

○ STRÁŽENÍ MYSLĚ

Nad slovy
sv. Izaiáša Pustovníka



Miron Kerul-Kmec

0 STRÁŽENÍ MYSLĚ

Nad slovy
sv. Izaiáša Pustovníka



Miron Keruľ-Kmec
2026

© Miron Keruľ-Kmec

Nad slovami sv. Izaiáša Pustovníka – O strážení mysle

Jazyková korektúra:

Mgr. Ingrid Lukáčová

Návrh obálky a zalomenie knihy:

Štefan Keruľ-Kmec, ml.

Ikona sv. Izaiáša Pustovníka na obálke:

Miron Keruľ-Kmec, ml.

ISBN 978-80-8233-260-8

Ívod

Pri čítaní východných svätých otcov sa často stretneme s pojmom „nous“. Pôvodne nous bol chápaný starovekými predkresťanskými grécikymi filozofmi ako najvyššia intelektuálna schopnosť človeka. Pod touto schopnosťou nerozumeli aktivitu rozumu, ktorá prichádza k logickým záverom, ale skôr akési intuitívne a bezprostredné poznanie a uchopenie podstaty veci. Pre nich nous bol niečo viac než len priamy kontakt medzi rozumom a pravdou.

Svätí otcovia si vypožičali tento termín a dali mu osobitný kresťanský význam. Nous používali na označenie noetickej energie, ktorá sa prejavuje v srdci človeka, ktorý je duchovne zdravý.

Svätý Izák Sýrsky hovorí: „Mysel je orgán duchovného vnímania, ktorý má schopnosť prijať silu vízie ako zreničky telesných očí, do ktorých sa vlieva viditeľné svetlo. Noetické videnie je prirodzeným poznaním, ktoré je zjednotené s touto silou v prirodzenom stave a je nazývané prirodzeným svetlom.“

Je zrejmé, že pod myslou svätý Izák Sýrsky nemá na mysli intelekt alebo rozumovú úroveň duše. Ide o orgán duchovného vnímania, ktorý nám bol darovaný Bohom. Toto vnímanie bolo zatemnené pádom, a preto človek vstupuje do asketického zápasu, aby očistil toto oko duše a nadobudol opäť schopnosť duchovného vnímania. Toto úsilie nás môže priviesť do určitého bodu, v ktorom nadobúdame ostrosť a jasnosť duchovného videnia. Zároveň je to stav, kedy je človek pripravený prijať Božiu milosť, ktorá pozdvihuje toto prirodzené videnie na úroveň, ktorú človek sám nie je schopný dosiahnuť. Svätí otcovia pod poznaním chápu aktivitu nous – teda schopnosť počuť Boží hlas a chápať božskú pravdu bezprostrednou skúsenosťou alebo jednoduchým poznaním.

Je učením prevažnej väčšiny svätých otcov, že „obraz Boží“ (Gn 1, 26) je odkazom na ľudskú dušu, presnejšie povedané, hovorí o najvyššej úrovni duše – nous. Jedným z častých porovnaní na vysvetlenie vzťahu medzi telom a zdravým nous je obraz koňa a jazdca. Telo je kôň a nous je jazdec, ktorý kontroluje pohyb a smerovanie zvieraťa. Dobrým príkladom na vysvetlenie nous je tiež kormidelník, ktorý riadi celú loď. Ak kormidelník chýba alebo ma poškodený zrak, loď nikdy nedosiahne prístav a je v neprestajnom nebezpečenstve stroskotania.

Nous je orgánom duchovného vnímania, ktoré umožňuje človeku správne rozlišovanie. Evanjelium to vystihuje slovami: „Lampou tela je oko. Ak bude tvoje oko čisté, bude celé tvoje telo vo svetle. Ale ak sa tvo-

je oko zakalí, bude celé tvoje telo vo tme. A keď už svetlo, čo je v tebe, je tmou, aká bude potom tma sama?!" (Mt 6, 22 – 23). Nous je tá časť duše, ktorá vidí veci najčistejšie, a preto je dôležité, aby to oko duše bolo očisťované. Očistený nous spôsobuje, že človek je schopný zakúšať Božiu prítomnosť skrze milosť.

Preto sa často stretávame s prirovnaním, ktoré hovorí o Cirkvi ako o nemocnici, v ktorej sú uzdravovaní všetci tí, ktorí sú ranení hriechom. Je to miesto nadobudnutia plného duchovného zdravia ľudstva, ktoré ochorelo pádom prarodičov v raji.

Prvým krokom je ochrániť nous, aby si mohol znovuobjaviť svoj pôvod v „Božom obraze“. Potom sa môže začať proces očisťovania a obnovy úlohy vo vedení celého ľudského bytia na dosiahnutie podobnosti s Bohom (Gn 1, 26). Tento proces svätí otcovia volajú zbožštenie – theosis.

Nous môže byť očistený jedine s pomocou Svätého Ducha. Človek spolupracuje s Božou milosťou skrze askézu – teda vedomé cvičenie na osvojovanie si právd, ktoré nám bolo zjavené skrze Božie slovo. Prvým výsledkom tohto uzdravovania nous je oslobodenie od vplyvu vášní a emócií. Neskôr nasleduje „theologia“ – mystická skúsenosť Boha sprevádzaná pocitom slobody a radosti. Svätý Teofan Zatvornik to vysvetľuje jednoducho, keď hovorí, že táto dokonalosť spočíva v harmonickej spolupráci všetkých častí, z ktorých sa človek skladá – telo, duša a Svätý Duch. Je neprirodzené, keď sa nižšie časti hlásia o svoje práva tak, že umlčia vyššie zložky človeka. Očistený a uzdravený nous spôsobuje opak. Prirodzené zložky človeka mlčia a ozýva sa hlas Ducha, ktorý vedie k novému hlbšiemu poznaniu Boha, ktorý je Láska. Svätý Izák Sýrsky hovorí: „Tí, ktorí sú na ceste života vedení božskou milosťou, aby boli osvietení, sú si vždy vedomí niečoho ako noetického lúča svetla vloženého medzi napísané riadky, ktorý uschopňuje myseľ rozlíšiť jednoduché slová od tých, ktoré majú veľký význam pre osvietenie duše.“

Aj keď svätí otcovia venujú nous veľký priestor, nie je jednoduché dôjsť k plnému pochopeniu tohto „oka duše“. Ťažkosť spôsobuje aj to, že svätí otcovia používali rôzne termíny, ako myseľ, srdce, oko duše a mali pritom na mysli orgán, ktorý vystihuje grécke slovo nous. Keď som zdôveril svojmu duchovnému otcovi s týmto problémom, dal mi dobré odporúčanie: „Nepokúšaj sa zmocniť toho poznania rozumom. Nasleduj skôr rady svätých otcov na očistenie nous a potom to s Božou milosťou pochopíš.“

Dvadsaťsedem poučení svätého Izaiáša Pustovníka, ktoré nachádzame vo Filokalii pod titulom „O strážení mysle“, ponúka mnoho užitočných rád, ktoré je hodno nasledovať. Pod myslou alebo intelektom má na mysli

nous, ktorý je potrebné uzdraviť, očistiť a uchrániť pred vplyvom vášní a emócií. Aj keď ide o útlý spis, môže mať veľký dopad na náš duchovný život.

1

1 Medzi vášňami je hnev intelektu a tento hnev je v súlade s prirodzenosťou. Bez hnevu človek nemôže dosiahnuť čistotu: musí sa hnevať na všetko, čo do neho zasial nepriateľ. Keď Jób pocítil tento hnev, znevažoval svojich nepriateľov a nazýval ich „hanebnými mužmi bez povesti, bez všetkého dobrého, ktorých by som nepovažoval za hodných žiť so psami, ktoré strážia moje stáda“ (porov. Jób 30,1.4). Kto si chce osvojiť hnev, ktorý je v súlade s prirodzenosťou, musí vykoreniť všetku svojvôľu, kým si v sebe nenastolí stav prirodzený pre intelekt.

Púštni otcovia nepovažovali hnev automaticky za zlo. Považovali ho za prirodzenú silu duše, podobne ako túžby a rozum, ktoré sa môžu využiť ako správnym tak aj nesprávnym spôsobom.

Svätý Izák Sýrsky hovorí, že prijatie kríža sa uskutočňuje hnevom, ktorý vzbĺkol v duši. Má tým na mysli určité násilie pri osvojovaní si asketických cvičení, ktoré vedú k podriadeniu tela duši, uzdravujú vášne, odstraňujú hriech a dávajú vzrast čnostiam. Toto je možné len vtedy, keď sa v jeho duši prebudí posvätný zápal, teda spravodlivý hnev. Hovorí, že „čistota mysle je pohrúženie do božských vecí, a to prichádza po cvičení v čnostiach.“ Spravodlivý hnev nás vyvádza z pohodlného úsudku, že stačí sa len vyhýbať hriechu. Čistota vyžaduje aktívny odpor a prítomnosť nenávisti voči každému prejavu hriešnych vášní – teda semien, ktoré zasial nepriateľ. Preto abba Izaiáš učí, že bez hnevu človek nemôže dosiahnuť čistotu.

V tomto zmysle svätý Izaiáš Pustovník chápe aj hnev spravodlivého Jóba. Hanební muži sú symbolom démonov, ktorých ponuky a dokonca aj prítomnosť Jób odmieta. Svätý Marek Asketik hovorí, že „všetky vášne sú zapríčinené sebaláskou a zmyselným potešením; bez nenávisti voči nim nemožno prekonať žiadnu vášeň“. Abba Izaiáš pripomína, že cesta k čistote nemôže byť sprevádzaná pasivitou. Je to zápas, ktorý prebieha vo vnútri srdca. Bojuje sa s duchovnými zbraňami – rozlišovaním, modlitbou a svätým zápalom, ktorý odmieta všetko, čo sa nepáči Bohu. Svätý Theodoros Veľký o tomto vnútornom zápase hovorí: „Bolo nám prikázané nezlorečiť a neodplácať sa tým, ktorí nás prenasledujú, ale radšej o nich dobre hovoriť a žehnať im (porovnaj Mt 5, 44). Pretože kým sme v pokoji s ľuďmi, bojujeme proti démonom; ale keď cítime nenávisť voči našim bratom a bojujeme proti nim, sme v pokoji s démonmi, ktorých máme nenávidieť

,dokonalou nenávisťou“ (porovnaj Ž 139, 22) a bojovať proti nim bez milosrdenstva.“ Svätý Izaiáš Pustovník v závere ukazuje cestu, ktorá vedie k naplneniu tohto poučenia: „Kto si chce osvojiť hnev, ktorý je v súlade s prirodzenosťou, musí vykoreniť všetku svojvôľu, kým si v sebe nenastolí stav prirodzený pre intelekt“.

2

2 Ak zistíte, že nenávidíte svojich blížnych a odolávate tejto nenávisti a vidíte, že slabne a sťahuje sa, neradujte sa vo svojom srdci; lebo toto stiahnutie je trikom zlých duchov. Pripravujú druhý útok horší ako prvý; opustili svoje jednotky za mestom a prikázali im tam zostať. Ak na nich vyjdete a zaútočíte, utečú pred vami v slabosti. Ale ak je potom tvoje srdce povznesené, pretože si ich odohnal a opustiš mesto, niektorí z nich na teba zaútočia zozadu, kým ostatní budú stáť pred tebou; a tvoja úbohá duša bude uväznená medzi nimi bez možnosti úniku. Mesto je modlitba. Odpor je vyvrátenie skrze Krista Ježiša. Základom je podnecujúca sila.

Svätý Izaiáš Pustovník načrtáva taktiku nášho neviditeľného nepriateľa. Vysvetľuje ju na jednom z častých pokušení – nenávisti voči blížnym, ale je platná aj pre ostatné pokušenia.

Duchovný zápas sa začína, keď si človek uvedomí pokušenie a vedome sa proti nemu postaví. Toto vzdorovanie pokušeniu je znakom, že ide o duchovného človeka, ktorý sa otvoril pre Boha, túži po spásе a pozná evanjeliové prikázania. Rázne odmietnutie pokušenia sa stretáva so silným odporom. Svätý Izák Sýrsky hovorí, že cieľom diabla je zastrašiť dušu hneď na začiatku cesty, aby začala považovať duchovný zápas nad svoje sily, podľahla malomyselnosti a vzdala sa svojho rozhodnutia. Ak dušu ovládne tento strach, nie je schopná prijať ani povzbudenie ani radu. Tento počiatkový odpor aj keď je intenzívny, predsa len trvá krátky čas, po ktorom sa nepriateľ stiahne a tým sa aj zoslabí intenzita pokušenia.

Svätý Izaiáš Pustovník hovorí, že toto stiahnutie protivníka je súčasťou jeho taktiky. Ide o trik, ktorý má v človeku vyvolať predčasnú radosť z víťazstva a pýchu nad vlastnou silou, čo vedie k oslabeniu pozornosti a prílišnému sebedomiu. Svätý Izaiáš Pustovník používa pojem „mesto“ ako symbol pre modlitbu, ktorá vytvára opevnený priestor, v ktorom je duša v bezpečí. Ak ju človek opustí, stiahnutý nepriateľ znovu zaútočí ako spredu, tak aj zozadu. Spredu ide o pokušenia, ktoré človek ľahko identifikuje. Útok zozadu sa prejavuje predovšetkým pýchou, zúfalstvom, malomyselnosťou, spomienkami na predchádzajúce pády, teda ide o útok, ktorý oslabuje zápas so zjavnými pokušeniami.

Poučenie teda dáva niekoľko dôležitých varovaní. Prvým je uvedomenie si, že počas života nemôžeme dosiahnuť konečné víťazstvo. Nepria-

teľ bude na nás útočiť do nášho posledného dychu. Preto je nebezpečné podľahnúť uspokojeniu po chvíľkovom víťazstve. Druhým varovaním je, že duchovná pýcha oslabuje našu bdelosť a doslova priťahuje ďalšie a intenzívnejšie útoky. Tretie varovanie je pred poľavením alebo opustením modlitbového života. Znamená to odchod z bezpečného miesta, teda mesta, ako hovorí svätý Izaiáš Pustovník. Štvrté varovanie je namierené proti sebavedomiu, ktoré vedie k zabudnutiu, že úspešný duchovný zápas je možné len v spojení s Kristom.

3

3 Stojme pevne v bázni Božej, dôsledne praktizujme čnosti a nedajme svojmu svedomiu dôvod na zakolísanie. V bázni Božej sústreďme svoju pozornosť na seba, kým naše svedomie nedosiahne slobodu. Potom medzi ním a nami vznikne spojenie a stane sa naším strážcom, ktorý nám ukáže každú vec, ktorú musíme vykoreniť. Ale ak neposlúchneme svoje svedomie, opustí nás a padneme do rúk našich nepriateľov, ktorí nás nikdy nepustia. Toto nás naučil náš Pán, keď povedal: „Pokonaj sa včas so svojím protivníkom, kým si s ním na ceste, aby ťa protivník nevydal sudcovi a sudca strážnikovi a aby ťa neuvrhli do väzenia“ (Mt 5, 25). Svedomie sa nazýva „protivník“, pretože sa nám stavia proti nám, keď si želáme uskutočniť túžby nášho tela; a ak nepočúvame svoje svedomie, vydáva nás do rúk našich nepriateľov.

Svätý Izaiáš Pustovník predstavuje nevyhnutné základné kamene pre pestovanie duchovného života. Tak ako ostatní svätí učitelia duchovného života, aj on kladie na prvé miesto bázeň Božiu. Svätý Izák Sýrsky hovorí: „Bázeň Božia je začiatkom čnosti.“ Ide o jeden z prvých darov zhora, ktoré sa dostávajú človekovi po obrátení. Bázeň pred Bohom vyrastá z úžasu duše, ktorá si uvedomí, kto je Boh a kto je človek a z poznania plnosti ponuky života, s ktorou Boh vstupuje do vzťahu s človekom. Bázeň je chvenie duše z úzkosti nad možnosťou stratiť tento vzťah s Darcom života. Mimo Neho nie je život, iba smrť. Ak v srdci chýba bázeň Božia, tak je to znakom, že chýba aj živá viera, ktorá nás oslobodzuje od seba samých a uschopňuje nás naplňovať prikázania.

Bázeň Božia vedie človeka k sústredenému načúvaniu Božiemu slovu. Prebúdza túžbu páčiť sa Bohu vo všetkom a preto hľadá jeho vôľu a nachádza ju v evanjeliových prikázaniach. Úsilie o ich naplnenie dáva v duši vzrast čnostiam, ktoré udržiavajú svedomie citlivé na všetko, čo odporuje Bohu. Bez tohto úsilia svedomie začína kolísať, teda strácame vnútornú istotu. Preto v bázni Božej máme „sústrediť svoju pozornosť na seba, kým naše svedomie nedosiahne slobodu“, to znamená stav, keď je v súlade s Božou vôľou bez obťažovania vnímania viny a vnútorného odporu.

Svätý Izaiáš Pustovník hovorí, že vtedy sa svedomie stane našim strážcom, ktorý nás nielenže upozorní na nebezpečenstvo pre našu dušu, ale bude nás viesť k stále hlbšiemu pokániu.

Ignorovanie hlasu svedomia nastáva, keď sa zo srdca vytráti bázeň Božia a namiesto túžby po naplnení prikázaní nastúpi túžba ochutnať z potešení, ktoré násilne a prefíkane ponúkajú hriechne vášne. Následkom je, že človek stráca spojenie so svojím svedomím a preto sa stáva akoby hračkou v rukách démonov, pretože nedokáže rozpoznať ich aktivitu. Hlas odporu svedomia ignorovaním slabne. Je preto veľkým nebezpečenstvom, keď človek ostáva vo svojom páde dlhšiu dobu. Svätý Izaiáš Pustovník preto nabáda, aby sme sa pokonali včas so svojím protivníkom, kým sme s ním na ceste, aby nás protivník nevydal sudcovi a sudca strážnikovi a aby nás nevrhli do väzenia (porovnaj: Mt 5, 25). Pod protivníkom má na mysli svedomie, nás obviňuje z hriechu a ak sa s týmto protivníkom nezmierime, stane sa naším žalobcom pred Sudcom.

Poučenie nám predkladá tri základné kamene duchovného života: bázeň Božiu, rast v čnostiach skrze dodržiavanie prikázaní a načúvanie hlasu svedomia, ktoré nás privádza k pokániu, čistote a slobode. Bez týchto základných kameňov nie je možné začať duchovný život.