

## Zatajuj se!

### 8. Vaje v zatajevanju.

#### *II. Vaje v dušnem zatajevanju.*

Še imenitnejše in potrebnejše je dušno zatajevanje; saj je pravzaprav telesno zatajevanje nemogoče brez dušnega, ker ima telesno delovanje v duši svoj začetek, in telo izvršuje to, kar duša vелеva in hoče. Telesno zatajevanje je takorekoč le lupina, dušno zatajevanje je jedro in je zato še posebno dragocenejše, ker je skrito pred ljudmi in znano le nam pa Bogu, torej prosto vsake nečimernosti.

Tudi tukaj se bomo ozirali le na prostovoljno zatajevanje. Naše prizadevanje je lahko dvojno: da odganjamo in odstranjamo iz glave in srca to, kar je nekoristno, nagibljemo pa svojo dušo k takemu delovanju, ki je koristno, lepo in veličastno. Polje dušnega vojskovanja in premagovanja je jako obširno. Razdeliš si lahko svoje vaje v tri vrste: zatajuj in modro vladaj misli in želje, čustva in voljo.

a) **Misli.** 1. Odstranuj nepotrebne in nekoristne misli, četudi niso same ob sebi slabe in grešne. 2. Kadar kaj slišiš, ne sodi takoj kar na videz lahkomišljeno, marveč preudari poprej. 3. Ne zasleduj in ne sodi reči, ki ti niso nič mar. 4. Sebe sodi ostro, druge milo. 5. Ne vzdržuj trdovratno svoje sodbe, ako drugi drugače mislijo; odločno in dostojno povej svoje razloge, in četudi je pravo na tvoji strani, se vendar pohlevno ukloni sodbi drugih, ako se to lahko zgodi brez greha. 6. Imej pameten red v svojih mislih. Kadar moliš, n. pr., imej misli zbrane pri molitvi; ko se učiš, naj bodo vse tvoje misli pri učenju, in sicer pri istem predmetu, ki je na vrsti. 7. Rad pre-mišljuj s v e t e r e č i: spominjaj se pogosto božje pričujočnosti; misli čestokrat na svojega ljubega Jezusa v tabernaklju; ne zabi svoje predobre Matere Marije, svojega angela variha, svojega patrona itd. 8. Misli veliko sam nase, da bolj in bolj spoznaš samega sebe,

obžaluješ svoje napake, hvališ Boga za njegove do-  
brote, samega sebe pa ponižuješ. 9. Mnogokrat pre-  
mišljaj nesreče in britkosti drugih ljudi, da boš bolj  
zadovoljen sam s seboj. 10. Sploh skrbi, da si polagoma  
pridobiš veliko zalogo dobrih misli, da slabe  
ne bodo našle prostora v tvojem srcu.

b) **Želje.** 1. Ne muči srca s praznimi in nepo-  
trebnimi željami. Sv. Frančišek Saleški je imel navado  
reči: „Malo imam željâ, in še to, kar želim, želim le  
malo“. 2. Bodi zmeren tudi v opravičenih željah. 3.  
Ostani miren, ako se ti ni izpolnilo, kar si srčno želel.  
4. Ne želi si hvale pri ljudeh. Svetniki so si celo  
želeli, da bi jih drugi zaničevali. 4. Ne delaj si praznih  
upov gledé prihodnosti, kakor si nekateri gradé zlate  
gradove v oblakih. 6. Bolj kot bogastva in časti si želi  
ljube zadovoljnosti po zgledu našega Gospoda  
Jezusa Kristusa, ki je kralj nebes in zemlje, pa si je  
vselej in povsod, ko je živel na zemlji, prostovoljno  
odbiral to, ker je ubožno, preprosto, skromno, ne-  
prijetno, težavno, britkostno . . . 7. Obujaj gostokrat  
svete želje in hrepenenje: po Bogu, po nebesih, da  
bi vedno mogel živeti po božji volji, napredovati v  
dobrem itd.

c) **Čustva.** 1. Zatiraj nepotrebno žalost radi  
preteklih neljubih dogodkov; pač pa obujaj srčno  
kesanje radi grehov in zmot. 2. Bodi potrpežljiv v  
sedanjih nezgodah; ohrani si veselo srce tudi pri  
dolgočasnem opraviilu; ne bodi nestrpen, ako ti je treba  
kaj čakati dlje časa; voljno prenašaj obrekovanje, kri-  
vico, nehvaležnost, bolezen, vročino, mraz . . . 3. Ne  
delaj si skrbi radi prihodnosti. Naša domišljija slika  
marsikaj prečrno, kar se navadno lepše izide pozneje.  
Brdaj torej strah in bojazen; ne boj se drugega nič  
nego greha. 4. Ne zmeni se za očitanje slabih ljudi,  
ako te zaničujejo in grajajo radi tvojega pametnega in  
poštenega vedenja. 5. Ne bodi žalosten, kadar so drugi  
hvaljeni, ti pa preziran in morda celo po nedolžnem  
zaničevan. 6. Bodi vesel, kadar se bližnjiku pripeti kaj  
veselega, tako kakor da bi se bilo zgodilo tebi. 7.  
Srčno privošči, ako je kdo pohvaljen, povikšan . . .

8. Ako si pa sam pohvaljen, ne bodi prevzetjen, marveč hvali Boga, ki ti je dal pomoč, ter misli: „Nevreden služabnik sem; kar sem bil dolžan storiti, le to sem storil“. 9. Imej sočutje z bližnjikom v nesreči in žalosti.

č) **Voljo.** 1. Povsod izkušaj svojo voljo spraviti v soglasje z božjo voljo; privadi se, hoteti to in tako, kar in kakor hoče Bog. Torej v vseh okoliščinah poziveduj najprej, kaj je volja božja. 2. V občevanju z ljudmi se odreci, kolikor možno, svoji volji ter delaj tako, kakor hočejo drugi, seveda dokler ne nasprotuje božji volji. 3. Izbiraj si navadno to, kar najmanj ugaja tvoji volji. Prilika za to vajo se ti nudi vsakdan brezštevilkokrat, n. pr.: Veseli te nepotreben poset (obisk), ostani doma; dobro delo bi rad storil, pa se ti ne ljubi, ohrabri si slabotno voljo; počitek te mika, delaj še nekaj časa; nekoliko složnosti bi si rad privoščil, ne vdaj se; rad bi se še igral, spal . . . , premagaj se. 4. Imej pri vsem svojem delovanju vzvišene namene; ničesar ne delaj popolnoma po svoji volji. 5. Pridno in zvesto rabi pomočke, ki krepijo in utrujejo tvojo dobro voljo.

Cvet dušnih vaj, ki zahteva velikega premagovanja, je pa molitev, posebno ona vzvišena molitev, ki se zove preišljevanje. Tu prezaslužno in svečanostno delujejo vse dušne moči: spomin, um, domišljija, čustva in volja. Torej že zato se pridno vadi v dušnem zatajevanju, da boš znal prav moliti; zakaj kdor zna prav moliti, zna tudi prav živeti.

