

Molitev ali vaditi se v umiranju

Ali vas morda nadlegujejo, da se ne ukvarjate dovolj s športom? Vam kdo od bližnjih govori, da se ne posvečate redno fizični dejavnosti? Nisem proti telovadbi. Vendar bi z vami naivno razdelil dve vprašanji. Katera vadba nas pomaga ohranjati v najbolj živi formi? In kako nas lahko pripravi na preizkušnjo, ki je hujša od vseh olimpijskih iger skupaj? Ne na dekatlon, ampak na **»teatlon«**. **Katera vadba nas lahko pripravi na dobro smrt (s tem pa tudi na dobro življenje)?**

Dobro smo videti, če imamo krepko telo, a kaj nam pomaga, če je zato duša šibkejša? Zelo fino je, da smo pripravljene na skoke čez ovire, a kaj nam pomaga, če smo zaradi tega bolj nemočni pred »velikim skokom«? Sveti Pavel tako izrazi stavo celostnega športa, ki ne izgubi z vidika konca zemeljskega življenja (1 Kor 9,24-26): »Mar ne veste, da tisti, ki tečejo na tekališču, res vsi tečejo, da pa le eden dobi nagrado? Tako tecite, da jo boste dosegli. Vsak tekmovalec pa se vsemu odreče, oni, da prejmejo venec, ki ovene, mi pa nevenljivega. Zato jaz ne tečem kar na slepo, ne bojujem se, kakor bi mahal po zraku.« **Namen tekme dejansko ni ne moč stegen ne enoleten naslov prvaka, ampak večno življenje.**

Katero **vajo bi morali torej delati vsako jutro in morda celo ves dan?** Katera naša dejavnost je najbolj živa? Filozof Platon trdi, da je to **misel na Boga**. Zanj gimnastika ni drugega kot priprava na ta veliko bolj energičen šport. Bolj kot filozofsko premišljevanje nas **na smrt pripravi molitev s tem, da nas usmerja k bistvu našega življenja**. Bolj kot za misel **gre pri tem za ljubezen (sprejemanje in podarjanje) in bolj kot za ločitev od telesa gre za ločitev od sebe (sebičnega lažnega jaza)**. Duša se ne zbira sama vase, ampak se skupaj s telesom vsa predaja skrivnosti. Bodite pri miru. Lahko pokleknete ali sklenete roki. Vdihnete in izdihnete, ena, dve, ena, dve, zelo počasi, kot bi ob vsakem vdihu vase prejeli vso svojo bit, da bi jo lahko z izdihom vrnili. Kot bi z vsakim izdihom umrli, da bi se z vsakim vdihom ponovno rodili. Predvsem ne delajte ničesar. Prepustite se. Ste kot belo platno, prepuščeno mojstrovemu čopiču. Kot brezoblična glina v lončarjevih rokah. To je gotovo težje kot teči maraton ali dvigovati uteži.

»Če se moramo v nekem trenutku, čeprav le za hip zbrati, da bi goreče molili, je to težje kot osvojiti mesto.« Ste, in to je vse, a ni težje stvari kot popolnoma biti. Ni pomembno, ali ste utrujeni, naveličani ali vas napenja. Pomembno je, da resnično ste, iz oči v oči z vsemi šibkostmi in upanji, ki se vam razkrijejo v tišini in samoti. Kakor boste prisiljeni **ob poslednji uri. Začutili boste višek svoje navzočnosti**. Začeli boste opevati lepoto bivanja ali kričati zaradi tegob sveta.

Kajti **pristna molitev je vedno skrivnost smrti in vstajenja**. Postavlja nas na prag drugega življenja. Že zdaj skuša našega duha izročiti v roke Očetu. Zato je tudi **podobna smrtnemu boju**. »Boj z Bogom, v katerem zmagamo z božjo zmago.«

»Molitev je najbolj nasilna od vseh naših miselnih dejavnosti, ker vsebuje kri, ki je v besedi.« Beseda v molitvi je v resnici vedno krvaveča. Ne vsebuje govorniškega nastopaštva. Ponižana pred tišino, spremenjena iz ljubezni ali potrebe, raztrgana od veselja ali trpljenja, široka od hvalospeva, zlomljena od kesanja; vedno je žrtev. V sebi obnavlja vso dramo božje ljubezni.

Takoj potem, ko sta grešila, Gospod pokliče Adama: »Kje si?« **Adam na to skupaj z nami odgovori: »Slišal sem tvoj glas v vrtu, pa sem se zbal, ker sem nag, in se skril.«** Ampak **novi Adam, Mesija, prihaja na svet, rekoč: »Glej, prihajam, da izpolnim tvojo voljo. - Kje si? - Tukaj sem«** (prim. Heb 10,5-10 in Ps 40,7).

Vsa zgodovina odrešenja se glasno in silovito odvija med tema dvema stavkoma. In v molitvi lahko na to odgovorite: **»Tukaj sem, z vso mlačnostjo svoje dobe, vsemi dosežki in katastrofami, prehladom, davčnimi zaostanki, očetom, ki mu ne uspem povedati, kako zelo ga imam rad, strahom pred smrtjo in predvsem svojo veliko brezbržnostjo do Tebe, moj Gospod, tukaj sem.«** Imeli boste občutek, da izgubljate čas. Toliko bolje. To je način, da ga odkupite. Občutek nekoristnosti, protiproduktivnosti, sterilne teže dokazuje, da smo tu zastojno, iz ljubezni.

To je celostni sobni šport, resnični trening za pot v večnost.

V vsakem primeru je to boljše vadbo od sobnega kolesa, jogginga, boksarske žoge, čeprav jih ne izključuje. Vsako jutro se »ob klenem kriku svetlobe« prebudite kakor prvi človek, da dan preživite v iskanju izgubljenega raja, dolžni eno smrt. Takrat ne odlašajte, ampak hitro ne delajte ničesar. Petnajst minut negibnosti. Petnajst minut tišine, v kateri drhti neki **»tukaj sem«**. **To je ogrevalna vaja za vstop v ogenj ljubezni**. Razgibanje, da lahko pridemo skozi šivankino uho. Trebušnjaki za vaša krila in kros — dobesedno — za vaše srce. Vajo lahko ponovite opoldne in preden greste spat. Nima shujševalnega učinka.

Za premislek in pogovor v skupini:

1. Kako doživljam molitev in na kakšen način molim?

2. Zakaj se mi molitev upira in ne najdem časa zanjo?

3. Ali mi prebrane besede poročenega moža z šestimi otroki lahko kaj pomagajo?