

RESPEKTOVAT SVŮJ VNITŘNÍ RYTMUS *JE PROSPĚŠNÉ*

RYTMUS DO NORMÁLNÍHO VŠEDNÍHO DNE?

Benediktovi z Nursie šlo o rovnováhu mezi prací a modlitbou: kdo pracuje, lépe se modlí, a kdo se modlí, lépe pracuje: „Ora et labora.“ Dnes často pracujeme přespříliš a jsme pak vyhořelí. Nemáme míru mezi aktivitou a klidem.

Ale neumím si představit nějakého manažera, jak pravidelně přerušuje práci, aby se pomodlil. Nebo nějakou maminku na mateřské... Proč Benedikt trval na důležitosti téhle harmonie mezi modlitbou a prací, oč mu při tom šlo? A dá se to zabudovat i do našeho normálního všedního dne?

VNITŘNÍ POSTOJ

Tajemstvím „Ora et labora“ není jen dobrý rytmus střídání modlitby a práce, nýbrž i vnitřní postoj. V modlitbě jde o to, abychom se oddali Bohu. A v práci jde o to, abychom se oddali práci, osvobodili se od neustálého kroužení kolem sebe nebo kolem toho, co by si o mé práci mohli myslet ostatní. Velké dílo může vzniknout jen tehdy, když zapomeneme na sebe a oddáme se svému dílu.

PRACOVAT EFEKTIVNĚJI A VYTRVALEJI

Ten, kdo pracuje v rytmu, je schopen pracovat efektivněji a vytrvaleji. Nejsem přece schopen soustředit se čtyři hodiny na jednu práci. Ale změna, nadechnutí o přestávce, mi dodá novou energii a kreativitu. Přerušení na (krátkou) modlitbu je také takovou kreativní přestávkou.

Určitě ale existují i období, kdy člověk musí zůstat jen u své práce. Ovšem i velcí spisovatelé jako Thomas Mann nebo Hemingway dodržovali při psaní pevný rytmus a jsou známí svou velkou disciplínou.

MÍT URČITÝ RYTMUS JE PROSPĚŠNÉ

Mít svůj určitý rytmus je prospěšné. I příroda má svůj rytmus a každý člověk má svůj vlastní biorytmus. Tomuto vnitřnímu rytmu je dobré naslouchat. Víím o jedné firmě, kde šéf pořádá příliš dlouhá zasedání bez kreativních přestávek. To vede jen k agresím. I pracovní zasedání potřebuje zdravé přestávky, aby mohly přijít nové nápady.

Benedikt jistě nemyslel především na efektivitu a udržitelnost práce. Cílem života mělo být, „aby ve všem byl oslaven Bůh“. Lidé nemají při své práci prezentovat jen sebe, nemají se hnát jen za úspěchem nebo ziskem, nýbrž mají se svou prací spolupodílet na Božím stvořitelském díle. Možná to zní příliš zbožně. Ale myslím, že na každém díle se pozná, jestli řemeslník, spisovatel, hudebník, malíř chce prezentovat sám sebe, nebo jestli zprostředkovává něco většího.

Se svolením zpracováno podle knihy Anselm Grün, Andraea Larsonová: A strýčku Willi..., kterou vydalo nakladatelství Triton. Redakčně upraveno.