**O mlčaní**

Uprostred hluku našich dní sa mnohým stalo potrebou vzdialiť sa z hlučnému zhonu a hľadať stíšenie. Záplava kníh o mlčaní svedčí o tom, že ľudia túžia po tichu – ľudom hrozí ochorenie z hluku. A tak objavili, že práve mlčanie je liek pre ich *vnútorné ochorenie*. Nesmierne túžia po tichu a spievajú na ne hymny. Mnohí odhalili ozdravujúci účinok mlčania pri svojom stretnutí z rôznymi meditačnými technikami východu a kladú mlčanie nad všetky formy náboženského vyjadrenia - nad modlitbu/ nad liturgiu/. V dnešnom takmer jednohlasnom vychvaľovaný mlčania však chýba jeden aspekt, ktorý je v monastickej tradícii opakovane zdôrazňovaný. Mlčanie ako **úloha**/**ako požiadavka** **pracovať na sebe/** **zmeniť sa/**. Na stránkach tejto knihy sa stretávame zo skúsenosťou starých mníchov už z 3. a 6. stor. Ich posolstvo vnáša do dnešného často tak nejasného pohľadu na mlčanie jasnejšie svetlo. Dnešný pohľad vzniká totiž často z túžby, kdežto pohľad týchto mníchov je podopretý skúsenosťou z mlčaním. Ich myšlienky nás však vedú k poznaniu, že mlčanie je duchovná úloha, ktorá vyžaduje nasadenie celého človeka. Mlčanie nie je tak pre mníchov technikou relaxu, ponorenie alebo umenie vypnúť. Mlčanie je skôr nácvik podstatných postojov, kladie na nás mravnú požiadavku má prispieť k tomu aby sme odbúrali svoje chybné postoje t.j. aby sme potierali svoj egoizmus a otvorili sa pre Boha. Mnísi o mlčaní neblúznia. Blúznenie je vždy známkou, že do objektu nášho horovania premietame príliš mnoho svojich nevedomých prianí. V monastických spisoch sa o mlčaní hovorí veľmi triezvo a nikdy nie je jediným prostriedkom duchovnej cesty ale vždy je videné v súvislosti zo všetkými ostatnými metódami, ktorým sa mních musí učiť. Z modlitbou, meditáciou zo zdieľaním svojich najvrútenejších myšlienok svojmu duchovnému otcovi/ z prácou/, pôstom/, almužnou/, pohostinnosťou/ a bratskou láskou/.

1. **Mlčanie ako boj proti hriechu a neresti**

Mnísi používajú mlčanie ako prostriedok v boji o čistou srdca o vnútornú rýdzosť a poctivosť. Mlčanie slúži mníchom predovšetkým k tomu aby sa vyhli mnohým hriechom, ktorých sa človek denne dopúšťa hovorením. Benedikt zdôrazňuje mlčanie vo svojej regule vetou z knihy prísloví: *„pri mnohom hovorení hriechu neujdeš“.* Po nejakej chvále o mlčaní tu nie je ani pamiatky. Človek ma mlčať preto, že by inak stále hrešil. Ak mlčí vyhne sa hriechu. Mnísi mali z hovorením zrejme veľmi zlé skúsenosti. Človek otvorí ústa a už je v nebezpečenstve hriechu. V jednom z výrokov otcov je to vyjadrené takto: „raz hovoril otec Sisoes z plnou dôverou – *„hľa, teraz je tomu už tridsať rokov čo sa k Bohu nemodlím ohľadne nejakého hriechu, ale denne ho prosím, Pane Ježišu ochráň ma pred mojím vlastným jazykom. A cez to všetko denne jazykom klesám a hreším“.*

**Nebezpečenstvo hovorenia** – podľa skúsenosti mníchov prináša hovorenia zo sebou štyri nebezpečenstvá. Prvé nebezpečenstvo:

1. **zvedavosť** – jeden z otcov hovorieval: *„mních by nemal chcieť vedieť či je ten alebo onen taký alebo onaký, takéto pátranie nielen zdržuje od modlitby ale vedie k nadctiútrhaniu a klebetám. Preto je najlepšie, celkom mlčať“.* Zvedavosť vedie k roztržitosti. Roztržitý človek sa stará o všetko možné, je bez obsahu, prázdny povrchný. Myšlienka na Boha sa v ňom neudrží, nemôže v ňom vôbec dozrievať. V jednom z výrokov otcov sa táto skutočnosť zobrazuje takto *„Bratia z aksektickej púšte chceli navštíviť otca Antona. Aby sa k nemu dostali vystúpili na loď. Tam sa stretli zo starcom, ktorý sa tam chcel tiež dostať ale bratia ho nepoznali. Keď boli na lodi bavili sa o výrokoch otcov, o slovách Písma a o svojej práci. Starec však mlčal. Keď pristáli ukázalo sa, že aj on je na ceste k otcovi Antonovi a keď dorazili na miesto, povedal im Anton „v tomto starcovi ste bratia mali dobrého sprievodcu.“ A starcovi povedal: „výborných ľudí máš pri sebe“. Starec odvetil „no dobrí sú, ale ich dvor nemá žiadne vráta a kde kto môže vojsť do stajne a odviazať osla“ to povedal preto, že vyrozprávali všetko čo im prišlo na jazyk“.*

Ak nevie niekto niečo udržať pre seba a vždy musí všetko vždy vyrozprávať ako to dobré tak aj špatné – tak máme dojem, že ten človek nemá žiadnu hĺbku. Nepozná tajomstvo, nemôže s tajomstvom žiť, nemôže tajomstvo uniesť. Preto ani nemôže do tajomstva hlbšie preniknúť. Zničí tajomstvo tým, že chce o ňom ihneď hovoriť. V tom ustavičnom hovorení sa koniec koncov skrýva strach pred tajomstvom – možno i strach pred samým Bohom. V rozprávaní chce človek všetko pomenovať, všetko prehliadať, zdieľať – a tým i ovládať. O čom hovorím to mám v rukách hodím to druhému, nemôže ma to totiž poraziť.

1. **posudzovanie druhých** – ak pozorujeme to o čom hovoríme, tak spozorujeme, že väčšinou o druhých. Tí druhí sú predsa tak zaujímavý, že dodávajú ustavične látku k rozprávaniu. I keď chceme o druhých hovoriť pozitívne pristihneme sa pri tom ako ich posudzujeme, klasifikujeme alebo sa sami s nimi porovnávame. Často býva rozprávanie o druhých rozprávaním o nás samých a ani si to neuvedomujeme. Hovorím o tom, čo by sme sami chceli alebo o tom, čo nám ide na nervy, čo nás zneisťuje – a provokuje. Avšak tým, že hovorím o druhých neuvedomujeme si to, že hovorím o sebe samom a o svojich vlastných problémoch. To však väčšinou nevedie k lepšiemu sebapoznaniu ale naopak k obrane pred poctivým pozorovaním seba. Držíme si vlastnú skutočnosť ďalej od tela tým, že hovoríme o druhých. A predsa každý pozorovateľ veľmi ľahko pozná, že stále sami seba prezrádzame. Naše rozprávanie pozornému poslucháčovi ukáže ako to s nami vyzerá, čo si myslíme, čím sa zaoberáme, s čím sa nemôžeme vnútorne vyrovnať. Naša reč prezrádza druhým, naše emócie a priania, naše plány, motivácie, problémy a komplexy.
2. **túžba po sláve** – kto mnoho hovorí, často stavia do stredu sám seba. Stále znovu hovorí o sebe samom, stavia sa do priaznivého svetla aby si ho všetci ako prináleží všimli. Takto hovorí Klimakus: *„mnohovravnosť je trón ješitnej túžby po sláve na ktorom sedí táto túžba ako sudca nad sebou samým a vytrubuje seba do celého sveta“.* Kto rozpráva, ten chce aby sa mu venovala pozornosť. Kto rozpráva ten očakáva, že mu budú ľudia načúvať, že ho budú brať vážne a dosť často očakáva, že bude uznaný alebo dokonca obdivovaný. Ani si to neuvedomuje ale obracia slová tak, aby mu pomohli vzbudiť uznanie, tak rozprávanie slúži k ukojeniu po sláve.

**4.zanedbávanie vnútornej bdelosti** – pri rozprávaní totiž človek stráca ustavične bdelosť voči sebe samému. Otec Diadochos hovorí: *„tak ako stále otvárané dvere v kúpeloch veľmi rýchlo vyženú teplo, ktoré je vo vnútri, tak ten kto veľa rozpráva i keby to čo hovorí bolo dobré necháva uniknúť svoju spomienku dverami hlasu“.* Pri rozprávaní stále znovu vychádzam zo seba a zo svojho stredu a preskakujem svoje vlastné medze, ktoré som si vytvoril aby som si získal poriadok vo svojich myšlienkach a citoch. Túto skúsenosť popísal holandský kňaz a psychológ Nouwen pri svojom sedem mesačnom pobyte v jednom trapistickom kláštore takto: „Behom minulého týždňa, keď ma čakalo mnoho diskusií a výmen názorov a k tomu ešte mnoho zdanlivo nutných telefonátov a celé množstvo rozhovorov z mníchmi /sa mlčanie stále viac vytrácalo z môjho života. Z úbytkom mlčania začal prevládať pocit akého si vnútorného pošpinenia. Spočiatku som nevedel, prečo som sa cítil akoby špinavý zaprášený a nečistí ale časom mi svitlo, že hlavným dôvodom preto musel byť nedostatok mlčania. Uvedomujem si, že slovami vnikajú do môjho života dvojznačné pocity. Javí sa mi takmer nemožné hovoriť a pri tom nehrešiť i pri tej najnáročnejšej diskusii sa vkradne čosi čo ako keby pošpinilo atmosféru. Nevysvetliteľným spôsobom rozprávanie umenšuje moju schopnosť byť bdelí a otvorený a robí ma egocentrickejším. Po diskusii zo študentmi som sa minulú nedeľu necítil len unavený a ochabnutý ale cítil som sa tak ako keby som sa dotkol niečoho čoho som sa nemal dotknúť ako by som niečo znetvoril už tým, že som o tom hovoril. Ako by som sa snažil zachytiť kvapku rosy. Potom som bol plný vnútorného nepokoja a nemohol som spať. Sv. Benedikt hovorí o dôležitosti mlčania veľmi zreteľne. Je toho mienenia, že dokonca i o dobrých veciach je lepšie dobré mlčať než hovoriť/ ako by tým chcel povedať, že je prakticky nemožné hovoriť o dobrých veciach a neprísť pri tom do kontaktu zo zlými. Tak ako je nemožné jesť mäso a predtým niečo živého nezabiť. Sv. Benedikt nás tým chce upozorniť na to, ako sa do všetkých našich rečí vopchá i zlo. Toto poznanie nás však nemá vrhnúť do úzkosti pretože aby sme sa vyhli hriechu nesmeli by sme už vôbec hovoriť. Benediktovi nejde totiž to o čistotu od hriechu ako skôr o to aby sme si o sebe nerobili nejaké ilúzie aby sme si nemysleli, že sme svojou túžbou po ideáloch už takmer dokonalí. Skúsenosť, že vo svojom všetkom rozprávaní ustavične hrešíme nás nesmie deptať,/ nesmieme si stále nahovárať zlé svedomie stali by sa z nás škrupulanti. Skúsenosť dvojznačnosti nášho rozprávania musíme stále skôr spojovať z istotou, že sme od Boha prijímaní takí akí sme. Je k tomu treba určitej miery humoru aby sa človek mohol pri hovorení pristihovať, že je hriešnik. Humoru zakotvený v istote, že som Bohom akceptovaný a milovaný. Prežitok vlastnej slabosti, tak nevedie ku škrupulóznej úzkosti ale k pocitu vnútornej slobody. Ideálny obraz, ktorý v sebe nosím v hlbinách svojho srdca a na ktorom tak kŕčovito lipnem je ničený stále viac a viac. Nemusím sa s ním už vláčiť sem a tam, smiem byť tým, kým som, pretože takéhoto ma miluje Boh.

1. **Mlčanie ako cesta stretnutia zo sebou**

Sv. Benedikt vyzýva k mlčaniu svojich mníchov preto aby menej hrešili. Ak sa však pozrieme k mnostickým spisom bližšie objavíme pozitívnejšie formy mlčania. Mlčanie je cesta na, ktorej sa mních stretáva sám zo sebou. Často sa pristihujeme pri tom ako sme na úteku pred sebou samými ako neradi sme sami a ak sme sami tak sa potrebujeme niečím zamestnať. Ernesto kardinál bol ako trapistický novic Thomasa Mertona a popisuje túto skúsenosť takto: *„Modernému človeku* *pripadne byť zaťažko byť sám. Zostúpiť na dno svojho vlastného JÁ je pre neho takmer nemožné. Ale ak sa mu naskytne príležitosť zostať sám vo svojej cele sám zo sebou a už už poznať Boha tu si zapne rozhlas alebo televíziu. Rozhlas a televízia sú možnosti ako sa vyhnúť sám sebe. Niekto nemôže vydržať nečinnosť nie je schopná len tak sedieť a mlčať – znervózňuje ho to, potrebuje sa niečím zamestnať. Začne napr. upratovať izbu alebo začne niečo plánovať. Mlčanie skrátka neznamená to, že proste nehovorím ale znamená, že pustím z ruky všetky možnosti úniku a vydržím sám seba takého aký som. Nezriekam sa len rozprávania ale aj všetkých činností, ktoré ma odvádzajú odo mňa samého. V mlčaní sa učím byť iba sám zo sebou. Kto sa o to pokúsi hneď zistí, že zo začiatku to nie je nič príjemné. Ihneď sa začnú hlásiť všetky možné myšlienky, city, emócie a nálady, úzkosti a pocity nechuti. Vytesnené túžby a potreby, premárnené šance sa derú na svetlo. Potlačený hnev stúpa. Človeka začnú napadať nevypovedané alebo nešikovne formulované slová.*

Prvé okamžiky mlčania nám často odhalia náš vnútorný zmätok, chaos našich myšlienok a prianí. Vydržať tento chaos je bolestné. Narážame na vnútorné napätie, ktoré nás desí. V mlčaní objavíme ako to skutočne s nami je. Mlčanie je ako keby analýza nášho stavu. Nič si už nenahovárame. Vidíme čo sa v nás deje. Pre mnohých je táto skúsenosť tak nepríjemná ba dokonca tak zaťažkávajúca, že ju dlho nevydržia. Musia o nej rozprávať. Musia o svojich problémoch hovoriť s druhými. To im pomôže sa vyrovnať sa zo svojím napätím. Vyslovenie môže vniesť do nášho vnútorného chaosu - jas. Starý mnísi poznali cvičenia kde rozprávali o svojich najvnútornejších myšlienkach z nejakým skúseným otcom. Vyjavovali mu svoje myšlienky lebo k podstate mnícha prináleží ochota odhaliť svoj vnútorný stav nejakému otcovi. Kto sa nechcel zveriť ten sa počítal za pyšného. Dnes máme veľké pochopenie pre uzdravujúci význam toho, že sa človek môže vyrozprávať práve preto, že je dnes mnoho ľudí neschopných skutočnej komunikácie musíme sa opäť učiť vyrozprávať sa. A tým sa oslobodzovať od vnútorných napätí. Pre mnohých je problém v tom, že nedokážu hovoriť o tom čo ich vo vnútri zraňuje. Všetko potláčajú a tak sa do nich zažiera hnev, bolesť, sklamanie a oni vnútorne zahorknú a ľahko s toho môžu dostať žalúdočné vredy. Pre nich je dôležité aby sa naučili hovoriť o sebe a svojich zraneniach. Mnísi však majú vedľa vyslovených myšlienok a citov ešte iný liek – mlčanie. To nám asi pripadne podivné potom čo práve bolo povedané. Lenže ono býva práve tak užitočné najskôr vydržať v mlčaní a nehovoriť o problémoch - hneď. I vnútorné procesy sa dajú rozrozprávať. Mnohí sú priamo posadnutý tým, že sa potrebujú stále šíriť vo svojom duchovnom živote. Pestujú si svoje problémy tým, že ich kde komu ukazujú. Pre mníchov má mlčanie terapeutickú funkciu. Má im pomôcť získať odstup voči ich rozrušeniu a hnevu. Má im pomôcť lepšie poznať seba tým, že svoj hnev neventilujú hneď ale že si ho najprv podržia v sebe a analyzujú ho. Skôr ako niekomu v hneve odvrkneme mali by sme mlčiac preniknúť do základu svojho hnevu. Mali by sme si najprv rozmyslieť či má náš hnev v skutku svoj základ v chovaní toho druhého alebo v nás samých. Či /nereagujem na slovo toho druhého neúmerne. A mali by sme sa pýtať nakoľko pochádza náš hnev z nadutosti nášho vlastného JÁ. John Eudes opát trapistického kláštora ohľadne zvládnutia hnevu hovorí: *„Hnev často odhaľuje ako zmýšľame sami o sebe a ako veľký význam pripisujeme svojím vlastným myšlienkam a názorom. Ak sa stane Boh opäť stredom tvojho života a dokážeš sa postaviť pred neho zo všetkými svojimi slabosťami tak získaš pravdepodobne patričný odstup tvoj hnev opadne a ty sa opäť budeš môcť modliť.* Mlčanie nám teda pomáha získať odstup od vlastného hnevu. Benedikt používa mlčanie ako liek. *„Kto sa však zaplietol do viny nejakého ťažkého previnenia bude vylúčený jak od stola tak aj od miesta modlitby. Žiadny z bratov nech s ním nie je v kontakte a nerozpráva s ním. Nech je celkom sám pri uloženej práci a nech zotrváva v slzách ľútosti.* Mlčanie je tu súčasne trestom i liekom. Mlčanie má dať bratovi, ktorý klesol možnosť aby šiel do seba aby nad sebou smútil a ľutoval svojho poklesku. Pri mlčaní v ňom môže prebehnúť ozdravný proces. Keby hovoril z druhým tu by až príliš ľahko začal obhajovať seba samého a svoje chovanie. Zazerať na opáta alebo žobrať o súcit. Mlčanie vyvoláva odstup voči sebe samému. V prvom okamžiku hľadá človek vždy vinu na druhých a cíti, že je mu ublížené. Aby sme sa opäť videli jasnejšie, vyžaduje to určitú dobu mlčania. Mlčanie má ešte iné terapeutické funkcie, vnáša poriadok do vnútorného chaosu našich emócií a agresií. Otec Poimen povedal: *„Je prázdny džbán. Ak ho naplní niekto hadmi a jaštericami a potom ho uzavrie – nezomrie tam všetka ta háveď? A keď ten džbán otvoríte nevyliezie tá haveď a nepohrizie ľudí? Presne tak je tomu s človekom. Keď si stráži svoj jazyk a svoje ústa tak zostanú všetky zvieratá vo vnútri. Ak však otvorí ústa, tie zvieratá vylezú pohryznú, brata a Pán proti tomu človekovi vzplanie hnevom.“*

Mlčanie, emócie – agresia nepotláča ale krotí ich a vnáša do nich poriadok. Rozprávaním sa naše emócie zasa rozvíria. Mlčaním sa usadia. Je tomu ako keby s vínom. Pohybom sa víno zakalí, kľudným uskladnením sa kal usadí a víno sa vyčistí. Túto schopnosť mlčania vnášať do nášho srdca jas - popisuje jedna čínska báseň takto: *„Kto jes to tichem projasniť kal, kto je schopný takej dávky ticha, ktorá by prejasnila nepriehľadné. Ticho je schopnosť robiť z kalnej – čistú vodu“.*

Vnútorné vzrušenie býva ventilovaním zosilnené. Ak je vyslovené často sa vzrušenie nad druhým zosilní. Som tak voči tomu druhému utvrdený a zatvrdený. Snažím sa svoje vzrušené slová dodatočne obhájiť. Mlčanie môže byť jedným z prostriedkov ako to vzrušenie spracovať. Mlčať neznamená byť bez emócií. Je to však pokus ako emócie ukľudniť. Nie je to tak jednoduché. O otcovi Agatonovi sa hovorí: *„že tri roky nosil v ústach kameň aby sa vyrovnal z mlčaním“.* Vonkajšie mlčanie teda pomôže k ukľudneniu vnútorných emócií. Práve keď nemôže niekto s druhým človekom byť a ustavične sa nad ním vzrušuje môže vonkajšie mlčanie pomôcť aby sa zmenil i jeho vnútorný postoj voči tomu človekovi. Mlčanie je tu ukáznenosťou, ktorá má vytvoriť takýto vnútorný postoj. Samé od seba to nejde. Vonkajšia kázeň však môže viesť k určitej premene srdca. Nejde tu jednoducho o potlačenie hnevu ale ide o jeho spracovanie a k tomu môže mlčanie pomôcť. Mlčanie však môže byť taktiež aj jedom. Ak je niekto toho názoru, že druhých nepotrebuje, že sa sám zo všetkým vyrovná tak mlčanie nelieči ale izoluje. Než by s pýchy zdelil svoje problémy všetkými silami ich chce vyriešiť sám – mlčaním. Sú to však len riešenia zdanlivé. Mnísi to prenechávajú daru rozlišovania *discrecio,* ktorý im povie kedy treba mlčať a kedy je lepšie rozprávať. Môže byt celkom nutné upozorniť druhého na jeho chovanie, ktoré vzbudzuje pohoršenie. Mlčanie by v takom prípade bolo zbožnou výhovorkou aby sa človek vyhol nepríjemnému rozhovoru s tým druhým. Ak však neukážem svoj hnev druhému ihneď ale najskôr mlčím tak neskôr rozpoznám či sa vôbec oplatí druhého osloviť a akým tónom. Intermedzo mlčania vyjasní, čo je vlastne na mojom hneve prehnané alebo či nie je môj hnev zakotvený vo mne, v mojej nespokojnosti a precitlivenosti než v chovaní toho druhého. Tak bude moja reakcia primeranejšia – prvý nápor agresia je preč a ja môžem z druhým hovoriť vecne a menej vzrušene. Rozhovor tak môže byť plodnejší ako pre mňa tak i pre môjho partnera. Mnísi vyžadujú mlčanie vždy keď vidíme, že druhý robí chybu a máme chuť ho odsúdiť. Pretože mi odsúdenie zakrýva pohlaď na moje vlastné chyby mám mlčať. Mlčaním sa v dajú v chybe druhého odkryť chyby vlastné. *„je napísané – čo videlo oko tvoje to dosvedč. A ja vám hovorím, že i keby ste sa mali toho rukami dotýkať - nehovorte o tom. Jeden brat mal blaženú vidinu – videl ako jeho brat hrešil z nejakou ženou, pohoršený išiel bližšie strčil do nich nohou a povedal „prestane konečne.“ A boli to snopy obilia. Preto vám hovorím i keby ste sa rukami dotýkali – nesúďte!“.*

I keby sme si mysleli, že bratovu chybu presne poznáme a že sme ju priamo nahmatali – nesúďme. Nie sme tu voči bratovi spravodlivý pretože a súčasne podliehame klamu. Sme podvedený projekciou vlastných chýb do druhého. Ak mlčíme, /ujdeme nebezpečenstvu, že nás oklamú vlastné projekcie. Mlčanie pre mníchov v podstate znamená to isté ako sa zrieknuť súdov. Nevzťahuje sa toto mlčanie len na hlasnú reč ale aj na naše vnútorné hovorenie. Opäť povedal Poimen: *Je tu človek, ktorý vyzerá akoby mlčal, ale jeho srdce odsudzuje druhých, takýto človek v skutočnosti nepretržite stále rozpráva. A zase je tu aj druhý, ktorý rozpráva od rána do večera a predsa mlčanie zachováva. Tým, že nepovie nič zbytočného.* Ustavične sa porovnávame a to seba s inými a aby sme v tomto porovnávaní dopadli dobre – znižujeme druhého. Objavujeme v jeho činnosti jeho falošné motívy, egoistické úmysly. A ani si to neuvedomujeme a stále vynášame zo seba súdy o iných ľuďoch s ktorými sa stretávame. Nás súdiaci rozum neustále v nás hovorí (vedie vnútorný monológ). Keby sme sa dokázali zrieknuť klasifikovania druhých ich posudzovanie a odsudzovanie tak by nás to doviedlo k vnútornému pokoju. „*Keď Agaton niečo videl a jeho srdce chcelo o tom vyniesť súd tu si povedal: Agaton nerob to! A tak sa jeho myslenie upokojilo“.* Mlčanie pri pohľade na druhých nám umožňuje jasnejšie sebapoznanie. Dovolí nám prehľadať mechanizmus projekcie, ktorými premiestňujeme vlastné chyby do druhých a tak nie sme ich schopný ich rozpoznať. *V asketijskej púšti sa kedysi konalo zhromaždenie vo veci istého padlého brata. Otcovia hovorili len otec Pior mlčal. Na to vstal, vzal vreco naplnil ho pieskom a hodil si ho cez rameno. V košíčku však niesol trochu piesku pre sebou. Otcovia sa ho pýtali: Čo to znamená? A on odpovedal: Toto vreco plné piesku to sú moje hriechy, ktorých je mnoho. Ja som si ich hodil za hlavu aby ma neznepokojovali a aby som ich neoplakával. A hľa tých niekoľko málo chýb môjho brata tie mám pred sebou a ja toho pri jeho odsudzovaní toľko toho narozprávam. To nie je v poriadku. Skôr by som mal nosiť pred sebou svoje vlastné hriechy. Premýšľať o nich a prosiť Boha aby mi odpustil. Tu sa postavili otcovia a povedali: Tu je skutočne cesta spásy.* Hriech druhých môže byť podnetom, aby som sa zamyslel nad svojím hriechom. Tým, že sa zrieknem súdu a mlčím dostanem schopnosť spoznať svoju vlastnú hriešnosť. *Otec Pacfucius povedal: Bol som na cestách a stalo sa mi, že som v hmle zablúdil a objavil sa pri dedinke kde niekoľko ľudí hanebne obcovalo. Zastavil som sa a prosil o odpustenie svojho hriechu. A hľa tu prišiel anjel z mečom a povedal mi: Pacfucius, každý kto posudzuje svojich bratov týmto mečom zahynú, ty si však nesúdil ale si sa pokoril pred tvárou Boha ako by si bol tento hriech konal sám. Preto je tvoje meno zapísané v knihe živých.* V mlčaní nehľadíme na druhých ale skôr na seba a konfrontujeme sa stým čo na sebe odkryjeme. Pretože nepoznáme podmienky prečo ten druhý tak koná, zakazujeme si každý súd a miesto toho vidíme v jednaní druhého kľúč k výkladu svojho jednania. Chyba druhého sa stane zrkadlom v ktorom spoznáme svoje vlastné viny. *O otcovi Makariovi Veľkom sa hovorilo:* *že bol ako a hovorí v Písme – bohém na zemi. Lebo ako chráni Boh svet, tak zakrýval otec Makarios slabosti. Čo videl, akoby to nevidel. Čo počul, akoby to nepočul.* Mlčanie je tu výrazom lásky, ktorá nás robí schopnými akceptovať druhého, nepovyšovať sa nad ním ale uvedomovať si vlastnú slabosť. Pretože sme sa v mlčaní stretli sami zo sebou.