá neustanovila určité doby na přípravu a díkůčinění, pouze zdůrazňuje, aby se každý připravoval *podle možnosti* a podle okolností, v nichž žije. Pro zbožné lidi jest normou čtvrt hodina před svatým přijímáním a čtvrt hodina po něm. Je-li svaté přijímání při mši svaté, jest mše svatá přípravou a nutno dbáti jen toho, abychom se po svatém přijímání modlili asi čtvrt hodiny. Jestliže však zbožní lidé nemohou v kostele tak dlouho setrвати, a přece by rádi přijímali Tělo Páně, mohou cestou do kostela a z kostela doplniti vnitřní modlitbou, co musí ubrati z přípravy a z díkůčinění v kostele; přece však ať se alespoň chvílku v kostele modlí, nežli přistoupí

ke stolu Páně, a rovněž po svatém přijímání, než odejdou za svými povinnostmi.

72. JAK SE MÁME PŘIPRAVOVATI NA SV. PŘIJÍMÁNÍ A JAK PO NĚM DĚKOVATI?

Máme se tak připravovati a tak děkovati, jak dovedeme. V některých modlitebních knihách jsou přílišné požadavky, jež by se snad daly provést, kdyby někdo přistupoval ke stolu Páně jen jednou do roka, ne však, přijímáme-li denně.

Nejlepší přípravou a nejlepším díkůčiněním jest dobrý křesťanský život a upřímná snaha prospívati v duchovním životě. Rovněž má býti každé svaté přijímání přípravou na další, a to tím, že se stáváme lepšími a svým smýšlením podobnějšími Kristu Pánu.

K bezprostřední přípravě a díkůčinění dostačí, jestliže se určitou dobu modlíme s velikou úctou vhodné modlitby jak před svatým přijímáním, tak po něm. V modlitebních knihách jsou různé modlitby, ale ne proto, abychom je odříkávali mechanicky a otrocky po pořádku, nýbrž abychom si z nich vybírali, co

se nám právě hodí, nedovedeme-li se modlití bez modlitební knihy. Nepocituje-li zbožnosti, útechy a zbožné nálady, trápí-li nás roztržitosti, nezanecháme proto svatého přijímání; stačí, říkáme-li si vhodné modlitby *velmi uctivě a trpělivě*.

Před svatým přijímáním se nejvíce doporučuje, abychom vzbuzovali *zkroušenost a lítost* nad hříchy, vůbec co nejvíce se pokořovali před Bohem. *Po* svatém přijímání jsme několik okamžiků živými svatostánky, dokud nejsou stráveny způsoby chleba; proto se v nejhlubší úctě *klanějme* Synu Božímu, skutečně přítomnému v našem nitru, řekněme mu vše, *co máme na srdci, děkujeme* Mu zvláště za vše, co v nás působí svatým přijímáním, a *oddejme* se mu zcela a úplně.

73. POHORŠENÍ.

Často bývá slýchati stesky, že zbožné osoby, které mají nápadné chyby — zlobí se, vzdorují, nadávají, jiné posuzují a pomlouvají — přece se odvažují přistupovati ke stolu Páně. Je to pohoršení?

Moudrý člověk činí zde rozdíl mezi chybou a chybou, mezi osobou a osobou. Kdyby to

byly hříchy smrtelné, a taková osoba by přijímala Tělo Páně bez svatě zpovědi, pak by to bylo jistě veliké pohoršení. Jsou-li to však hříchy všední, jak to u zbožných osob bývá obvykle, je to pohoršení jen tehdy, přistupuje-li taková duše k svatému přijímání bez lítostí a beze snahy, aby své poklesky napravila; nebo svatě přijímání není odměnou za ctnost, nýbrž prostředkem, abychom právě ctnosti nabyli.

Nelze proto odsuzovati beze všeho zbožné duše, které nejsou ještě dosti ctnostné a mají mnoho, snad i protivných chyb. Ať jen chodí ke stolu Páně, aby se znenáhla polepšovaly! Přijímá-li někdo po delší dobu často, a svých pohoršlivých chyb přece nikterak nenapravuje, zdá se, že to nemyslí dosti vážně s lítostí, že nemá při svatém přijímání pravého úmyslu a že mu nezáleží na pokroku v duchovním životě; *zdá se* — nepravíme, že tomu tak jest. Mohou býti při rozumné snaze ještě jiné důvody, proč se nelepší, zvláště jsou-li jeho chyby zakořeněny a není-li nikoho, kdo by takové duši pomáhal, aby se jich zbavila.

74. JAK ČASTO MÁME PŘIJÍMATI TĚLO PÁNĚ?

Jak často máme přijímati Tělo Páně, záleží na okolnostech osobních i místních. Všeobecně lze říci: Přijímejte tak často, jak toho vyžaduje pojem o svatém přijímání, jenž byl dříve vysvětlen. Dle toho lze pro duše dosti pevné v milosti Boží říci ještě určitěji: Kdykoli přijdete na mši svatou a ještě jste nesnídali, vzbudte lítost nad svými poklesky a přistupte s velikou úctou ke stolu Páně. To jest nejpožehnanější účast na nejsvětější oběti, úplně dle vzoru prvních křesťanů. Je-li vám to možno jen v neděli a ve svátek, přistupujte k svatému přijímání jen v neděli a ve svátek. Můžete-li však i ve všední den, choďte ke stolu Páně i ve všední den, jestliže tím ovšem *nezanedbáváte domácích povinností*, a souhlasí-li s tím váš zpovědník.

To neplatí pro lidi, kteří se snadno dopouštějí těžkých hříchů; ne že by pro ně nebylo častého, ano i denního svatého přijímání — potřebují ho více než lidé mravně pevnější, — ale že norma, dle níž by mohli přijímati Tělo Páně, musí býti úplně ponechána moudrému úsudku jejich zpovědníků.

75. MÁME NĚKDY VYNECHATI SVATÉ PŘIJÍMÁNÍ, ABY NAM NEZEVSĚDNĚLO?

Není-li jiné příčiny, neradím vynechávat je jen proto, aby nezevsědnělo. Vždyť svaté přijímání zevšední našemu *cítu* pro lidskou křehkost, ale nesmí zevšedněti našemu *rozumu a naší vůli*. Proto se snažme, abychom si počínali u stolu Páně s *úctou největší*, i když nemáme citelné zbožnosti. Svaté přijímání není pro cit, nýbrž pro nadpřirozený život.

Nechodíme k stolu Páně, abychom si život osladili, nýbrž abychom se upevnili ve ctnosti a posilnili se pro své povinnosti a svá utrpení.

Nemáme-li zbožných citů, nahrazujeme to větší úctou a trpělivostí, a jestliže si snad počínáme u stolu Páně poněkud nedbale, je jistě lépe, budeme-li příště při svatém přijímání uctivější, než vynecháme-li je některý den úplně.

76. JAK ČASTO SE MÁME ZPOVÍDATI PŘI ČASTÉM SVATÉM PŘIJÍMÁNÍ?

Kdo jest si vědom těžkého hříchu, nesmí přistupovati ke stolu Páně, dokud se nevyzpovídá. Kdo však nemá těžkých hříchů, mů-

že přijímatí častěji, aniž se pokaždé zpovídá. Lidem, kteří nemají těžkého hříchu, se svatá zpověď pouze doporučuje; jest kontrolou, zda-li přijímají hodně, pobídkou k větší snaze v duchovním životě a příležitostí, aby se jim dostalo vedení. Jak často se mají zpovídati, *určuje zpovědník* dle stavu jednotlivých duší. Kdo má v nitru pořádek a klid, může býti při denním svatém přijímání odkázán na svatou zpověď jednou za měsíc.

Vzhledem k odpustkům dlužno připojití ještě toto:

Kdo nechodí denně nebo skoro denně — aspoň pětkrát za týden — ke stolu Páně, jest povinen zpovídati se jednou za 14 dní, aby mohl získati všechny plnomocné odpustky, které vyžadují svaté zpovědi. Kdo však přijímá Tělo Páně denně nebo téměř denně, může získati plnomocné odpustky vždycky, i když se zpovídá pouze jednou za měsíc.

MODLITBA.

77. NESPRÁVNÉ NÁZORY O MODLITBĚ.

U zbožných lidí nebývá často správných pojmů o modlitbě. Mnohým duším bývá modlitba cílem duchovního života, ačkoli jest pou-

ze prostředkem. Cílem duchovního života jest naprostá oddanost Bohu, neboli spojení s Bohem; důležitým však prostředkem, abychom dospěli k naprosté oddanosti s Bohem, jest modlitba.

Z modlitby máme čerpatí sílu, abychom se přemáhali, plnili své povinnosti a podrobovali se Bohu neustále a ve všem. Modlíme se, abychom uspokojili Boha, aby *Bůh z toho měl slávu*. Jsou však duše, které v modlitbě hledají jen *sebe, svého* uspokojení, *své* útěchy, *své* slasti. Modlí se, poněvadž modlitba je těší; jakmile je přestává těšiti, ochabují v ní. Modlí se, a zanedbávají své povinnosti; modlí se a modlitbou se nenapравují.

Jiní se zase omylem domnívají, že zbožnost spočívá v tom, aby odřikávali množství ústních modliteb; proto se zatěžují modlitbami bez valného prospěchu a ztrácejí duchovní svobodu. Jest to omyl v jiném směru, neboť modlitba není cílem, nýbrž *prostředkem*, abychom došli pravé zbožnosti.

78. MODLITBA ÚSTNÍ A VNITŘNÍ.

Někteří lidé znají jen ústní modlitbu, o vnitřní modlitbě však nevědí; proto u nich není pokroku v modlitbě a snadno zakrňují

v duchovním životě. *Nepohrdáme nikterak ústní modlitbou, ale vřele doporučujeme také modlitbu vnitřní.* Cvičme se v modlitbě ústní i vnitřní a věnujme se pak více té modlitbě, která nám dle povahy a dle stavu duchovního života více pomáhá, abychom pokročili ve ctnosti a v křesťanské dokonalosti.

Rozdíl mezi ústní a vnitřní modlitbou není v tom, že ústní se projevuje slovy a vnitřní že zůstává v nitru člověka. I ústní modlitba má být současně v nitru, neboť co člověk projevuje slovy, má mít i v srdci, aspoň pokud dovoluje lidská slabost. Vnitřní modlitba projevuje se také někdy slovy, a zůstává přece modlitbou vnitřní. Rozdíl jest tento: Jestliže nitro pouze *doprovází*, co projevujeme ústy, nazýváme modlitbu modlitbou *ústní: převládá-li* však nitro, anebo zůstává-li všechno v nitru bez vnějších projevů, říkáme takové modlitbě modlitba *vnitřní*.

79. NĚKOLIK ZASAD PRO ÚSTNÍ MODLITBU.

1. Navykněme si konati své modlitby *pořádně*, ne polovičatě, povrchně, ledabyly. Modleme se raději méně, ale řádně, než abychom

mnoho modliteb odřikávali chvatně. Co činíme pro Boha, i znamení kříže a každý otčenáš, všechno má býti konáno pořádně. Nemáme-li kdy vykonati modlitby řádně, zkracme je, a neprodlužujme modliteb před spaním, zápasíme-li s dřímotou.

2. *Neopakujme* ústních modliteb, jestliže jsme je vykonali nedbale a povrchně, ale napravme to budoucně tím, že se budeme modlití lépe. Zastihneme-li se při povrchní modlitbě, vzpamatujme se a modleme se dále tak uctivě, jak jsme povinni velebností Boží. Kdo si navyká opakovati modlitby, které vykonal roztržitě nebo nedbale, přijde snadno do takových nesnází, že nedovede dokončiti žádné modlitby. Proto zásadně modliteb neopakujeme!

3. Dbejme při modlitbě zvláště *hluboké úcty*. Lidské slabosti není vždy možno modlití se zbožně, někdy ani s náležitou pozorností, ale vždy se můžeme modlití s velikou uctivostí, nebo se aspoň nutiti, abychom se modlili uctivě. Zbožnost a pozornost pak obyčejně přijde sama, a nepřijde-li, Bůh jí po nás nežádá. Stačí, říkáme-li uctivě a trpělivě, co říkati máme nebo chceme, aby to byla mod-

litba dobrá a Bohu milá. Bůh z ní něco má; že my z ní nemáme útěchy ani radosti, co na tom? Právě proto jest snad záslušnější a vydatnější, abychom se utvrdili v pravé ctnosti.

4. Dobré modlitbě napomáhá též *uctivá poloha těla a sklopený zrak*. Můžeme se modlití klečíce, stojíce i sedíce, jak se nám lépe hodí, avšak v každé z těchto poloh se chovejme tak, jak bychom se chovali, kdybychom navštívili velmi vznešenou osobu a s ní rozmlouvali. Delší ústní modlitbu můžeme konati i chodíce. Naše uctivost však nebuď přepjatá, strojená, nápadná, nýbrž skromná, mužná, přiměřená zvykům našich krajů. Rovněž ruce skládejme, jak jest u nás zvykem a jak se nám to zdá vhodné pro přítomnost Boží.

Velmi mnoho záleží na sklopeném zraku při modlitbě. Jak roztržitými se stáváme právě tím, že se rozhlížíme po kostele, že si při modlitbě všímáme všelikého, co k ní nepatří! Mnohem lépe jistě se modlí ten, kdo si při modlitbě ničeho nevšímá, pohled ovládá a všechnu pozornost věnuje jen Bohu. To platí zejména pro ženské osoby, které postřehnou ihned každou maličkost a tak podléhají ustavičným roztržitostem. Proto, jakmile vstoupí-

me do kostela, sklopme oči z úcty k velebnosti Boží a ovládejme své pohledy; uvidíme, jak zcela jiná bude naše pobožnost.

80. JAK POUŽÍVATI MODLITEBNÍCH KNIH?

1. Modlitební knihy používejme volně, *vybírajíce si* z ní, co se nám zamlouvá a hodí, ne tedy otrocky, jako bychom se musili všechno pomodlití, co jest v ní vytištěno. Modlitební knihy jsou pomůckou pro duše, které se nedovedou modlití samostatně, aby v nich našly slova a myšlenky pro svoje styky s Bohem. Některé modlitby svatých se pro nás nehodí, poněvadž nejsme dosud takového smýšlení, jakého byli svatí.

2. Vyhovuje-li nám některá modlitba, *nehvátejme* k jiné, nýbrž *opakujme si* její slova nebo věty, které posilují naši zbožnost, a teprve až v jedné modlitbě nenacházíme potravu pro svou zbožnost, vyberme si jinou.

3. Nejprzednější ze všech modliteb jsou modlitby z Písma svatého, zvláště žalmy a jiné biblické chvalozpěvy. Po nich mají přednost modlitby liturgické, kterých církev svatá sama používá při službách Božích, a konečně

modlitby, které církev svatá schválila, obdařila odpustky a tím doporučila.

81. KANCIONÁLY.

1. Kancionálů neboli zpěvníků používáme především *ke zpěvu*. Zpěv jest také nebo aspoň může býti modlitbou, a to modlitbou velmi dobrou a Bohu milou. Říká se dokonce, že kdo v kostele zpívá, dvojnásobně se modlí, a jest v tom jistě mnoho pravdy, jestliže při zpěvu pozorně sledujeme slova písně.

Proto by se zbožní lidé neměli vyhýbatí kostelnímu zpěvu, mají-li ke zpěvu schopnosti, ale *měli by zpívatí, až by se celý kostel rozezvučel ke chvále Boží*, i když by je snad tichá modlitba těšila více. *Ne co nás více těší, ale co Boha více oslavuje!*

Někteří lidé zpívají až do pozdvihování a potom umlkají, poněvadž se chtějí připravovat na svaté přijímání. Po svatém přijímání jich teprve nikdo nedostane ke zpěvu. Co jest o tom souditi? Nikdo ovšem není povinen zpívatí, avšak zpívá-li se po pozdvihování mešní nebo eucharistická píseň nebo píseň k Pánu Ježíši, jest jistě vhodnou přípravou na svaté přijímání. A zpíváme-li chválu Boží po svatém přijímání, jest to jistě vhodným díkůčině-

ním. Proto by se měly po pozdvíhování a po svatém přijímání zpívatí takové písně, které se skutečně hodí k těmto úkonům; jsou to především písně mešní a eucharistické.

Zpívá-li celý kostel, je to společná chvála Boží, a zbožnost se přenáší i na vlažné duše. Takové služby Boží povznášejí, vábí. Jest tedy *apoštolským dílem*, účastní-li se zbožné duše horlivě církevního zpěvu a pěstují-li také zpěvem ústní nebo vnitřní modlitbu.

2. Kancionálů možno však též užívatí beze zpěvu pro ústní nebo vnitřní modlitbu. V našich českých, zvláště starších písních jsou pravé poklady myšlenek, probouzejících zbožnost a poskytujících hojně látky k rozjímání a k vnitřní modlitbě. Jen si prohlédneme naše staré rorátní zpěvy a jiné písně, jak je máme opraveny a upraveny v Českém kancionále. Začneme se modlití některou na př. mešní píseň. Brzy najdeme myšlenku, která nás povzbuzuje, ponechejme se pocitu, který v nás vzbudila, pokud z toho čerpáme útěchu, potom teprve čtème dále, až najdeme novou povzbuzující myšlenku. Taková modlitba je pravou vnitřní modlitbou.

82. DÍKŮVZDÁNÍ A CHVÁLA.

Přemnoho lidí má smysl jen pro modlitbu *prosebnou*; ustavičně jenom prosí buď Boha, nebo Božské Srdce Páně, nebo Pannu Marii nebo svaté, k nimž mají zvláštní důvěru. Nevytýkáme jim, že *prosí*, ale jest známkou duchovní nevyspělosti, že *jenom* prosí.

Což nemáme také *děkovati*, a často děkovati? Což nemáme příčiny *více děkovati nežli prositi*, jsouce zahrnováni v církvi svaté přehojnými milostmi? Děkuje tedy často Pánu Bohu, chvalme Ho, klanějme se Mu, kořme se v pokoře před Jeho velebností; tím se naše zbožnost rozšíří, zušlechtí, zdokonalí, povznes nad naše osobní zájmy, nabudeme více pochopení pro Boha a nebudeme se stále zabývati svými malichernými zájmy.

A jsouce si vědomi svých hříchů a nepravostí, budeme na sebe žalovati, pokořovati se před Bohem, litovati svých poklesků, odprošovati Ho za svůj nevděk. I to jest výtečná modlitba a blahodárné rozšíření naší zbožnosti.

83. MODLITEBNÍ KNIHA PANNY MARIE.

Panna Maria měla též modlitební knihu asi ve formě papyrusového závitku. Byl to vlastně

kancionál, *žaltář*, t. j. sbírka 150 žalmů, z nichž si říkávala žalmy, které se jí hodily, nebo které byly u židů obyčejem. I Kristus Pán a svatý Josef užívali této knihy.

V žaltáři jsou nejen žalmy prosebné, nýbrž i kající a velká část žalmů jsou překrásné zpěvy děkovné a oslavující Boha. I to jest dokladem, jakým směrem by měla jít naše pobožnost, aby se stala vyspělou a podobnou pobožnosti Matky Boží.

Žaltář vábil vždy mysl zbožných křesťanů, kteří toužili modlití se tak, jak se modlíval Kristus Pán. Liturgická modlitba církve svaté záleží hlavně z žalmů. Každý kněz se pomodlí za týden celý žaltář. Naši předkové milovali žalmy a rádi je zpívali*).

Ovšem nehodí se pro nás každý žalm, některý nám zůstane vždy nejasným, ale jest mnoho žalmů, které roznítí naše srdce. V nich jsou výrazy, jimiž můžeme vhodně Boha velebiti, Jemu děkovati, Jemu se klaněti, Jemu projevovati lítost nad svými hříchy. I přípravu a díkůvzdání po svatém přijímání nám kniha žalmů velmi usnadní. Není třeba modlití se celý žalm, stačí některý verš, při němž setr-

*) Žaltář, Dědictví Svatojanské.

váme, dokud se naše srdce na něm rozněcuje. Čím více poznáváme žalmy, tím více v nich nalézáme krásy a zbožnosti, a stávají se modlitbami, které se tak snadno neomrzí.

84. DVOJÍ CESTA K VNITŘNÍ MODLITBĚ.

1. Cestou k vnitřní modlitbě jest předně *každá modlitba ústní*, která nás těší, dojíhá a povzbuzuje. Snadno se může proměnit v modlitbu vnitřní, když v ní setrváme, jednotlivá slova nebo věty její si opakujeme, ponecháváme se tomu, co na nás působí, a vztahujeme to na Boha. Jakmile se ústní modlitbou probudilo srdce, nechejme jí a dovolme mluvit srdci. Již proto není radno, abychom se zasypávali spoustou ústních modliteb, neboť tak se nedostaneme k modlitbě vnitřní.

Tím není řečeno, že si máme takto počínati při *každé* ústní modlitbě. Některé ústní modlitby máme nebo chceme konati jako ústní a říkáme je uctivě, aniž se zdržujeme u jednotlivých slov, aniž opakujeme některou část. Ale chceme-li konati modlitbu *vnitřní* a nezáleží nám na tom, kolik modliteb ústních odříkáme, můžeme tímto způsobem přejíti velmi snadno

od ústní modlitby k vnitřní a v ní pak setrvati delší dobu. *Tak se v nás vzdmáhá duch modlitby* a modlitební kniha se stává jen pomůckou, abychom se dostali do duševního stavu, ve kterém knihy již není třeba.

2. Druhá cesta k vnitřní modlitbě jest *duchovní četba*. Čteme něco zbožného, na př. Následování Krista nebo Životy svatých. Dojímá-li nebo povzbuzuje-li nás tam něco, ustaňme ve čtení, ponechejme se tomu dojmu, opakujme si místo, které na nás působilo, těšme se jím, uvažujme o něm — a tím vlastně již rozjímáme. To již není pouhá duchovní četba, to jest *četba rozjímavá*. Vztahují-li se naše myšlenky, touhy a city při ní na Boha, je to *vnitřní modlitba*; duchovní četba tu byla jen pomůckou, aby se duše z ní povznesla k volnému styku s Bohem.

Proto si má každý, kdo chce prospívat v duchovním životě, ustanoviti určitou dobu — *aspoň čtvrt hodiny denně* — ke vhodné *duchovní četbě, která ho znenáhla uvádí do vnitřní modlitby*. Snaživé duše, jimž to povinností dovolují, věnují duchovní četbě ještě více času. Pravidelnou duchovní četbou se nejen poučujeme a vzděláváme, nýbrž i po-

vzbuzujeme a povznášíme. Duch Svatý má vhodnou příležitost, aby naši mysl osvěcoval duchovními pravdami a naše srdce rozněcoval, aby víc a více milovalo věci nadpřirozené a oddávalo se zcela Bohu. Přemnoho svatých začínalo takto pěstovati duchovní život, a poněvadž v tom neochabovali, nýbrž věrně plnili vnuknutí milosti, dospěli znenáhla k veliké dokonalosti.

85. POSTUP V DUCHOVNÍ ČETBĚ.

1. Na prvním místě radíme zbožným duším dílko P. Jaroše *Život podle Božského Srdce Páně.**) Je to kniha originální, ryze česká, a uvádí začátečníka znenáhla do pravého duchovního života. Hodí se zvláště pro muže a mladíky. Dívkám a paním doporučujeme především klasický spis svatého Františka Saleského *Navedení k životu zbožnému — Bohumila.***) Duše, která se řídí podle tohoto návodu, nemůže se v duchovním životě dostatí na scestí. Studentům lze raditi jako vhodnou duchovní četbu proslulou asketickou knihu P.

*) Dědictví Svatojanské, 3. vydání, 1933.

**) Dědictví svatojanské.

Dossa *Myšlenky a rady* *), které se sotva vyrovná jiná kniha ve studentské literatuře. K prohloubení toho všeho poslouží každému Schmidova kniha *Vrchol úcty k Srdci Ježíšovu*.**)

2. Kdo probral důkladně některou z uvedených knih, může svou mysl poněkud osvěžití rozjímavou četbou Životů svatých. K tomu vřele doporučím cenné dílo Ekertovo *Církev vítězná* - 4 svazky†), v nichž krácejí před námi světcové a světice, které v církevním roce uctívá církev svatá. Jest psáno zbožně i kriticky a probouzí vroucí úctu k našim svatým českým patronům, kteří v něm došli zvláštní pozornosti a důkladného zpracování. Hodí se zvláště pro společnou večerní četbu v rodinách. Kde by se z něho předčítalo denně večer deset minut nebo čtvrt hodiny — ne déle, tam by se jistě brzo vzcháhal duchovní život v celé rodině.

Mimo to možno s prospěchem čísti také podrobné Životy svatých, jichž bylo v poslední

*) Občanská tiskárna v Brně.

**) Sestry Neposkvrněného Početí Panny Marie, Přerov na Moravě.

†) Dědictví Svatojanské.

době vydáno několik, na příklad Kvitky svatého Františka, Životopis svaté Markéty Marie Alacoque, svatého Ignáce z Loyoly, svatého Gabriela Possenti, svaté Terezie Ježíškovy, svatého Aloise a podobné.

3. Z duchovní a rozjímavé četby Životů svatých lze vhodně přistoupiti k hlubšímu rozjímání, k čemuž mimo jiné poskytuje návod a dobré látky kniha P. Arnoudta *Následování nejsvětějšího Srdce Ježíšova**) nebo kniha Hoppeho *Náš Spasitel***), nebo také Fouardův *Život Krista Pána****).

4. Kdo takto zpracoval svou duši a prošel těmito třemi stupni, jest dosti připraven, aby četl s užitkem knihu, která vyniká nad všechny jiné — *Písmo svaté*, především *Evangelia*†). Tam jsme u zdroje pravdy a duchovního povzbuzení, tam nalezneme všechny zásady svatého života v Pánu Ježíši, tam se setkáme i s blahoslavenou Pannou Marií. Pracovním programem každého, kdo touží po Bo-

*) Občanská tiskárna v Brně.

**) Steinbrenner, Vimperk.

***) Birnbaum, Brtnice u Jihlavy.

†) Kapesní vydání, Dědictví Svatojanské.

hu, jest, osvojití si zásady svatého evangelia a prováděti je důsledně v životě.

Proto by se měla každá zbožná duše ponořiti do Písma svatého, zvláště do Evangelii. Svatý Marek jest nejsnadnější, svatý Lukáš dosti snadný, svatý Jan a Matouš předpokládají již jakousi zručnost v rozjímání. Proto jest radno začítí svatým Markem a po svatém Lukáši přejíti k ostatním. Jen nic hledaného: s prostotou dítěte a s úctou věřícího křesťana čtème slovo Boží, až něco najdeme, co nás povzbuzuje ke ctnosti a k lásce Boží, při tom setrvejme, a teprve, když dojem počíná mizeti, pokračujme v četbě. Musíme býti *maličkými*, chceme-li, aby naše srdce hořelo při četbě svatého Písma.

5. Pilná a vytrvalá četba Písma svatého, spojená s rozjímáním, může v nás velmi zdokonaliti vnitřní modlitbu. Duše počíná chápati hloubku duševního života a mocněji toužiti po spojení s Bohem. Pro tento stupeň jest zlatá knížka Tomáše Kempenského *Následování Krista* *), která se sice mnoho doporučuje, ale málo chápe; nejlépe se uplatňuje na tomto stupni jako krátká duchovní četba, aby se du-

*) Dědictví Svatojanské.

še po několika větách ocitla ve hlubší vnitřní modlitbě.

Kdo ovšem má opravdovou snahu vésti duchovní život, může bez ohledu na naznačený postup ihned na začátku sáhnouti k evangeliu a k Následování Krista, jichž četba mu přinese jistě největší požehnání.

86. JAK PROHLoubÍME VNITŘNÍ MODLITBU?

Abychom svou vnitřní modlitbu prohloubili, musíme:

1. *svou mysl soustřediti*, odpoutati ji před modlitbou ode všech starostí a vzpomínek, vzdáliti ji od hluku tvorstva a ponořiti v Boha, přítomného v našem nitru. Jsme-li v posvěcující milosti Boží, přebývá v nás zvláštním způsobem Otec, Syn a Duch Svatý. To jasně vysvětá ze slov Krista Pána: »Miluje-li kdo Mě, slovo Mé zachovávatí bude, a Otec můj bude ho milovati, i přijdeme k Němu a příbytek u Něho si učiníme« *) — a ze slov svatého Pavla: »Nevíte-li, že tělo vaše jest chrámem Duha Svatého, který jest ve vás?« **) Proto před

*) Jan 14, 23.

**) I. Kor. 6, 19.

modlitbou všechno stranou, abychom se mohli zabývatí jen Bohem!

2. prositi Ducha Svatého o pomoc. Vnitřní modlitba jest dar Boží a Duch Svatý jest jejím učitelem, bez jehož zvláštní pomoci nikam nedojdeme. Bez Ducha Svatého v duši mrzne, vnitřní život jest zakrnělý; začne-li však On působiti, rozvíjí se jako jarním vánkem, jako teplým májovým deštěm a utěšeně vzrůstá. Prosme tedy na počátku modlitby i při ní a jindy pokorně a dětinně Ducha Svatého, aby osvětlil náš rozum, povzbudil naši vůli a uvedl nás do tajů vnitřní modlitby; prosme, jako kdysi prosili učedníci: »Pane, nauč nás se modliti«^{*)}

3. uvažovati občas o tom, co jsme četli, a obracetí všechno na sebe. Přirovnávejme své jednání k tomu, jak jednati máme; tak poznáme svou nicotu a své chyby, naučíme se skromně smýšleti o sobě a napravovati svůj život. K tomu pomáhají tyto otázky:

Co z toho plyne pro tebe?

Jak tomu bylo dosud?

^{*)} Lukáš, 11, 1.

Hledej a vypočítávej si důvody, aby ses v tom či onom napravil!

To vše se má konati zcela nenuceně, otázky mají usnadňovati a nikoli znesnadňovati vnitřní modlitbu. Kdo jde do hloubky a zkoumá své nitro, jistě začne přemáhati svou samolíbost a domýšlivost a již tím se stává vnímavějším pro vnitřní modlitbu. Pyšným se Bůh protiví, pokorným však dává milost.

4. učiti se znenáhla rozmlouvati s Bohem a projevovati Mu své smýšlení. Čiňme tak prostě, dětinně, nenuceně, při veškeré úctě, kterou jsme povinni neskonalé velebnosti Boží, slovy nehledanými, více srdcem než ústy.

Abychom se snáze naučili takovému styku s Bohem, jest dobře, napíšeme-li si na lístek neb na obrázek *seznam rozličných zbožných projevů čili afektů*, z nichž si pak vybíráme, kdykoli se chceme zabývati Bohem. Takového seznamu lze užívatí nejen v době vnitřní modlitby, ale i při mši svaté, při svatém přijímání, při návštěvách velebné Svátosti a při jiných příležitostech. Vložíme si jej do modlitební knihy i do knih, jichž užíváme k duchovní četbě. Může zníti asi takto:

*Hluboce se Bohu klaněj!
Podivuj se tomu, co se ti na Kristu Pánu
líbí!*

*Chval Ho a veleb s anděly a svatými!
Děkuj Mu!*

Projevuj Mu blahopřání!

*Měj s ním soustrast v Jeho utrpení a zne-
uznání!*

Odprošuj Ho za svůj nevděk!

Pokořuj se a žaluj na sebe!

Když se k Němu přirovnáváš, jak je ti?

Projevuj důvěru v Jeho moc a slitování!

Co mu přislíbíš?

Projevuj Mu oddanost a lásku!

Přednášej Mu dětinně a prostě své prosby!

Uchyluj se do Srdce Páně!

Spojuj svou vyprahlost s Jeho utrpením!

Ponechávej se Mu na milost a nemilost!

*Putuj v duchu k Panně Marii a k svatým
patronům!*

Tak se ponenáhlu naučíme jednati s Bohem
svými slovy a dospějeme ke skutečné vnitřní
modlitbě. Při tom neutkvíváme na stálých ú-
vahách, ačkoli, zejména na počátku duchov-
ního života, mohou nám velmi prospěti.

5. K vnitřní modlitbě konečně mocně napomáhá, *umrtvujeme-li a přemáháme horlivě své nezřízené náklonnosti a snášíme-li statečně utrpení*; než tato věc jest tak důležitá, že o ní musíme pojednati zvláště. Tolik jest jisto, že naše duše má tím více *smyslu pro vnitřní modlitbu*, čím méně lne ke tvorům a čím více hledí uspokojiti Boha bez ohledu na sebe; k tomu však jest třeba veliké vnitřní čistoty a sebekázně.

87. POVŠECHNÁ POZNAMKA.

Co teď bylo řečeno, *nepatří k podstatě* vnitřní modlitby, nýbrž má pouze *pomáhati*, abychom se v ní prohloubili a zdokonalili. Na to třeba upozorniti, aby se některé duše nedaly odstrašiti od vlastní modlitby otázkami, seznamy afektů a různými spleťtými návodv.

Modlitba jest styk s Bohem, tedy něco líbezného a nenuceného, v čem hledáme Boha, chceme se k Němu dostatí, říci Mu, co máme na srdci, posílniti, uklidniti a zakotviti v Něm svou duši. Jen toho se domáháme a o to se snažíme, vše ostatní jest nám pomůckou, již užíváme, pokud nám prospívá, a které necháváme, když nás ruší neb i dokonce od Boha vzdaluje.

V počátcích vnitřní modlitby stačí obyčejně, co bylo dříve řečeno o dvojí cestě k vnitřní modlitbě. Je-li však duše ve vnitřní modlitbě již poněkud zběhlejší a pozoruje-li, že se její modlitba nestává hlubší, ať používá prostředků, jež jsme nyní udali.

Vnitřní modlitba jest něco, co se vyvíjí v duši *znenáhla*. Cvičme se v ní pilně a budme trpělivi, nedaří-li se nám vždy podle přání. Pamatujme na zásadu s počátku vytčenou: Stačí, vyhovíme-li modlitbou Bohu, i když sami v ní nemáme uspokojení; nebo modlitba jest pouhý prostředek, abychom přilnuli k Bohu a sjednotili se s Jeho vůlí.

88. ÚTĚCHA A NEÚTĚCHA.

Kdo pěstuje duchovní život, pozoruje často, že se v jeho nitru střídá útěcha s neútěchou. Hned svítí v duši slunce, hned se stahují mraky, prší nebo mrzne; teď nás modlitba a duchovní věci těší, zanedlouho jsou nám obtížné, prázdné, ano i protivné. Není v nás stálosti, nýbrž stálá změna jako v počasí. Takové střídání útěchy a neútěchy nasvědčuje, že duchovní život se probouzí, a je to zcela dle úmyslů Božích. Nutno s ním vážně počítati v duchovním životě; proto jest třeba poučení,

kterak máme jednati za různého »počasí«, a-
bychom nechybili.

89. JAK SI MÁME POČÍNATI V DOBĚ ÚTĚCHY?

Jak si máme počínati v době útěchy, nazna-
čuje nám mistrně sv. Ignác z Loyoly v Du-
chovních cvičeních: *»Kdo jest v útěše, hled
se pokořovati a ponížovati, jak můžeš.«* V ú-
těše jsme nakloněni k marnivosti a domýšlivo-
sti; hned bychom si na tom zakládali, oddáva-
li se samolibosti, domnívající se, že jsme již
hodně pokročili, jinými bychom pohrdali a se-
be vynášeli. To by se Bohu protivilo a nám
bylo na škodu. V útěše se tedy pokořujeme a
ponižujeme, děkujeme Bohu za vše, co v nás
způsobil, uznáváme svou nehodnost a stateč-
ně zapuzujeme všechnu domýšlivost. Duchovní
útěcha není naše dílo, nýbrž účinek milosti
Boží, jež v nás právě působí; není naší záslu-
hou, proto patří chvála jen Bohu a nikoli nám.

90. KTERAK MÁME JEDNATI V DOBĚ NEÚTĚCHY?

Pro dobu neútěchy podává nám opět sv.
Ignác několik zásad ve svých Pravidlech o
rozlišování duchů.

1. V době neútěchy nemáme měniti, zkracovati neb dokonce vynechávati svých modliteb a duchovní četby. *Zůstaňme pevní a stáli* v tom, co jsme si dříve umínili, a konejme modlitbu i duchovní četbu trpělivě a věrně, i když nás netěší a nám se protiví. Hledme vyhověti Bohu, i když se nám to zdá neúčelným a zbytečným. Tím projevujeme věrnost Bohu a přemáháme pokušitele, který by nás rád právě tehdy odvrátil od modlitby a duchovního života. Kolik duší podlehlo a stále podléhá tomu pokušení, a proto zakrňuje v duchovním životě!

2. Někdy jest dobře v neútěše zrovna si ještě přidati, modlitbu poněkud prodloužiti, jsme-li pokoušeni, abychom ji zkracovali; tak nejen pokušiteli odporujeme, ale i důkladně ho porážíme.

3. Vzpomínejme si v neútěše, že nás Bůh jen zkouší, že nás neopustí, ale svou milostí jest stále při nás, ač toho necítíme. Zachovejme si důvěru v Boha a přemáhejme malomyslnost!

4. Cvičme se v trpělivosti; trpělivostí zvítězíme! Zas nás Pán potěší, jen když trpělivě vytrváme v soužení.

91. PROČ NA NÁS BŮH DOPOUŠTÍ NEÚTĚCHU?

Strídáním útěchy a neútěchy si nás Bůh vychovává. Jest to důkazem, že v duši působí milost Boží.

1. Duch Svatý často *trestá* duši neútěchou za poklesky a nedbalosti a udělil by jí více útěchy, kdyby byla věrnější a obětavější.

2. Není však každá neútěcha trestem. Navštěvuje i duše věrné a obětavé, protože Bůh chce v nich *vypěstovati pevnou ctnost*. Kdyby stále tonuly v duchovní, zvláště citové slasti, zakrněla by snadno jejich vůle a zůstaly by takřka rozmazlenými dětmi. Proto jim Bůh odnímá citelnou útěchu a radost, aby jejich vůle zesílila a byla řádným základem všech ctností. Kdo se tedy snaží věrně sloužiti Bohu i v neútěše, získává mnoho pro duchovní život, i když to nepozoruje a necítí. Síla jeho vůle vzrůstá a duše se učí sloužiti Bohu za všech okolností; a v tom se jeví pravá ctnost.

3. Konečně jest nutno, aby se duše *očistila* od veškeré samolibosti, marnivosti a nezřízené samolásky. Dokud tato jemná nečistota proniká duši, není člověk schopen hlubšího styku s Bohem, nehodí se k Bohu; proto musí býti

duše takřka ponořena do peci utrpení a zkoušek, aby pozbyla veškeré nečistoty. Tak si čistí Pán své věrné duše; nehýčká je sladkostmi, nýbrž ponořuje je do temnot neútěchy a opuštěnosti. Na počátku duchovního života táhne je k sobě hojnou útěchou, jakmile však k Němu přilnuly, začne jim posílati trochu neútěchy, aby v nich vypěstil více vůle a věrnosti. Když pak zesílily v Jeho službě a snesou více, dopouští na ně více neútěchy, nechává je déle »v peci« a útěchou je pouze posiluje, aby je mohl dále tříbiti a čistiti; tím je vychovává k dokonalosti. Mimo neútěchu jsou zde prostředkem též jiná utrpení. Vším tím vychovává Bůh s láskou a velmi pečlivě duše, v nichž má zalíbení. Kéž bychom vždy rozuměli těmto úmyslům Božím, dali se Pánem vychovávatí a tříbiti, a zachovávali Mu věrnost v každém stavu, do něhož naši duši uvádí, zkrátka ponechávali se Mu na milost a nemilost.

92. ROZTRŽITOSTI.

Roztržitosti patří k neútěše. Mnohá duše by se ráda modlila zbožně a pozorně, ale sotva se počne modliti, již její mysl téká po světě neustálými vzpomínkami na vše možné. Duše pak bývá z toho nešťastna.

O roztržitostech platí totéž, co o neútěše. Pokud se roztržitostem dobrovolně neoddáváme, pokud jich nechceme, pokud jsou nám trápením, nejsou hříchem; nezbývá, než abychom je trpělivě přijímali jako neútěchu a vnitřní omrzelost a tak se pokorně dali zkoušeti od Boha. Je to kříž, který trpělivě jsa snášen, tříbí naši duši. Jsme-li trápeni roztržitostmi, nechť nás tyto důvody uspokojí.

93. VÝVOJ VNITŘNÍ MODLITBY.

1. Dosud jsme jednali o začátcích vnitřní modlitby. Viděli jsme, že naše ústní modlitba může se snadno přeměnit v modlitbu vnitřní. Rovněž duchovní četbou lze se snadno dostat do vnitřní modlitby. Kdo se vytrvale cvičí v těchto počátcích vnitřní modlitby, osvojí si brzy jakousi zručnost: naučí se uvažovati, zpytovati se, činiti předsevzetí, prositi, pokořovati se, Bohu se oddávati. To jest již ustálená vnitřní modlitba a nazývá se *rozjímání* neboli *modlitba rozjímavá*. Tento druh vnitřní modlitby velmi prospívá, aby člověk odložil své chyby a osvojil si ponenáhlu pravé ctnosti. Proto jest záhodno, aby se zbožní lidé v ní všemožně cvičili. S počátku duše více uvažuje, jakmile

však jest rozum pravdami duchovního života řádně osvícen a nasycen, ustupuje poněkud činnost rozumová činnosti pocitové čili afektivní, kde se hlavně vůle cvičí v projevech lítosti a pokory, oddanosti a věrnosti k Bohu.

2. Kdo po delší dobu svědomitě rozjímá, chyby odkládá a pilně se přemáhá, přechází znenáhla k dalšímu stupni vnitřní modlitby. Má jakousi nechť k úvahám, i když duše právě není v neútěše. Za to však v něm vzniká touha a potřeba, aby si mohl s Bohem důvěrně promluvit, projevovat mu úctu, lásku, vděčnost a oddanost, hodně se před ním pokorovat a svěřovat mu všechno, co má na srdci. Kdo se obyčejně takto modlí, pěstuje *modlitbu afektivní* neboli citovou. Je to snadný a velmi užitečný způsob vnitřní modlitby a velmi užitečný způsob vnitřní modlitby a velmi napomáhá, abychom přilnuli k Bohu a zanechali všeho, po čem touží svět.

3. Cvičí-li se duše horlivě i v této modlitbě a neustále důsledně přemáháti své nezřízené náklonnosti a choutky, ustává znenáhla rozmanitost citů, city se soustřeďují, prohlubují, stávají se trvalejšími a zapouštějí v duši hluboké kořeny. Duše jeví velikou oddanost k Bo-

hu, velikou úctu k velebnosti Boží, velice se stydí před Bohem za svou bídu a slabost a jest si živě vědoma své maličkosti a hříšnosti. V takovém vědomí dovede vytrvati delší dobu, půl hodiny, hodinu a snad i déle. Duše, u níž se jeví často tento druh modlitby, jest ve stavu *modlitby jednoduché*, kterou někteří spisovatelé nazývají *nazíráním ziskáním*. Na tento stupeň vnitřní modlitby můžeme se dostat všichni, cvičíme-li se neúnavně ve styku s Bohem, konáme-li svědomitě své povinnosti a přemáháme-li statečně své vášně a choutky. Kdo opravdově odloučí své srdce ode všeho, co není Bůh, a snaží se upřímně ve všem vyhověti jedině Bohu, octne se asi brzy v modlitbě jednoduché — u Boha. To jest plný rozvoj vnitřní modlitby a spojení duše s Bohem. Ovšem, Bůh vezme takovou duši ještě pořádně do práce a zkouší ji neútěchou a opuštěností, aby se osvědčila a řádně očistila, ale za to se jí dostane blaživého spojení s nejvyšším Dobrem.

Toto jest krátký nástin vývoje vnitřní modlitby v lidské duši až po *modlitbu mystickou*. Modlitbou mystickou začíná zcela nový život, do něhož však uvádí jen Duch Svatý; my se

k tomu můžeme *pouze připravit* velikou svědomitostí a důsledným mrtvením.*)

94. CÍL VNITŘNÍ MODLITBY.

Proč jednáme tak široce o vnitřní modlitbě?
Proč se v ní máme cvičiti?

Vnitřní modlitbou spěje duše k Bohu. Jejím cílem jest dostaviti se k Němu, udělati si s Bohem takřka známost a zamilovati si Ho. Dokud nemáme této známosti, dokud »jsme si Boha nezamilovali«, nejsme dosti pevní a jisti v duševním životě a nejsme ani dosti šťastni. Dobře pravil svatý Augustin: *»Stvořils nás k sobě«*, to jest učinils nás bytostmi, které mají nutný vztah k Tobě, které Tě potřebují, ó Bože, jako pták vzduchu a ryba vody, *»a nepokojné jest srdce naše, dokud nespočine v Tobě«*. Naše duše jest zmítána jako lodička na vlnách mořských a musí zakotviti v Bohu kotvou vnitřní modlitby.

Rozjímavou modlitbou začíná duše zakotvovati v Bohu; v modlitbě afektivní se v tom zdokonaluje — jeví se již značná důvěrnost

*) Důkladnější poučení o všech způsobech vnitřní modlitby podává kniha: **Ovečka, Návod k rozjímavé modlitbě**. Nákladem »Hlasů svatohostýnských«.

s Bohem — a v modlitbě jednoduché dospívá vrcholu: duše si zamiluje Boha a spojí se s Ním láskou.

Z této pevné oddanosti k Bohu, která vzrůstá každým stupněm modlitby, čerpá duše velikou sílu, aby se řádně přemáhala, odumírala světským tužbám a věrně vytrvala ve službě Boží stůj co stůj. Čím hlubší modlitba, tím více nezištnosti a obětavosti k Bohu, která duši opět čistí a připravuje pro hlubší ještě spojení s božskou Dobrotou.

95. POSLEDNÍ POKYNY PRO VNITŘNÍ MODLITBU.

1. Zasvěťme denně Bohu určitou dobu, ve které se zabýváme jen Jím a mluvíme jen s Ním, ani ne tak ústy jako srdcem a láskou. V té době si u Něho odpočínáme a mějme pozor na Jeho vnuknutí: to jest vnitřní modlitba. Můžeme s počátku něco čistí, až nalezneme, co by naše srdce poutalo a k Bohu vedlo. Později snad netřeba knihy, abychom jednali s Pánem. Knihou si jen pomáháme, když nám to jinak nejde. Duše si zvyká znenáhla na styky s Bohem a trvá někdy v klidu a v mlčení

před Ním s touhou a prosbou, aby On sám na ni působil.

2. To však nejde vždy tak mile, jak se to řekne. Často přijde omrzelost a neútěcha, a tu platí moudrá rada svaté Terezie: »Podle mého názoru není vnitřní modlitba nic jiného, nežli že s Bohem vejdemo v přátelství, vědouce, že nás miluje, a že s Ním hodně často jednáme důvěrně. Aby však panovala pravá láska a zavládlo trvalé přátelství, musejí se osoby k sobě hoditi. U Pána není v té věci nedostatků, přemnoho však jest jich u nás. My se k Němu nehodíme, jsme tak smyslní, rozptýlení a nevděční! Než, ač Ho ještě nemiluješ a ještě se Mu nepodobáš, *snášej aspoň trpělivě trápení, kterého zakoušíš, máš-li se déle zdržovati u tohoto Pána*, neboť velice ti má záležeti na tom, aby sis získal Jeho přízeň a s Ním se dorozuměl«. Tento pokyn jest velmi důležitý, a jest nutno upozorniti naň znovu, ač se již o něm jednalo. Jen duše trpělivé, vytrvalé a věrné budou řádně prospívati ve vnitřní modlitbě, kdežto duše vrtkavé nedokáží nic důkladného.

3. A snad ještě důležitější jest pokyn svatého Jana z Kříže: »Cesta k Bohu nevede

sladkostmi a útěchami, ač se jich začátečníkům dostává hojně. K Bohu dospějeme tím, *že se horlivě zapíráme, leccos si odpíráme, jsme ochotni snášeti pro Krista všechno a odumřiti sobě úplně.* Tak můžeme již zakrátko dospěti daleko v duchovním životě«.)

Nyní pojednáme důkladněji o sebezáporu, jenž jest tak nesmírně důležitý, a o tom, kterak třeba pořádati nezřízené náklonnosti. Jen nedostatek opravdového a důsledného sebezáporu zavinuje, že mnoho duší nečiní pokroku v duchovním životě a ve vnitřní modlitbě. Proto zasluhuje tento nový oddíl našeho pojednání zvláštní pozornosti.

ZVLÁŠTNÍ ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ.

96. PROČ MNOHO ZBOŽNÝCH DUŠÍ TAK MÁLO PROSPÍVÁ?

Prospívají málo snad proto, že se málo modlí? Nikoli, namodlí se toho dosti, ztráví často celé hodiny na modlitbě v kostelích, jsou

*) Nutno ovšem také zanechat radovánek světských a proto budou duše po Bohu toužící krajně vybíravé v četbě románů, v návštěvě divadel, biografů a v používání radia.

na kdejaké pobožnosti, přečtou si kdejakou zbožnou knihu.

Nechodí snad často k svaté zpovědi? Některé chodí týdně, a přece nejeví pokroku ve ctnosti, a mnohé z těch, které se týdně nezpovídají, právě tak by neprospívaly, ani kdyby konávaly svatou zpověď týdně.

Prospívají málo snad proto, že chodí zřídka ke stolu Páně? Ani toho nelze tvrditi; mnohé zbožné duše přijímají Tělo Páně denně, a přece neviděti na nich důkladné ctnosti. Kde je tedy vina? Co jest příčinou chabého duchovního života u mnohých zbožných duší?

Odpověď jest dosti snadná. Neprospívají ve ctnosti a svatosti *pro nedostatek sebezáporu a odříkání*. Hovějí svým náklonnostem, lpí na věcech pozemských, nemají dosti odvahy a pevnosti, aby se zapíraly a něco si odepřely, a pošle-li na ně Bůh kříže a protivenství, aby je zkoušel a tříbil, vymykají se Mu, reptají, nechtějí se poddati a prchají před křížem; proto nepokračují ve ctnosti.

97. CHYBY ZBOŽNÝCH DUŠÍ.

Zbožní lidé bývají často plni chyb. Myslí-vají si ovšem, že již hodně pokročili ve ctnosti, zvláště mají-li velikou vnitřní útěchu, a

netuší ani, kolik převrácenosti a pošetilosti jeví při veškeré horlivosti.

Svatý Jan z Kříže ukazuje ve svých spisech jako v zrcadle zejména tyto jejich chyby:

Jsou plni marnivých myšlenek z útěchy, které se jim dostává; mají se za lepší, než jsou, a snadno pohrdají jinými. Na sobě vidí všechno dobré, na jiných si všímají každé chybičky, snadno jiné posuzují a odsuzují.

Nejsou spokojeni s dary a milostmi, kterých se jim dostává. Chtějí neustále oplývatí útěchou a jsou neklidní a netrpěliví, neděje-li se jim zcela podle přání.

Zlobí se snadno a často na bližního, když chybuje. Každého chtějí napravovati, každého kárati, jsou však ihned netrpěliví, mrzutí, celí uražení, dovolí-li si někdo je pokárati nebo na chvby jejich nějak upozorniti.

Chtěli by svatost strhnouti za jediný den, a nedaří-li se jim v tom dle přání, ochabují, jsou netrpěliví, malomyslní a nechávají snadno modlitby a sebezapírání.

Mrzívá je, vidí-li zbožnější a ctnostnější duše, a těžce nesou, nevšímá-li si nikdo jejich ctnosti a zbožnosti. A jak jest jim milé a příjemné, když si jich někdo váží, když se jim

dostane uznání a pochvaly, tak zase velice se jim protiví, chválí-li někdo jinou duši pro ctnost, vůbec dává-li se jiným v něčem přednost. To se vskutku dotýká bolavých stránek těchto duší a ukazuje, kolik skryté sebelásky, samolibosti a marnivosti dřímá v nitru člověka, který myslí, že jest u něho již všechno v úplném pořádku.

Mnohé duše jsou velmi umíněné a svéhlavé, všechno se má točiti podle jejich hlavy a podle jejich chuti. A běda, neděje-li se jim po vůli! Jsou pak mrzuté, malomyslné, vrtkavé a nestálé. Tatam jest všechna horlivost, všechno již jen odbývají nebo toho dokonce zanedbávají. Takový jest člověk!

98. CO JEST KOŘENEM TĚCHTO CHYB?

Kořenem těchto chyb jest naše převrácenost, v níž *hledáme sebe místo Boha, toužíme po vlastním uspokojení a málo nám záleží na tom, zdali vyhovíme i Bohu*. Jsme příliš zaujatí svou sebeláskou a nedovedeme ve všem hledati pouze zájmů Božích, ať nás to těší nebo netěší, ať nám to vyhovuje nebo ne. Odtud většina našich chyb a poklesků.

V duchovním životě prospíváme tím více, čím více dovedeme zatlačovati do pozadí své

osobní zájmy a choutky a věnovatí pozornost výhradně zájmům Božím. To se ovšem snadno řekne, ale nesnadno provádí; není to však nic nemožného a za pomoci duchovního vůdce můžeme přece aspoň časem dojítí značného stupně nezištnosti a vnitřní čistoty.

99. JAK TO PROVEDEME?

1. *Jen znenáhla.* Jak rostou stromy, tak vzrůstá v duši pravá ctnost, ne jako slunečnice, která rychle vyrůstá, brzy však opět usychá.

2. *Postupně.* Kdo chce najednou odložití více chyb, nedokáže obyčejně nic a při veškeré námaze zůstává celkem týž, jako byl dříve. Odkládejme tedy chybu po chybě v drobné trpělivé práci. Nejlepším prostředkem k tomu jest zvláštní zpytování svědomí, jak je podává sv. Ignác hned na počátku Duchovních cvičení. Zvláštní zpytování však se musí prakticky vymezití a vytrvale provádětí, má-li přinéstí krásné ovoce.

3. *Jen s pomocí Boží.* Bůh chce, abychom se sami namáhali, ví však také, že na to nestačíme, že nedovedeme zapíratí svých náklonností ve všech záhybech a zákoutích svého nitra, a proto nám pomáhá zvláště utrpením. Je to

bolestná pomoc, avšak nutná, abychom se zbavili všech nezřízeností; je to láskyplná práce, důstojná našeho Boha. Musíme však této pomoci rozuměti, dáti si pomáhati, dáti se operovati, čistiti, zdokonalovati a ochotně přijímati z rukou Božích každý kříž. Jen tak se nám stane tato pomoc Boží nejmocnějším prostředkem k dokonalosti a svatosti.

100. IDEA ZVLÁŠTNÍHO ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ.

Člověk jest omezený tvor, jehož energie se brzy vyčerpá, zvláště má-li se uplatňovati několikerým směrem. Proto se máme snažiti, abychom se v duchovním životě *soustředili na jednu věc*, na *jednu* chybu, na *jednu* ctnost a zůstali při tom tak dlouho, až se chyba konečně odstraní nebo ctnost hluboce v duši zapustí kořeny. Tak odkládáme chybu za chybou a tak si osvojujeme ctnost po ctnosti. Tento postup jest přiměřený lidské přirozenosti, a proto se snadno při něm pracuje s úspěchem. V něm spočívá podstata zvláštního zpytování svědomí.

Prakse zvláštního zpytování svědomí jest dosti jednoduchá. Ráno učiníme předsevzetí,

že po celý den něčemu *určitému* věnujeme *zvláštní* pozornost, a poprosíme Boha o pomoc. Naše předsevzetí se vztahuje buď na některý hřích, kterému chceme odvyknouti, nebo na některou ctnost, kterou si chceme osvojit. V poledne neb aspoň večer se zpytujeme o této zvláštní věci; proto má jméno »zvláštní zpytování svědomí«. O jiných věcech se též zpytujeme, ale více jen všeobecně, a činíváme všeobecné předsevzetí, že se chceme napravit. O tomto zvláštním předmětu se však zpytujeme důkladně, jak to bylo, zda a kolikrát jsme upadli do určité chyby, neb se cvičili v určité ctnosti. Výsledek si poznačíme, obnovíme předsevzetí a prosíme Boha o pomoc. Druhý, třetí den činíme totéž, a tak týden, 14 dní, měsíc, ano při houževnatých chybách půl roku neb i rok, až chyba konečně zmizí, anebo ctnost jest pořádně vypěstěna. *Zvláštní zpytování svědomí jest systematická a Bohu velmi milá práce v duchovním životě, jíž znenáhla odkládáme chyby a osvojujeme si ctnosti. Patří tedy k nejdůležitějším cvičením duchovního života.*

101. O ČEM SE KONÁ ZVLÁŠTNÍ ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ?

Zvláštní zpytování svědomí se koná především o *chybách vnějších*, do kterých upadáme často, snad několikrát za den, a jež působí pohoršení, jako na př. hašteřivost, hrubá, nelaskavá slova, odmlouvání, časté výbuchy zlosti, vzdor, zneužívání jména Božího a pod.

Jakmile jsou odstraněny takové vnější chyby, počneme konati zvláštní zpytování o *chybách vnitřních*, ze kterých často pocházejí chyby vnější. Současně začíná cvičení ve ctnostech. Tato práce jest již těžší a vyžaduje často veliké vytrvalosti, abychom došli plného úspěchu. Velmi v tom může duši pomáhati zpovědník, který ji vede ke zvláštnímu zpytování a v něm ji soustavně kontroluje. Tím způsobem duše i při těžké látce dosti snadno vytrvává.

102. O ČEM SE NEKONÁ ZVLÁŠTNÍ ZPYTOVÁNÍ?

Zvláštní zpytování se nekoná o chybách, které se *jen zřídka* naskytují, na př. jednou nebo dvakrát za týden, zvláště jsou-li to chyby vnější. V tom případě jest lépe věnovati

se raději cvičení ve ctnostech, neboť pevnější ctnost sama působí, že neupadáme do různých chyb. Zmíněné chyby ponecháváme pro všeobecné zpytování svědomí, a naučíme-li se dobře přijímati trápení a kříže, zmizí rovněž chyby, kterých zvláštním zpytováním nelze ani zachytiti. Konečně nás nechává Bůh upadat i občas do některých chyb, abychom si nezakládali na své ctnosti a měli příležitost se pokorovati, neboť samolibost se Bohu velice protiví.

Není radno konati zvláštní zpytování o *nedobrovolných* roztržitostech při modlitbě, ani když nás velmi trápí, že nám mysl stále prchá od modlitby, poněvadž tu nepořídíme nic, ano snad si ještě uškodíme. Něco jiného jest, chceme-li si odvyknouti zvědavosti a těkavému rozhlížení při modlitbě, jichž se často dopouštějí lidé, všímající si v kostele všeho, co se kolem nich děje. Chyba tato jest ovšem zdrojem mnoha roztržitostí, které lze odstraniti zvláštním zpytováním, ne však o roztržitostech, nýbrž o zvědavých pohledech.

Konečně neradím, aby někdo konal zvláštní zpytování o *necudných* myšlenkách, představách a snad i o smyslných žádostech,

k nimž jest pokoušen, jimž se však brání. Chtěl-li by se zbaviti těch pokušení zvláštním zpytováním, pokušení by jen vzrostlo a uškodil by si. Nejlepším prostředkem jest, nevěnovati tomu pozornosti. Něco jiného jest, povoluje-li kdo obyčejně takovým pokušením; ale i tu třeba opatrnosti a nutno se poraditi se zkušeným zpovědníkem, zda a jak by se mohlo o tom konati zvláštní zpytování, aby si nezpůsobil ještě více pokušení.

103. O POMLUVĚ.

I mezi zbožnými lidmi jest dosti těch, kdo rádi pomlouvají. Ač se z toho hříchu neustále zpovídají, přece zase upadají do něho. Při dobré vůli lze však tomu odvyknouti dosti snadno a vychovati se v té věci ke svědomitosti, takže jest nám *trapné*, slyšíme-li mluvíti o chybách bližního, a ještě trapnější, musíme-li se sami o bližním vyjádřiti nepříznivě.

Ráno učiníme předsevzetí: »*Neřeknu o bližním bez potřeby nic zlého*«. Chybíme-li přece, pomodlíme se, jakmile si to uvědomíme, upřímné Zdrávas za osobu, o níž jsme zbytečně pronesli něco zlého, a tak se trestáme za každý další poklesek. Večer vzpomínáme, kolikrát asi jsme se musili potrestati, a poznačí-

me si to. Přičiňme se, aby těch chyb znenáhla ubývalo, až jim s pomocí Boží odvykneme úplně.

Toto cvičení se zvláště doporučuje zbožným osobám ženským, aby se znenáhla naučily *veliké šetrnosti vzhledem k cizí cti*, tím upevňovaly mezi sebou *lásku* a u jiných lidí *dobrou pověst* zbožných spolků. Bylo by jistě nemalou chválou a chloubou katolických rodin a spolků, kdyby se o nich mohlo říci, že u nich jest čest bližního vždy v bezpečí.

104. O ZNEUŽÍVÁNÍ JMÉNA BOŽÍHO.

Kdo rád bere jméno Boží nadarmo nebo se dopouští jiných nezpůsobů ze zvyku, může jim znenáhla odvyknouti, vykoná-li po každém vědomém poklesku malé pokání, na př. Zdrávas Maria nebo Sláva Otci a p. Ať si též denně večer poznamenává, kolikrát za den byl nucen vykonati takové pokání. Počet poklesků bude snad napřed poněkud růsti — neboť tak si teprve uvědomí, čeho si dříve nevšímal, — potom však musí klesati, až konečně klesne na nulu.

105. O NELASKAVÝCH SLOVECH A PROJEVECH NETRPĚLIVOSTI A ZLOSTI.

Ráno učiníme předsevzetí, že si dáme pozor, *aby nám z úst nic nevyklouzlo*, ani když to uvnitř vře. Zatím ať to ještě vře, neboť nejde všechno najednou; tomu se odpomůže později, až se naučíme mlčeti. Poprosíme Boha o pomoc, můžeme přistoupiti na ten úmysl i ke stolu Páně, chodíme-li k svatému přijímání častěji. Vůbec se doporučí spojovati svaté přijímání se zvláštním zpytováním svědomí, slíbovati polepšení a prositi o pomoc při něm.

Kdykoli se dopustíme chyby tím, že odpovíme nelaskavě, netrpělivě, zlostně, osopíme se na někoho, potrestejme se hned za tuto určitou chybu, kterou máme právě v práci; za jiné chyby nikoli. Pokání může býti jakékoli, na př. Zdrávas Maria, vykonané potichu a co nejdříve. Tím jest to odbyto a můžeme pracovati klidně dále se snahou budoucně lépe mlčeti. Dopustíme-li se chyby opět, jednáme podobně. Večer při zpytování svědomí si zapíšeme, kolikrát bylo nutno se potrestati. Nechybíme-li toho dne, napíšeme nulu. Tak se

kontrolujeme zítra, pozítří, týden, 14 dní, a snad již za tři týdny nebo za měsíc budeme zapisovati samé nuly. Pak přejdeme k tomu, že uklidňujeme vnitřní rozrušení, aby to uvnitř nevřelo, nebo snad ještě k některé jiné zevnější chybě, která jiným dává pohoršení.

Jest radno spočítati každou sobotu chyby celého týdne a přirovnati přítomný týden k předcházejícímu, abychom viděli, jak jsme pokročili. Zapisování velmi napomáhá, abychom vytrvali.

106. JAK OVLÁDNEME V NITRU NETRPĚLIVOST A CITLIVOST?

Dovedeme-li ovládati aspoň nějak *projevy* netrpělivosti, můžeme se pokusiti jak bychom uspořádali své *nitro*, abychom také uvnitř měli pořádek. Můžeme to učiniti několikerým způsobem. Vyberme si z naznačených způsobů ten, který se nám nejvíce zamlouvá, neboť není všechno pro každého.

1. Ozve-li se v našem nitru netrpělivost nebo citlivost, *vzpomeňme si na Krista Pána*, kolik pro nás přetrpěl a co všechno dovedl pro nás snášeti. Nemůžeme i my něco snést pro Něho? — Tak se znenáhla uklidníme a cvi-

číme se ve ctnosti. Večer pak si zapíšeme, kolikrát jsme vzpomínkou na trpícího Spasitele uklidňovali v sobě netrpělivost a citlivost a si-
ce zapisujeme ctnosti, nikoli chyby. Nestalo-li se tak ani jednou za den, buď že nebylo pří-
ležitosti nebo že jsme na to zapomněli, napí-
šeme nulu. Ale zapisujeme vždy, abychom se
cvičili ve vytrvalosti, neboť chceme-li si osvo-
jiti pravou a pevnou trpělivost, musíme se
takto cvičiti nejen několik týdnů, nýbrž ně-
kolik měsíců, ano snad i rok i déle. Nevytrvá-
me však při tom, nebudeme-li každého dne
zapisovati výsledky svého cvičení.

2. Ozve-li se v našem nitru netrpělivost,
vzpomeňme si na božské Srdce Páně. Kolik
nevděku zakouší, kolik urážek se páchá. proti
Jeho božské lásce i v naší vlasti! Neposkytne-
me Mu smíru a náhrady za to všechno? Nuže,
obětujme vše, co jest nám protivné, co v nás
budí netrpělivost, *na smír* za takové urážky,
a snášejme to trpělivě. To jest vzácný projev
úcty k božskému Srdci Páně, a snad ještě
lepší, než když na první pátek obětujeme na
smír svaté přijímání. Myšlenka smíru nás po-
silní a uklidní, a tak se naučíme snášeti těž-
kosti trpělivě a ochotně. — Večer si zapíše-

me, kolikrát za den jsme obětovali něco protivného na smír božskému Srdci Páně. Nemáme-li ničeho, zapíšeme nulu. Neznám praktičtějšího způsobu úcty k nejsvětějšímu Srdci Ježíšovu, než jest tento. Kdyby někdo nic jiného nedělal pro božské Srdce Páně, nežli že Mu všechny trampoty a kříže nabízí na smír, byl by velikým ctitelem Srdce Ježíšova a našel by zároveň velmi snadnou cestu k pravé ctnosti a ke křesťanské dokonalosti.

3. Rádi bychom konali nějaký *apoštolát*; zbožné duše toužívaly po tom, aby mohly získávat duše a obracet hříšníky a nevěrce. Známe snad někoho, kdo se nechce obrátiti, nedbá přimlouvání, jest zatvrzelý a — snad již jest nad hrobem. Jak zde možno pomoci? *Apoštolátem utrpení.*

Vzmáhá-li se v našem nitru nespokojenost, nevole a citlivost, vzpomeňme si na *hříšnou duši*, kterou chceme získati Bohu, a obětujme za ni, co se nám protiví. Jsme-li v milosti Boží, má takové naše utrpení za duše velikou výprosnou moc, snad větší než několik růženců. Svým utrpením zahrnujeme takovou duši milostí Boží a sami ochotně snášíme protivenství, vědouce, že to není nadarmo. — Večer

zapíšeme, kolikrát za den jsme něco protivného obětovali Bohu za onu hříšnou duši. Tak budeme mít ze svého utrpení dvojí užitek: konáme velmi účinný apoštolát a sami se při tom posvěcujeme.

4. Vzmáhá-li se v našem nitru netrpělivost a citlivost, *vzpomeňme si na své hříchy* a na to, co jsme za ně zasloužili. Za jediný těžký hřích — věčné zavržení, a za všední hřích — dlouhý očištec! Jen slitování Božímu jsme povinni díky, nepřijdeme-li do pekla neb nebudeme-li mít dlouhého očiště, avšak podle spravedlnosti bychom toho zasloužili. Trpíme-li na zemi protivenství, trpíme, co jsme zasloužili, ba zasloužili jsme mnohem více, nesme je tedy v duchu kajícího. — Večer zapíšeme, kolikrát jsme se takto v kajícího cvičili.

Vyberme si tedy z těchto čtyř způsobů, který se nám hodí, a cvičme se v něm vytrvale; nikoli ve všech, nýbrž pouze v jednom. Tak se bezpečně dostaneme k důkladné ctnosti, neboť ctnost se osvědčuje a zdokonaluje v protivenství. V duchovním životě je nejdůležitější, abychom se snáze naučili snášeti těžkosti a pokoření. Jakmile se duše do toho vpraví, jest vyhráno.

107. O MARNIVÝCH A SAMOLIBÝCH MYŠLENKÁCH.

Napadají-li nám často myšlenky marnivé a samolibé, můžeme jim s prospěchem odporovati takto:

1. Kdykoli se zastihneme při myšlence marnivé nebo samolibé, *poděkujme Bohu za všechno dobré*, co nám prokázal. Nemáme toho dobrého, těch předností, vloh a ctností tolik, kolik se nám zdá, ale máme přece všelicos, co zasluhuje, abychom řekli: »Chvála *Pánu Bohu*«, a ne — nám! Vždyť máme všechno od Boha, nač se proto chlubití cizím peřím! Zakládati si na něčem jest nerozum, moudré však jest, připisovati všechno *Pánu Bohu* a velebiti Ho za to. Buďme tedy moudří a nechme pošetilosti!

2. Můžeme se však cvičiti ještě jinak. Kdykoli se zastihneme v marnivé nebo samolibé myšlence, *vzpomeňme si na své hříchy*, které jsou *zcela naše* a za něž zasluhujeme hanby a pokoření. Pokořme se tedy před Bohem, a tak nám sklapne hřebínek a přejde pošetilost; marnivá myšlenka nás tak jen utvrdí v pravé pokoře.

108. O MYŠLENKÁCH ZÁVISTIVÝCH, ŽÁRLIVÝCH A ODPORU.

Myšlenky závistivé a žárlivé ozývají se přirozeně u všech duší nedokonalých, neboť dokonalost jeví se právě v naprosté nezištnosti. Co máme činiti, ozývají-li se často v našem srdci?

Jakmile se v nich zastihneme, *žehnejme* osobě, které závidíme. *Pomodleme se za ni* nepozorovaně Zdravas Maria nebo si řekněme: »Pane Ježíši, žehnej mu — žehnej jí!« aneb: »Do Tvého nejsvětějšího Srdce ho — ji — poručím«. Takovým šlechetným jednáním vypěstujeme v sobě znenáhla nezištnost a zdoláme závist a žárlivost.

Podobně si počínejme, vzmáhá-li se v našem nitru *odpor* proti někomu. Žehnáním jej v sobě *lámeme*, až konečně zmizí docela.

109. OVLÁDÁNÍ EROTICKÝCH NAKLONNOSTÍ.

Tato kapitola jest velmi důležitá pro duše, které chtějí opravdově pěstovati duchovní život. Jak snadno se v mladíku probudí velká náklonnost k dívce, aniž při tom myslí na něco zlého; myslí na ní, touží po ní, život bez

ní zdá se mu nemožný atd. A jak snadno se to stane i dívce vzhledem k některému mladíku! A manželka, žijící ve sňatku ne právě šťastném, snadno si oblíbí jiného muže, domnívající se, že by s ním byla šťastnější atd.

To jsou *erotické náklonnosti*, jež se za naší doby živí i četbou románové literatury, kterou nelze mnohdy doporučiti, ani je-li z pera katolických spisovatelů. — *Erotické náklonnosti se musejí krotiti a ovládati, nikoli pěstovati a živiti.* Zvláště jim nesmějí povolovati duše, které slibem sv. čistoty. ať řeholním nebo soukromým, se zasvětily Bohu. Manželé rozhodně je musejí ovládati, vztahují-li se na osoby cizí. I mladí lidé, kteří pomýšlejí na stav manželský, mají často ovládati takové náklonnosti, buď že sňatek s milou osobou jest vůbec nemožný neb aspoň nerozumný — s nevěrcem, s člověkem nemocným, nestřídmým, vášnivým, a p. — nebo že ještě není čas pomýšletí na sňatek — studenti a studentky, mladí lidé bez peněz a bez řádného postavení.

Jest tedy mnoho příčin a příležitostí, aby duše krotily erotické náklonnosti. Zvláštní zvytování svědomí se osvědčuje i zde a jest skoro jedinou pomocí, poněvadž erotická ná-

klonnost nemizí hned, nýbrž ztrácí se jen pohenáhl.

Rozeznáváme tři druhy tohoto cvičení dle trojího druhu osob, které je mají konati:

1. *Osoby Bohu zasvěcené.* Zpozorují-li ve svém nitru erotickou náklonnost, mají proti ní hned začít zvláštní zpytování, aby se požár v duši nešířil. Kdykoli ji pocítí, projeví jako protest proti ní svou oddanost k Bohu, i když se to duši zdá těžké a protivné. Stačí projev dobré vůle: »Pane Ježíši, celé své srdce věnuji jen Tobě! Nechci je s nikým dělit! Všechna má láska patří jen Tobě!« Pak již na to nemyslí. Ozve-li se pak zase taková náklonnost, přeruší duše opět projevem oddanosti k Bohu zamilované myšlenky a touhy, a tak náklonnost znenáhla zmizí. Duše prošla ohněm zkoušky, zůstala Bohu věrnou, stává se Mu tím milejší a značně pokročí v duchovním životě. Projevy oddanosti k Bohu se denně zapisují, aby duše snáze vytrvala.

2. *Osoby ve stavu manželském.* Zastihne-li se manželka v myšlence nebo v touze po jiném muži, projeví před Bohem svou manželskou věrnost: »Až do smrti zachovám, co jsem slíbila u oltáře!« Přestane na to mysliti a ko-

ná dále své povinnosti; jsou-li těžké, tím větší bude její odměna na věčnosti za věrnost manželskou na zemi. Totéž platí pro manžela, v němž povstává náklonnost k jiné osobě. Kolik manželských rozluk a rozvodů by se zamezilo touto metodou! Ale pro takové věci má moderní pokolení jen posměch a žene se dále do záhuby.

3. *Lidem svobodným*, kteří pomýšlejí na stav manželský, ale nemohou brzy nebo vůbec vejíti v sňatek s osobou, k níž mají náklonnost, nezbyvá, než ukázniti erotické náklonnosti, chtějí-li se uchrániti velkého utrpení a snad i nešťastného života.

Kdykoli se zastihnou v erotických myšlenkách neb touhách, pomodlí se Zdrávas a hledí se dostatí na jiné myšlenky. Náklonnost se tím bude znenáhla mírniti, a je-li třeba, zmizí úplně. Nemusí-li zmizeti, aspoň se ukázní a nebude duši překážkou v plnění povinností. To jest důležité zvláště pro studentstvo, aby se místo známostí věnovalo důkladnému studiu. Dokud člověk ničím není, nemá pomýšletí na sňatek, nemá pěstovati známostí. Musí tedy ovládati erotické náklonnosti.

Moderní lidstvo ztrácí úplně smysl pro ta-

kové ovládnání sebe, a to nejen mládež, ale bohužel i moderní rodičové. Jest nejvyšší čas, abychom se zase vrátili k moudrým zásadám našich starých otcův a matek! Nikdo toho dosud nelitoval, že se naučil krotiti a ovládati erotické náklonnosti, přemnozí však trpce pykají za to, že neměli v té věci kázně.

110. MELANCHOLIE A NALADOVOST.

Jsou duše plné smutných myšlenek a ponurých nálad, jimiž trápí sebe i jiné. Mají to většinou již v letoře, mohou však svou melancholii napravit neb aspoň poněkud zmírniti.

Kdykoli se v ní zastihnou, ať se jí neoddávají, nýbrž pomodlí se Zdrávas a *hledí se dostat na jiné myšlenky* jako při myšlenkách a žádostech necudných.

S počátku jest to dosti nesnadné, znenáhla však se duše naučí ovládati náladu a dojmy, až se z nich úplně vybaví. Naším ideálem má býti, abychom *plnili svědomitě své povinnosti*, aniž dbáme nálad a dojmů. Ale kolik lidí to dovede? Tolik se jich zbytečně trápí, znesnadňují život sobě i jiným, a škodí tím i zbožnosti, neboť zasmušilá, náladová zbožnost nevzdělává, naopak odpuzuje.

111. O NEDBALOSTI V MODLITBĚ.

Odbýváme-li své modlitby povrchně a nedbale, cvičme se nějakou dobu takto:

Učiňme ráno předsevzetí, že dnes vykonáme své modlitby *pořádně*, to jest *uctivě a bez chvatu*, i když se nám snad nepodaří, vykonati je pozorně a zbožně. Večer se zpytujeme, jak jsme je vykonali, a napíšeme si známku, jako se dávají ve škole známky z pilnosti nebo z mravů. Stupnice zní asi takto: pořádně 1, méně pořádně 2, nedbale 3.

Jestliže se takto kontrolujeme denně, naučíme se při dobré vůli konati své modlitby pořádně, pokud arci jest to v naší moci, neboť i při nejlepší vůli sotva se nám podaří modliti se vždycky pozorně a zbožně. To Bůh po nás ani nežádá, nýbrž se spokojí, když si své povinné modlitby odříkáme uctivě a trpělivě, neponechávající se vědomě myšlenkám, které k modlitbě nepatří.

112. O LENIVOSTI PŘI VSTÁVÁNÍ.

Máme se pořádně vyspat, ale nemáme hověti svému tělu tím, že *nevstáváme přesně*, že zůstáváme v posteli, ačkoli jest již čas, aby-

chom vstali. To velice škodí duchovnímu životu. Jak se tu naučíme přesnosti?

Ustanovme si *určitou dobu* ke vstávání, a jakmile procitneme a si uvědomíme, že již jest čas, abychom vstali, vstaňme ihned bez milosti! Počítejme každou minutu prodlení a večer si zapišme, kolik minut jsme promeškali svou nepřesností. Tak to dělejme denně a v sobotu si učiňme součet *proležených minut*; hleďme, aby se v dalším týdnu zmenšil, až konečně dospějeme na nulu. Mnohým duším pomáhá, oznamují-li výsledek zpovědníkovi, neboť se tím pořádně zahanbují, a donutí se konečně přece k tomu, aby vstávaly přesně.

Mnohdy jest také třeba polepšiti se vzhledem k době, *kdy chodíme spat*. Zvláště ve městech žijí teď lidé většinou převráceně: pozdě chodí spat a pozdě vstávají. Proto máme ve všední dny prázdné kostely, neboť i z těch lidí, kteří patří jinak k dobrým katolíkům, chodí poměrně nepatrná část denně na mši svatou. Za starých dob bývalo tomu jinak, a proto bylo též více spokojenosti a pravé radosti.

Proto si mají zbožné duše osvojití opačnou zásadu: *Brzo choditi spat a brzo vstávati!* Tak se lépe vyspí, nebudou tak snadno nervosní a

budou rozhodně zbožnější, neboť kdo záhy vstává, může si klidně a pořádně vykonati ranní modlitbu, dostane se snadno na mši svatou a k svatému přijímání a tak jde do své denní práce zcela jinak připraven než většina lidí za našich dnů. Zdravým lidem stačí 7 hodin spánku, slabším, churavým a dětem 8 hodin. Kdo spává déle a není churav, má se umrtvovati a odvykati zbytečnému spánku.

113. O LENIVOSTI V PRÁCI.

Jsou někteří lidé, kteří by se pořád modlili, stále do kostela chodili, ale do práce se neženou, nýbrž pracují jen *liknavě a povrchně*. Takoví poškozují pravou zbožnost a musejí se tedy snažiti, aby si navykli *pořádně pracovati*. Znenáhla se v tom vycvičí zvláštním zpytováním svědomí, které se koná podobně jako o nedbalosti v modlitbě.

Ráno učiníme předsevzetí: »Budu pořádně pracovati, aby z toho měl Pán Bůh radost.« — Večer se zpytujeme a poznačíme si známku. Na tento zápis naléhám. Někdy jest dobře, svěří-li se lenivé duše svému zpovědníku, jaké známky si celkem dávaly, aby se takto ještě více povzbudily k pracovitosti. Stupnice známek jest táž jako při nedbalosti v modlitbě.

114. O ZVĚDAVOSTI.

Zvědavých, všetečných lidí jest dosti i mezi zbožnými křesťany, a není-li ještě jiných příčin, aspoň zvědavost jest u nich značnou překážkou pro pokrok v duchovním životě. Kdo chce všechno viděti a slyšeti, nepřijde daleko ve ctnosti, a o spojení s Bohem není u takových duší ani řeči. Proto jest nutno, abychom zvědavost potírali bez milosti.

Konejme proti ní zvláštní zpytování svědomí! Ráno učiníme předsevzetí: *«Nebudu se o nic starati, ničeho si nebudu všimati, po čem mi nic není»*. Kdykoli se přistihneme, že jsme proti němu chybili, uložíme si malé pokání, pomodlíti se Zdrávas Maria co nejdříve, aby nám Panna Maria pomohla zvědavost překonati; a znovu si umíníme, že si nebudeme všimati ničeho, co se nás netýká, že budeme slepí, hluchí a němí pro vše, co nesouvisí s našimi povinnostmi, že chceme žíti *jen pro Boha a pro své povinnosti*. Večer si zapíšeme, kolikrát za den jsme takto překonávali zvědavost. Takové cvičení, konané vážně delší dobu, velice napomáhá k pokroku ve vnitřním životě, který se tím prohlubuje. Moderní svět jest povrchní, proto jest jeho nitro prázdné a pusté.

115. VNITŘNÍ MRTVENÍ.

Vnitřní mrtvení jest krásné cvičení zvláště pro postní dobu, kdy se máme káti a mrtvití. Při slově mrtvení myslí někteří hned na posty, na žíněné košile a důtky. To však není zde míněno slovem mrtvení, neboť takové kajícnosti by u mnohých duší živily jen domýšlivost a staly by se jim jakýmsi druhem sportu, kterým by v přemrštěnosti snadno uškodili i svému zdraví.

Nepohrdáme vnějšími projevy kajícnosti, ale těžiště tkví přece jen v kajícnosti *vnitřní*. Vnitřním mrtvením rozumíme to, čeho nám třeba, abychom se odpoutávali a odpoutali ode všeho, co není Bůh, i od sebe samých, od svých přání, zálib, chutí a úsudků, až konečně ne-
lpíme na nikom a na ničem, leč na Bohu; v tom jest dokonalost.

Jak se vycvičíme ve vnitřním mrtvení?

Ráno učiníme předsevzetí: *Kdekoli a kdykoli mezi dnem se mi naskytne příležitost, abych si odepřel něco, co mám rád a co by mi bylo po chuti, učiním tak z úcty a lásky k Pánu Ježíši.* Všimněme si opět, že tu nejde o posty nebo tělesné přísnosti, nýbrž hlavně o ukáznění rozmarů, svéhlavosti, náladovo-

sti a nezřízených náklonností nebo odporu;
na př.:

nemáme chuti do některé práce: právě do
ní se dejme horlivě z lásky k Pánu Ježíši;
potkáme někoho, kdo nám není milý: pěkně
se na něho podívejme!

přinesou nám dopis nebo noviny: dokonče-
me nejprve práci, teprve za chvíli se dejme do
čtení;

máme žízeň: napijme se, ale ne hned;

vykládá se něco zajímavého: ovládněme
svou zvědavost a pracujme dále!

jsme ve špatné, mrzuté náladě: přemáhej-
me se, aby toho na nás nikdo nepoznal;

urazil nás někdo tvrdým slovem: jednejme
s ním, jakoby se nic nebylo stalo!

upozorní nás někdo na naši chybu: neomlou-
vejme se!

na ulici se něco děje: nevšímejme si toho a
konejme svou práci nebo jděme za svým po-
voláním;

máme mnoho práce, a stále nás vytrhují
nebo nám ještě přidávají: zachovejme klid
a nenaříkejme!

Hle, kolik příležitostí, abychom se mrtvíli!
Lidé neukáznění toho nedbají, nýbrž povolují

svým náklonnostem, a tak zůstávají stále v počátcích duchovního života. Horlivé duše však používají nenuceně takových příležitostí k sebezáporu a k mrtvení, prospívajíce tím v duchovním životě; jdou od ctnosti ke ctnosti, až se dostanou k Bohu. Nebojme se a zkusme to také docela *nenuceně, ale velkomyslně a vytrvale!* Jest to vše pro Boha, pro něhož nám nemá býti žádná oběť těžká.

Připomínám opět překrásný výrok svatého Jana z Kříže: *»Boha milovati jest snaha, zbavití se pro Boha všeho, co není Bůh!«* A k tomu ještě výrok svatého Ignáce z Loyoly: *»Každý ať si pomyslí, že tou měrou prospěje ve všech věcech duchovních, kterou zanechá své sebelásky, svého vlastního chtění a svého vlastního zájmu, prospěchu nebo pohodlí«.*

Aby se nám v tomto zpytování dařilo, jest dobře, aspoň poněkud večer *spočítati a zaznamenati*, kolikrát za den jsme se v něčem pořádně umrtvili. Bez kontroly naše snaha dlouho nevytrvá a sotva bude mítí výsledek. Tento druh zpytování svědomí provedou jen horlivé duše, vlažné se do něho nedají, a kdyby snad začaly, nevytrvají při něm dlouho. Zlému duchu se toto zpytování svědomí velmi protiví,

protože ví, že vede ke spojení s Bohem; hledí tedy duše všemožně od něho odvracetí.

116. NAVAZOVÁNÍ STYKŮ S BOHEM.

Navazování styků s Bohem jest velmi užitečná látka pro zvláštní zpytování svědomí a hodí se pro duše, které nevědí, o čem by konaly zvláštní zpytování. Mají sice některé chyby a nedostatky, ale buď do nich neupadají často, nebo jsou to chyby tak jemné a spletité, že jich nelze dobře zachytiti určitým cvičením zvláštního zpytování svědomí.

Navazování styků s Bohem cvičí se takto: Ráno učiníme předsevzetí, že *mezi dnem občas něco řekneme Pánu Bohu nebo Kristu Pánu, co máme právě na srdci*, nenuceně, bez velikých řečí, aniž se vážeme na určitá slova neb odpustkové modlitby, více srdcem než ústy, dle potřeby okamžiku neb okolností. Projevíme Mu oddanost nebo důvěru ve starostech, něco Mu doporučíme, ujistíme Ho, že nechceme nic než Jeho samého; je-li nám něco těžké, řekneme Mu, že to chceme nésti nebo konati z lásky k Němu; je-li nám někdo protivný, požádáme Pána, aby mu požehnal; utrpením se spojujeme s Jeho nejsvětější vůlí.

Tak soustřeďujeme ustavičně svou mysl v Bohu, říkájce si na příklad: *»Chci jen Pána Boha! Ježíš mi dostačí! Jen Bůh a moje povinnosti, nic jiného!«*

Večer při zpytování jest nutno, abychom si určili a zapsali známku dle toho, jak se nám spojování s Bohem dařilo; s počátku stačí stupnice 1, 2, 3. Když jsme Pánu Bohu mezi dnem *dosti* řekli, dáme si 1, když *málo*, 2, když jsme na to *zapomněli*, 3. Později mohou býti známky podrobnější: velmi dobře 1, dobře 2, dostatečně 3, nedostatečně 4. Dávati si známky se jediné osvědčuje; čítati, kolikrát za den jsme se spojili s Bohem, zdá se mi býti velmi obtížné, a proto by sotva vedlo k cíli.

Tak se znenáhla naučíme konati nenuceně vnitřní modlitbu při každé vhodné příležitosti, budeme pracovati s čistým úmyslem, žiti v přítomnosti Boží, nalezneme v Bohu odpočinek a naše duše v něm znenáhla zakotví; jest však nutno v tomto zpytování vytrvati delší dobu. Tato látka zůstává vždy praktickou a mocně pomáhá, aby se náš duchovní život prohloubil.

117. ŽEHNANÍ.

Pro lidi, kteří mají celkem nitro již v pořádku, hodí se také velmi dobře toto cvičení

v lásce k bližnímu: *Kdykoli proti někomu něco máte, v duchu mu žehnejte*. Stačí kratičkový povzdech: *»Pane Bože, žehnej mu (nebo ji)!«* — *»Smiluj se nad ním«*. — *»Do tvého Srdce, Ježíši, ho (nebo ji) uzavírám«* a podobné. Stačí i pomodlit se v srdci za bližního *»Ave Maria«*.

Toto žehnání osob, proti kterým v nitru našem povstává nevole, zlost, závist, reptání, podezírání, odpor, pohrdání, ba i mstivé a vzdorné smýšlení, působí, že těmto pokušením proti lásce nepodléháme, že je takřka zažehnáváme, a že na jejich místě vzbuzujeme v nitru blahovůli vůči bližnímu — smýšlení, jaké vůči nám všem chová Bůh. A nejde-li to někdy ještě snadno ze srdce, je to přece už projev dobré vůle a protest proti hnutím, která se nesrovnávají se zákonem křesťanské lásky. Tak se snadno uchráníme mnohých poklesků proti lásce a znenáhla se v nás ustálí pravé křesťanské smýšlení. Nevoli a pohrdání pro poklesky jiných lidí začneme měnit v soustrast s bídou lidskou.

Toto cvičení můžeme časem rozšířit i na bližního, který je nám celkem *lhostejný*. Pánu Bohu lhostejný není! Žehnáme v duchu

kolemjdoucí po ulici, kolegy a kolegyně nebo v dílně, spolucestující, přítomné v místnostech, do kterých vstupujeme atd. Jak božské je toto smýšlení, které toto žehnání v nitru našem probouzí!

Duším, které někdy nemají, co by v nitru zvláště pořádaly, lze se cvičiti střídavě v lásce k Bohu *navazováním styků s Ním* a v lásce k bližnímu *žehnáním*. Cvičíme se sice stále v obojím podle příležitosti, ale nějakou dobu věnujme zvláštní pozornost věci první, potom zase nějakou dobu věci druhé. Mezi těmito dvěma póly pohybuje se náš duchovní život a dozrává k dokonalosti.

DOSLOV.

PRACOVNÍ PROGRAM A KLASIFIKACE DUŠÍ.

Končíme. Mnoho pokynů a poznámek bylo vám sděleno. Nutno ke konci, abychom si ještě jednou vytkli a uvědomili cíl a úkol duchovního života. Musíme přece vědět, kam to všechno směřuje, co chceme dosíci častým zpovídáním a přijímáním, ústní a vnitřní modlitbou, zpytováním a sebezapíráním?

1. Naším úkolem je *uspokojiti Pána Boha*. Jsme zde *pro Boha*, aby *Jemu* bylo vyhověno, aby *On* něco měl z našeho života. To máme konati, co *Jemu* se líbí. Tak máme jednati, jak *On* si to přeje. Jest naším Stvořitelem a svrchovaným Pánem. Jest naším Vykupitelem, svou předrahou krví si nás získal. Jest naším Posvětitелеm, neustále působí na nás svou milostí, aby nás získal a k Sobě přivinul. Jsme jeho. Má nezadatelná práva na nás.

2. My však bohužel hledáme obyčejně *své vlastní* uspokojení, vyhledáváme *sebe*, děláme, co *nám* se líbí, hovíme *svým vlastním* náklonnostem, choutkám a přáním. Všechn nepořádek v duchovním životě pochází odtud, že sebe stavíme na místo přední, Pána Boha však často až na místo druhé, anebo aspoň že nejedeme přímo za Bohem, že vedle Boha hledáme také sebe, svůj prospěch a svoje vlastní uspokojení.

3. Naším úkolem v duchovním životě má býti *náprava tohoto převráceného člověka*. Máme se přeměnit a přepracovat v lidi, *kteří jdou přímo za Bohem*, hledají ve všem Boha, mají Ho všude na prvním místě, hledí Mu vyhověti ve všem, *bez ohledu* na to, zda jim

to vyhovuje nebo ne, zda jim je to po chuti nebo ne, zda je to těší, anebo netěší. *My jsme něco vedlejšího*, něco, co lze přehlédnouti. Pán Bůh zasluhuje všechnu pozornost, Jemu musí býti vyhověno bez ohledu na nás, stůj co stůj!

Toto je dokonalost. Kdo tak smýšlí a jedná, je člověk dokonalý. Najde Boha a v něm svoje pravé uspokojení; je šťasten v Bohu.

4. K tomuto cíli duchovního života *nedostaneme se však najednou*. Jen znenáhla, krok za krokem získává duše takové ušlechtilé smýšlení. Pravá ctnost a dokonalost neroste jako slunečnice; roste jako dub. *Jen vytrvalou, houževnatou, soustavnou prací* prospíváme v duchovním životě za neustálého vlivu milosti boží.

Podrobnosti této práce byly naznačeny *v různých způsobech zvláštního zpytování svědomí*. Tam nutno nasaditi veškeré úsilí!

5. Dle toho, jak duše dovede nebo nedovede postavití do popředí zájmy boží a nestátí o své uspokojení, rozeznáváme různé stupně duchovního života:

Duše bezbožné nedbají vůbec na Pána Boha

a hledají ve všem jen sebe. Těch je teď mnoho na světě, zvláště u nás.

Duše pouze věřici chtěly by vyhověti také Pánu Bohu, avšak jen by *chtěly*; ve skutečnosti hledají skorem jen sebe, proto přichází u nich Pán Bůh obyčejně zkrátka.

Duše dobré chtějí vyhovět Pánu Bohu, a však vedle něho také sobě; proto bývá u nich dosti všedních hříchů a poklesků.

Duše zbožné hledí především uspokojit Pána Boha. Na druhém místě hledají však také sebe, někdy dosti hlučně; proto je u nich mnoho nedokonalostí a nedůstojností. Není divu!

Duše horlivé tak se již mrtvením svých náklonností a choutek zpracovaly, že v celém svém jednání hledají *téměř jedině Pána Boha*. Osobní jejich zájmy jsou již hodně v pozadí, ztrácejí se téměř docela.

Duše dokonalé dovedly s pomocí boží ve svém počínání zapomenout docela na sebe a hledí skutkem i smýšlením *vyhovět jedině Pánu Bohu*. Pomíjejí úplně vlastní prospěch, pokud to lidská přirozenost připouští.

6. Teď vidíte, *oč jde a kam se směřuje* v duchovním životě. Snad také poznáte, v jakém stavu se vaše duše ocitá? Čtenáři a čtenářky této

knihy by měly patřiti aspoň mezi duše *zbožné*. Jejich prací je dostati se znenáhla pomocí duchovních cvičení na stupeň duší *horlivých* a pak hlubokým opravdovým duchovním životem, zvláště vnitřní modlitbou a důsledným sebezapíráním znenáhla do počtu duší dokonalých. Z toho stupně vede někdy Pán Bůh duše k hrdinské ctnosti a svatosti, když se mu to zalíbí. To však se již vymyká z naší moci.

Konec toho všeho je: *Začněte se pilně zapírat a přemáhat*, abyste nezůstali pozadu, abyste pokročili v duchovním životě, přiblížili se k dokonalosti, dostali se k Pánu Bohu.

A. M. D. G.

Abecední ukazatel věcný.

(Číslice udávají stránky; tučněji tištěné označují obšírnější pojednání.)

Abstinence 51; viz **půst**. - **Afekty v modlitbě** 141, 150. - **Almužna** 73. - **Sv. Alois** 15. - **Apoštolát** 80, 82, 130, 169.

Benedikt XV. - **Bezbožní** 189. - **Biografie a pod. zábavy** 155; viz **film**. - **Blaho věčné** 72. - **Bludné svědomí** 11. - **Boháč** 73; viz **kapitalisté**. - **Bohu zasvěcený** 174. - **Bohu chvála** 171. - **Bohoslovci** 86. - **Boj proti nečistotě** 57, proti **pochybnostem ve víře** 20, proti **roztržitosti** 13, proti **závislosti** 47, v **neútěše** 145. - **Boží jméno** 165, **pomoc** 58. - **Breviář** 17. - **Bůh** 15, 81, 152, 182, 184, 187.

Cestující 62. - **Cíl duchovního života** 7, 124, 187. **Církev** 42, 43, 53. - **Církevní příkázání** 37. - **Cíty** 167, při **sv. přijímání** 122. - **Civilní sňatky** 61. - **Ctnost** 17, 20, 53, 88, 148, 160, 162, 171. - **Cudnost** 54, 62, 66, 117. - **Cvičení duchovní** 192.

Časné tresty 82. - **Častá zpověď** 86, 123. - **Časté přijímání** 7, 121. - **Čest** 68, 164. - **Četba duchovní** 135, **novin** 27, **románů** 155, 173, **výběr** 7, 23, 40, 143, **četba a rozjímání** 24, 134. - **Čistota** 54.

Děkovati Bohu 131. - **Dělnictvo** 70, 71, 117. - **Dítky** 41, 43, 45, 60. - **Divadlo** 67, 155. - **Dluhy** 62, 79. - **Dokonalost** 17, 48, 189. - **Domácnost** 63. - **Dopisy** 76. - **Doteky** 55. - **Duchařství** 25, viz **Spiritismus**. - **Duch Svatý** 78. - **Duchovenstvo** 72. - **Duchovní vedení** 6, 88, **život duchovní** 5, 7, 188, a **přijímání** 109, **program** 187, **prostředky** 7, 24, 83.

Erotické náklonnosti 172, jich ovládání 173. - Eucharistie viz Přijímání. - Evangelium 137. - Exer-
cicie 83, kursy 85.

Film 68. - Fixní představy 32, viz utkvělé my-
šlenky.

Hněv 31, 45, 166, viz zlost. - Hodinky církevní
16. - Horlivost 86, 184, 191. - Hrdinská ctnost 192.
Hříchy 8, rozeznávání 9, podmínky 10, těžký 11,
25, následky 80, těžký a přijímání 28, 30, nejistý
hřích 30, všední 5, 25, a přijímání 107, zpověď všed-
ních hříchů 29. - Hříchy hlavní 77, do nebe vola-
jící 79, proti Duchu Svatému 78, zapomenuté 97. -
Hříšníci veřejní 42, 62.

Charita katol. 74. - Choroba duchovní 32. - Chu-
dí 100, 101. - Chudoba řeholní 71. - Churaví a po-
sty 52. - Churaví a sv. přijímání 115. - Chvála Boha
131. - Chyby a zvláštní zpytování svědomí 160. -
Chyby bližního 68. - Chyby zbožných duší 156, 158.

Jídlo 50. - Jméno Boží 31, 165.

Kajicník, chování ke zpovědníkovi 90. - Kancio-
nál 129. - Kapitalisté 71, 79. - Kartárky 25. - Ká-
zání 40. - Klasifikace duší 188. - Klení 31. - Klíčící
život 61. - Klid v pokušení 59. - Kněz 20, 24, viz
zpovědník. - Knihy viz četba, kancionál. - Komu-
nismus 70. - Kosmetické prostředky 62. - Koupání
65. - Krádež 69. - Kremace mrtvol 45, 46. - Kristus
137, 168. - Křivdy 69. - Kříže a sv. přijímání 113.

Lačnost před sv. přijímáním 114. - Láska k bliž-
nímu 48, 68, 70, 79. - Láska k Bohu 7, 80, 152, 158,
174, 184. - Lázně sluneční 66. - Lehkomyšlnost 56.
Lenivost v modlitbě 18, v práci 179, při vstávání

177. - Lev XIII. 71. - Lež 76. - Lhostejnost u víře 27. - Liberální noviny 27. - Lid katolický 42. - Lichva 79. - Liknavost 56, 58. - Literatura duchovní 135. - Lítost 81, 82, 97, 104. - Liturgie 129, 132.

Manželství 60, jeho zneužívání 61, 99. - Majetek 68, 70, 72. - Maria Panna 17, 57, 132, 181. - Markéta sv. z Kortony 99. - Marnivost 171. - Masité pokrmy 51. - Medium 26, viz Spiritismus. - Melancholie 176. - Milost pomáhající 103, 107, 189. - Milost posvěcující 80, 86, 98, 103, 107, 140. - Mírnost 46. - Misie 75. - Mládež, viz Dítka. - Mlčelivost 75, 90. - Moda 28. - Moderní púšť 53, tance 66, úbor 62, 65. - Modlitba 7, 123, 184, k ní nechut 18, nedbalost 17, 177, povinná 17, zapomenutá 17, děkovná 131, uctívá 20, 126, neopakovat 15, 126, mystická 151, ústní 16, 125, 133, vnitřní 124, 139, pokyny k ní 153, cíl její 152; zkracování 17, 19, roztržitost 13, 143, viz rozjímání. - Modlitební kniha 128, m. kn. P. Marie 131. - Mortifikace viz přemáhati se. - Mravnost 54, 57, 65. - Mravouka 65, 72, 74. - Mrtvení 53, 156, vnitřní 181. - Mše svatá 37, závazná 37, a sv. přijímání 105. - Myšlenky hříšné 11, o pohlavních věcech 55, 57, proti víře 20, utkvělé 32, ukázněné 58.

Náboženské vzdělání 22, 23, 99. - Náboženství 42, 43. - Na cti utrhaní 47, 68. - Náklonnosti 6, 8, 188, erotické 172. - Náhody 46, 176. - Námitky proti víře 20, 24. - Náprava 187. - Národ 54, 66. - Násilí 70. - Následování Krista 138. - Návštěvy 59. - Nazírání 151. - Nebe 71. - Nebezpečí života 82. - Necudnost 64. - Nečistota 54. - Neděle 37, 51, práce v neděli 40. - Nedokonalost 188. - Nedůvěřivost 23.

Nechuť k modlitbě 18. - Nejsvětější Svátost viz Příjímání. - Neklid 13. - Nelaskavost 166. - Nemocní a sv. přijímání 115. - Nemravnost 62, 65, 66. - Nenávisť 47, 48. - Nepořádek v duchovním životě 187. - Neposlušnost 43. - Nepřátelství 49. - Nepřátelé církve 45. - Nestřídmost 50. - Netrpělivost 46, 166, její ovládání 167. - Neuctivost k rodičům 44. - Neútěcha 144, její příčiny 147, účely 148. roztržitost 148. - Nevědomost 9, v náboženství 20. - Nevěra 26. - Nevzdělanost 38. - Nezištnost 158. - Noviny 26. - Nutiti do povolání 44.

Oběť viz Mše sv., Přemáhati se. - Oděv 62, viz strojení, oděv a sv. přijímání 116. - Odpor proti bližnímu 48, 172. - Odporovati pokušení 11, roztržitostem 13. - Odpouštěti 49. - Odpustky 98, 123. Omrzelost 19. - Opakování modlitby 15. - Opatrnost 24, 55. - Opítí se 50. - Opuštěnost 20. - Osmé přikázání 68. - Ospalé svědomí 54. - Otročtví 64. Ovládati se viz Přemáhati se.

Paráditi se 63. - Pařížské salony 63. - Píseň 129, viz kancionály. - Písmo sv. 137. - Pítí 50. - Pius X. 105, 110, 113. - Pius XI. 70. - Pobožnost odpolední 40. - Počasí duchovní 144. - Pohlavní život 54. - Pohledy 55, 58. - Pohoršení 41, 63, 119. - Pochybnosti ve víře 20, o hříchu 30, o zpovědi 96. - Pokání zpovědní 17, 97. - Poklesky viz Hřích. - Pokora 28, 49. - Pokrm 51. - Pokrok duchovní 149. - Pokušení proti víře 22, 32, proti čistotě 57, pokušení a sv. přijímání 112, 113. - Pomluva 12, 47, 69, 164. - Pomůcky vnitřní modlitby 143. - Poraditi se 95. - Pořádek v duši 6, 7. - Poučovati se 23. - Pověra 25. - Povinnost 17, 18, 71, 72, p. volební 42.

- Povolání 44. - Povrchnost 19, 182. - Pozornost v modlitbě 13, 19. - Požehnání 40. - Práce 179, v neděli 40. Pracující těžce a půst 51. - Program duchovního života 187. - Prosebná modlitba 131, 140. - Prostředky duch. života 7. - Průsvitný oděv 64. - Předsevzeti 34. - Představený 43. - Představy 55. - Přemáhati se 145, 156. - Přetvářka 99. - Přijímání svaté 104, 105, denní 7, 121, nemocných 115, nehodné 30, podmínky 109, příprava 117, díkůčinnění 118, účinky 106, lačnost 114, oděv 116, - Příležitost ke hříchu blízká 59. - Půst 51, újmy 52, moderní 53. - Pýcha duchovní 156. -

Rada evangelická 70. - Reformy sociální 71. - Reptání 31. - Rodičové 41. - Rodina 60. - Romány viz Četba. - Rouhání 32. - Rozeznávání hříchů 9. - Rozjímání 133, 137, 149, viz Modlitba. - Rozmar viz Nálady. - Rozmlouvání s Bohem 142. - Roztržitost 12, 16, při mši sv. 39, při sv. přijímání 111. - Rozvod 175. - Růženec 16.

Řehole 70. - Řeholníci 86.

Sádlo 51. - Samoláska 46, 171, 188. - Sebranost myslí 15, 139. - Sedmé přikázání 68. - Sedmero hlavních hříchů 77. - Sliby 34. - Slušnost 62, 66. - Smír 167. - Smutek 176. - Sňatek církevní 61, civilní 61, rozloučení 62. - Sociální otázka 70. - Solidarismus 70. - Souhlas s hříchem 10. - Spalování mrtvol 45. - Spánek 177. - Spiritismus 25. - Spojení s Bohem 184. - Společnost lidská 71. - Spoléhání na milosrdenství Boží 79. - Spravedlnost 79. - Srdce Páně 135, 172. - Stálost 146. - Statky pozemské 70, 72. - Stav kněžský 44. - Stav manželský 60, 62. - Strojění se 62. - Stupně duch. života 189.

- Svátek 38. - Svatokrádež 28. - Svátost oltářní viz Příjímání. - Svátost pokání viz Zpověď. - Svátost stavu manželského 61. - Svědomí 9, 80, 98, ospalé 54, viz zpytování, jasné svědomí 9.

Šesté přikázání 54, 57. - Škola 41. - Štědrý den 25. -

Tajemství 75, víry 22. - Tanec 66. - Terezie sv. 15. - Tisk 26. - Tomáš Kempenský 138. - Tresty věčné 80. - Trpělivost 155, 166, viz Přemáhati se. - Třídní boj 70. -

Úbor 62. - Uctivost v modlitbě 20, 126. - Újma 51. - Ukázněnost 58. - Umírající 83. - Úmysl 55, při sv. přijímání 110. - Únava 17. - Ústní modlitba viz Modlitba. - Útěcha 19, 144. - Utkvělé myšlenky 32. Úzkostlivost 12, 56, 93.

Vedení duší 88. - Věčnost 57, 71. - Věda 23. - Věštkyňe 25. - Víra 23. - Vlažnost 18. - Volba povolání 41. - Volební povinnost 42. - Všetečnost 181. - Výchova 41. - Vytrvalost 19. - Vzдорovitost 44.

Zábavy 68. - Zámka 77, viz lež. - Zásady sociální 71. - Záviť 47, 172. - Zlost 46, 166. - Známosti 58. - Zpěv 129. - Zpověď 86, častá 123, týdenní 86, měsíční 87, svatokrádežná 29, neplatná 29, příprava k ní 92, účinky 102. - Zpovědník 88, stálý 88, změna 91. - Zpytování svědomí 98, zvláštní 160, o čem se koná 162. - Zrcadlo zpovědní z Kortony 99. - Zvědavost 180.

Žalmy 16. - Žaltář 132. - Žárlivost 47, 48, 172. - Žehnání 185. - Život duchovní 57. - Životy svatých 136.

OBSAH:

	Strana
ÚVOD	3
1. Kdo pěstuje duchovní život?	5
2. Hlavní prostředky duchovního života	7
ROZEZNAVÁNÍ HŘÍCHŮ	
3. Buď jasno ve tvém svědomí!	9
4. Kterak vzniká těžký hřích?	10
5. Roztržitosti při modlitbě	12
6. Zkracování a vynechávání modliteb	17
7. Nechuť k modlitbě	18
8. Pochybnosti u víře	20
9. Jak se upevníme a zdokonalíme u víře ..	23
10. Pověry	25
11. Spiritismus	25
12. Noviny	26
13. Svatokrádeže	28
14. Zneužívání jméno božího	31
15. Klení	31
16. Reptání proti Bohu	31
17. Utkvělé myšlenky	32
18. O slibech	34
19. Mše svatá v neděli a ve svátek	37
20. Služební práce v neděli a ve svátek	40
21. O výchově dítek	41
22. O volební povinnosti	42

23. Neposlušnost a vzdor	43
24. Spalování mrtvol	45
25. Zlost a netrpělivost	45
26. Závist a žárlivost	47
27. Odpor, nenávisť a nepřátelství	48
28. Nestřídmost	50
29. Posty	51
30. Moderní půst	53
31. Poznámky k 6. a 9. přikázání	54
32. Další poznámky k 6. a 9. přikázání	57
33. Blízká příležitost ke hříchu	59
34. Pravidla pro život manželský	60
35. Civilní sňatky	61
36. Strojení	62
37. Koupání	65
38. Tanec	66
39. Divadlo, film a romány	68
40. Pravidlo o 7. a 8. přikázání	68
41. Komunismus	70
42. Zásady pro sociální reformy	71
43. Almužna	73
44. Tajemství	75
45. Lež	76
46. Sedmero hlavních hříchů	77
47. Hříchy proti Duchu Svatému	78
48. Hříchy do nebe volající	79

DOKONALÁ LÍTOST

49. Následky těžkého hříchu	80
50. Správný pojem	81
51. Praktické pokyny	82
52. Exercicie	83

ZPOVĚĎ

Strana

53. Jak často se mají zbožní lidé zpovídati? ..	86
54. Zpovědník	88
55. Jak se chová duše ke svému zpovědníkovi?	90
56. Několik pokynů, abychom se prakticky zpovíдали	91
57. Několik dalších pokynů, abychom se prakticky zpovíдали	95
58. »Cezení komárů«	98
59. Zpovědní zrcadlo z Kortony	99
60. Co se děje při svaté zpovědi?	102

SVATÉ PŘIJÍMÁNÍ

61. Nesprávné pojmy o svatém přijímání	104
62. Správný pojem o svatém přijímání	105
63. Poměr svatého přijímání ke mši svaté	105
64. Účinky svatého přijímání	106
65. Kdy má svaté přijímání tyto účinky?	109
66. Podmínky svatého přijímání	109
67. Pravý úmysl při svatém přijímání	110
68. Poučný příklad	113
69. Lačnost před svatým přijímáním	114
70. Slušný oděv	116
71. Jak dlouho se máme připravovati na sv. přijímání a jak dlouho děkovati?	117
72. Jak se máme připravovati na svaté přijímání a jak po něm děkovati?	118
73. Pohoršení	119
74. Jak často máme přijímati Tělo Páně?	121
75. Máme někdy vynechat svaté přijímání, aby nám nezevšednělo?	122
76. Jak často se máme zpovídati při častém svatém přijímání?	122

MODLITBA

Strana

77. Nesprávné názory o modlitbě	123
78. Ústní a vnitřní modlitba	124
79. Několik zásad pro ústní modlitbu	125
80. Jak používat modlitebních knih?	128
81. Kancionály	129
82. Díkůvzdání a chvála	131
83. Modlitební kniha Panny Marie	132
84. Dvojí cesta k vnitřní modlitbě	133
85. Postup v duchovní četbě	135
86. Jak prohloubíme vnitřní modlitbu?	139
87. Povšechná poznámka	143
88. Útěcha a neútěcha	144
89. Jak si máme počínati v době útěchy?	145
90. Kterak máme jednat v době neútěchy? ..	145
91. Proč na nás Bůh dopouští neútěchu?	147
92. Roztržitosti	148
93. Vývoj vnitřní modlitby	149
94. Cíl vnitřní modlitby	152
95. Poslední pokyny pro vnitřní modlitbu	153

ZVLÁŠTNÍ ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ

96. Proč mnoho zbožných duší tak málo pro- spívá?	155
97. Chyby zbožných duší	156
98. Co jest kořenem těchto chyb?	158
99. Jak to provedeme?	159
100. Idea zvláštního zpytování svědomí	160
101. O čem se koná zvláštní zpytování svě- domí?	162
102. O čem se nekoná zvláštní zpytování?	162
103. O pomluvě	164
104. O zneužívání jména božího	165

	Strana
105. O nelaskavých slovech a projevech netrpělivosti a zlosti	166
106. Jak ovládneme v nitru netrpělivost a citlivost	167
107. O marnivých a samolibých myšlenkách ..	171
108. O myšlenkách závistivých, žárlivých a odporu	172
109. Ovládání erotických náklonností	172
110. Melancholie a náladovost	176
111. O nedbalosti v modlitbě	177
112. O lenivosti při vstávání	177
113. O lenivosti v práci	179
114. O zvědavosti	180
115. Vnitřní mrtvení	181
116. Navazování styků s Bohem	184
117. Žehnání	185

DOSLOV

Pracovní program a klasifikace duší	187
Rejstřík	193

Důležité knihy,

které lze objednat i a dostati

v Dědictví sv. Jana Nepomuckého v Praze IV.,
čp. 58.

Bible česká, veliké vydání ve 4 svazcích. Cena
brož. 262 Kč, vázané 370 Kč.

Písmo sv. Nového zákona, veliké vydání, poznám-
kové, v jednom svazku vázané, cena 90 Kč.

Písmo sv. Nového zákona, malé vydání, kapesní,
ve 2 svazcích vázané, cena 22 Kč. Totéž vydání
svázané v 1 svazku, cena 20 Kč.

Totéž vydání na biblovém papíře, vázané v ků-
ži v jednom svazku, cena 40 Kč.

Misál římský latínsko-český. Vázaný s červenou
ořízkou 70 Kč, v kůži vázaný se zlatou ořízkou
90 Kč.

Čtvero knih o následování Krista od Tomáše Kem-
penského. S obrázky a modlitbami. Cena brož.
14 Kč, vázané v plátně 28 Kč, v kůži 47 Kč.

Život podle B. Srdce Páně. Napsal P. Jos. Jaroš
T. J. S obrázky. Cena brož. 20 Kč, váz. v plátně
30 Kč.

Útěcha duše. Modlitby, upravené Dr. Janem Sed-
lákem. Vázané v plátně 8 Kč.

Modlitby za zemřelé. Sestavil Dr. Jan Hejčl. Cena
5 Kč.

Svatý Václav. Jeho život a úcta. Napsal Dr. Frant.
Stejskal. Cena 25 Kč.

Svatý Jan Nep. Napsal dr. Stejskal. 2 díly. Cena
obou dílů 25 Kč.

Svatá Lidmila. Napsal dr. Stejskal. Cena 7 Kč.

Obrázky sv. patronů českých. Sv. Václav. - Sv.
Lidmila. - Sv. Vojtěch. - Sv. Prokop. - Sv. Jan
Nepom. - Ctih. Milada. Cena každého obrázku
25 hal., 50 obrázků za 10 Kč, 100 kusů za 17 Kč.

Dědictví sv. Jana Nepom. v Praze

jest ústav pro vydávání českých knih. Má členy I. II. a III. třídy. Člen III. třídy platí vklad 80 Kč jednou pro vždy a dostane odběrný list členský, na který si vybírá každý rok knihy, určené za podíl členů.

Členové stavu kněžského obětují mši sv. za živé a mrtvé členy »Dědictví« každoročně v oktávu svátku sv. Jana Nep.

Členem Dědictví může býti také spolek, škola, obec, rod a jiné osoby tak zv. právnické, platí však vklad 170 Kč.

Příhlášky nových členů přijímá a celý ústav spravuje

**Ředitelství Dědictví sv. Jana Nep. v Praze IV.,
čp. 58.**