Večer jako čas bilancování

DUCHOVNÍ POVÍDÁNÍ

Úvod:

Dnes probereme téma velmi tiché - večerní bilancování. Prostě si budeme povídat o našem večeru. O době, kterou jednoduše považujeme za konec dne. Za chvíli, kdy se vracíme domů, dokončujeme poslední povinnosti a těšíme se na odpočinek.

Jenže večer může být mnohem víc. Může být okamžikem zastavení. Chvílí, kdy se ohlédneme za celým dnem. Podíváme se, co jsme prožili, co se podařilo, co nás potěšilo, ale také na to, co nás trápilo nebo zůstalo nedokončené.

A právě o tomto večerním zastavení si dnes budeme vyprávět.

Povídání:

Každý den je malý příběh. Od rána do večera prožíváme desítky různých situací. Setkáváme se, řešíme, radujeme se, někdy se rozčilujeme, jindy pochybujeme. Mnoho věcí se během dne odehraje tak rychle, že je ani nestihneme pořádně vnímat.

A pak přijde večer. Čas, kdy se den pomalu uzavírá.

Dříve býval večer přirozeným okamžikem zklidnění. Lidé dokončili práci, rodina se sešla doma a s přicházející tmou se tempo života zpomalovalo. Dnešní svět je jiný. Světla svítí dlouho do noci, obrazovky nás provázejí až do usnutí a často máme pocit, že bychom ještě měli něco stihnout. Jako bychom neuměli přestat.

Jenže lidská duše potřebuje něco jiného. Potřebuje chvíli, kdy nemusí podávat výkon, nemusí nic dokazovat ani dohánět. Potřebuje ten den prostě uzavřít.

A večerní čas nabízí tu vzácnou příležitost ohlédnout se. Ne proto, abychom se soudili nebo si vyčítali chyby. Ale abychom si uvědomili, co všechno jsme během dne prožili. A pak zjistíme, že se stalo něco hezkého, něco zvláštního a zajímavého, co jsme skoro přehlédli.

Vzpomeneme si na člověka, který nám pomohl. Na krátký rozhovor, který nás potěšil. Nebo na okamžik, kdy jsme pocítili radost, klid nebo blízkost. A právě tady se v nás rodí pocit vděčnosti. Vděčnosti za ty obyčejné věci, které tvořily náš den.

>>>

CHARITAS DUCHOVNÍ CENTRUM VRANOV

DUCHOVNÍ POVÍDÁNÍ

Ale určitě nás napadne i to, že se dnes něco nepovedlo. Něco jsme mohli říct lépe, někde jsme udělali hloupou chybu, byli jsme netrpěliví nebo prostě jen unavení. A jsme z toho nešťastní.

Nosit v sobě tuto bolest však nemá smysl.

Večer nám dává obrovskou možnost přijmout vlastní lidskost. Odpustit sobě i druhým a přiznat si chyby. Večer je tedy také časem smíření.

A nakonec přichází ještě jeden důležitý rozměr.

Odevzdání.

Ne všechno dokážeme vyřešit za jeden den. Ne všechny starosti zmizí do večera. Některé otázky zůstanou otevřené, některé problémy si poneseme i do dalších dnů. Přesto je důležité je na chvíli odložit. Říct si: dnes jsem udělal, co bylo v mých silách. Zbytek nechám na zítřek.

A právě tehdy může přijít pokoj. Pokoj, který nevychází z toho, že všechno je dokonalé. Ale z toho, že jsme schopni svůj den přijmout takový, jaký skutečně byl.

Se vším dobrým i se vším nedokonalým.

Závěrem:

Tak. Večer tedy není jen konec dne. Je to darovaný prostor pro zastavení, vděčnost a smíření.

Zkuste si dnes, vážení posluchači, před usnutím dopřát několik minut ticha.

A položte si tři jednoduché otázky:

Za co jsem dnes vděčný?

S čím se potřebuji smířit?

A co mohu s důvěrou odevzdat zítřku?

Pak zjistíte, že den nemusí končit únavou, ani spěchem. Může končit klidem a pokojem.

A právě pokojem v duši začíná skutečný odpočinek.

autor: Mgr. Miroslav Lindovský

<<<

CHARITAS DUCHOVNÍ CENTRUM VRANOV