

A 1354

Evangelický teologický seminář

Jaro
Křivohlavý

PASTORÁLNÍ
PÉČE



3-10-66

PASTORÁLNÍ PÉČE

Jaro Křivohlavý

**Studijní texty Evangelikálního teologického semináře v Praze
svazek 4.**

ISBN 80-85942-42-9

© Jaro Křivohlavý, 2000
Obalka © Eva Hanušová, 2000

A 13521
135/02

PŘEDMLUVA

Jsou slova a slova. Některá slova se nás ani nedotknou. Jsou však i slova jiná, která nás v klidu nenechají. Zarazí nás. Probudí nás. Osloví nás a podnítí (stimulují).

Je možné, že pro někoho takovýmto „živým“ slovem bylo to, které čteme v bibli v evangeliu podle Matouše:

„Až přijde syn člověka ve své slávě ... tehdy řekne král těm po pravci: 'Pojďte, požehnaní mého Otce, ujměte se království, které je vám připraveno od založení světa. Neboť jsem hladověl, a dali jste mi jísti, žíznil jsem, a dali jste mi pítí, byl jsem na cestách, a ujali jste se mne, byl jsem nahý, a oblékli jste mne, byl jsem ve vězení, a přišli jste za mnou.' Tu mu ti spravedliví odpoví: 'Pane, kdy jsme tě viděli hladového, a nasýtli jsme tě, nebo žíznivého, a dali jsme ti pítí? Kdy jsme tě viděli jako pocestného, a ujali jsme se tě, nebo nahého a oblékli jsme tě? Kdy jsme tě viděli nemocného nebo ve vězení a přišli jsme za tebou?' Král odpoví a řekne jim: 'Amen, pravím vám, cokoliv jste učinili jednomu z těchto mých nepatrných bratří, mně jste učinili...'“ (Mt 25,31-46)

Tomu, koho toto slovo vytrhává z letargie (lhostejnosti a nečinnosti), je určena tato publikace.

V Třebenicích 6. 1. 2000

Prof. PhDr. Jaro Křivohlavý, CSc.

Poděkování

2000 let pastorální péče přineslo v praxi i v teorii mnohé. Přineslo i mnohé, čeho byl autor příjemcem i svědkem. Mnohé z nepřeberného množství poznatků o pastorální péči přijal a převzal a chová se k tomu, „jako by to bylo jeho“. Dává to zde dále v naději, že by to mohlo sloužit tam, kde je toho zapotřebí. Čerpal z mnohých zdrojů - hodně z těch, které jsou uvedeny v seznamu literatury na konci knihy. Z některých však čerpal mimořádně - a těmto autorům by rád zvláště poděkoval - i těm, kteří mu to osobně dovolili. Jde zvláště o Johna Turnera, Thomase C. Odena, Gary R. Collinse, Carl R. Rogerse, Josefa Smolíka a Eduarda Thurneysena. Zároveň by rád poděkoval překladatelům biblických knih, z nichž uvádí příslušné citáty. Tam, kde to bylo nutné, uvádí překlady zkratkou - (EP) znamená ekumenický překlad bible (Praha, 1979) a (k) kralický překlad (z r. 1613).

J. K.

I. ÚVOD

DO PASTORÁLNÍ PÉČE

Jeden obraz a tři příběhy (modely) pastorální péče

Biblický obraz pastýře

Ž 23: „Hospodin jest můj pastýř, nebudu mítí nedostatku. Na pastvách zelených pase mne, k vodám tichým mne přivodí. Duši mou očerstvuje, vodí mne po cestách spravedlnosti pro jméno své. Byť se mi dostalo jíti přes údolí stínu smrti, nebuduť se báti zlého, nebo ty se mnou jsi, prut tvůj a hůl tvá toť mne potěšuje...“

Mt 18,12–14: „Kdyby některý člověk měl sto ovec, a zbloudila by jedna z nich, zdaliž nenechá těch devadesáti devíti, a jde na hory, nehledá té pobloudilé? A nahodí-li se mu ji naléztí, amen pravím vám, že se raduje nad ní více, než nad těmi devadesáti devíti nepobloudilými.“

J 10,11 a 14: „Já jsem ten pastýř dobrý. Dobrý pastýř duši svou pokládá za ovce. Já jsem ten dobrý pastýř, a známť své a znajíť mne mé“ – slova Pána Ježíše Krista.

Příběh (model) první: Rozhovor Nikodéma s Pánem Ježíšem Kristem

J 3,1–21: Nikodém – dobrý znalec Písma – přichází v noci za Ježíšem, aby se ho zeptal na nejpodstatnější věci života a smrti. Ježíš ho přijímá, naslouchá mu, vystihne jeho nejhlubší potřebu a vede ho k samému jádru evangelia. Otevírá mu bránu do nového života a staví ho před osobní rozhodnutí.

Příběh (model) druhý: Elizeus a jeho služebník aneb vidění světa v Božím světě

2 Kr 6,8–17: Služebník proroka Elizea vychází ráno před dům a zjišťuje, že jsou obklopeni nepřátelskými (syrskými a aramejskými) po zuby ozbrojenými vojsky. Předěšen se vrací a sděluje to Elizeovi. Volá: „Pane můj, co budeme dělat?“ Elizeus však nepropadá panice. Odpovídá mu: „Neboj se, nebo více jich s námi jest, než s nimi.“ Modlí se: „Ó Hospodine, otevři, prosím, oči jeho, aby viděl.“ A tak otevřel Hospodin oči služebníka toho, a viděl, a aj hora ta plná koňů a vozové ohniví okolo Elizea.

Příběh (model) třetí: Milosrdný Samaritán

L 10,25–37: Zákoník – člověk, který se vyznal v bibli (ve Starém zákoně) – přichází k Pánu Ježíši Kristu, aby s ním diskutoval o nejzávažnějších otázkách víry. Pán Ježíš ho přijímá, pozorně mu naslouchá a odpovídá. Vzorem pastorální péče zde je nejen tento rozhovor, ale i celý příběh. Vlastní čin milosrdného Samaritána nám může sloužit jako model realizace (uskutečňování) pastorální péče – její činnostní složka (aspekt).

Co je možno očekávat od této kapitoly?

To, oč jde, naznačuje nadpis kapitoly: „Úvod do pastorální péče“. V tomto nadpisu jsou tři klíčová slova: Úvod – Péče – Pastorální. Co znamenají?

Úvod. Slovem „úvod“ se rozumí obvykle několik slov na zahájení určité činnosti. I zde jde o podnět k zahájení zcela určité činnosti – pastorální péče. Nejde zde o vyčerpávající pojetí daného předmětu, kterým je např. kniha typu „handbook“ (Handbuch), ve které je vše.

Péče. Slovem „péče“ se rozumí „starání se o někoho či o něco“. Opatrování. Přejné věnování pozornosti někomu či něčemu. Pečlivé dbání na zdárný vývoj něčeho. Zabezpečování pomoci. V širším pojetí je možno péči chápat jako projev opravdové lásky někoho k někomu druhému. To, co se rozumí péčí, je možno si ujasnit i pohledem na to, co je protikladem péče: být k něčemu či někomu lhostejný, nedbat na nic a nevímat si toho, co se děje.

S oběma těmito projevy – péčí i lhostejností – se setkáváme např. v bibli v podobnosti o milosrdném Samaritánovi. Tato podobnost zde není náhodná.

Takto pochopená péče o druhého člověka – a o tu nám zde jde – může být různého druhu. V životě se setkáváme se zdravotní péčí (s péčí lékařskou a ošetrovatelskou), s péčí sociální (sociálněekonomickou), lázeňskou, pedagogickou, finanční atp. Pastorální péče je tak jednou z takového druhu činností. Má však svůj zvláštní důraz, své specifikum.

Pastorální. V kořenu tohoto slova je možno slyšet latinské „pastor“ – pastýř. Dokonce je možno přitom myslet na zcela konkrétního pastýře, který se stará o své stádo. Stará se např. o to, aby ovce měly co spásat a pít, aby byly zabezpečeny proti útokům dravé zvěře, aby se neztratily, aby měly chvíle oddechu. Aby se jim dostalo ošetření v případě nemoci a bolesti. Ztratí-li se – zaběhnou-li se – pastýř je hledá a přivádí zpět ke stádu. Nejen to. Pastýřská péče znamená i trvalou přítomnost pastýře u stáda – jeho osobní starost o každou ovci, jeho péči o dobro každé ovce, jeho zájem o to, aby vše, co se děje i bude dít, bylo dobré a nadějně.

Obraz pastýře a jeho péče o svěřené stádo ovcí patří k nejvýraznějším obrazům bible. Není divu. Lid izraelský byl původně národ pastýřů. Tomu, co se týkalo péče o ovce, tam každý dobře rozuměl. Dobře se tam chápalo, jak je důležité, aby stádo mělo dobrého pastýře, neboť ovce samy by tváří v tvář nepředstavitelným problémům v dosti pusté krajině těžko přežily. A tak se obraz pastýře a stáda dosti samozřejmě přenesl – metaforou (obrazně) – i na sám národ izraelský.

V bibli se obrazu pastýře používá např. tam, kde se hovoří o Mojžíšovi – „pastýři lidu izraelského“ – při jeho vyjití z Egypta a cestě do země zaslíbené. Obdobně se hovoří i o některých izraelských kráľích – např. o Davidovi – jako o pastýři izraelského

národa. Vždy však je zde zřetelné a jasné povědomí o tom, že „Hospodin je pastýřem pastýřů“. O tom, že tomu tak skutečně je, svědčí i hlasy zdola – např. když slyšíme žalmistu, jak volá: „My jsme pak lid tvůj, ovce pastvy tvé“.

Na druhé straně se v bibli – ve Starém i Novém zákoně – ozývají negativní hlasy. Mluví se tam o tom, že lidé nemají dobrého pastýře (Nu 27,17; Ez 34 – celá kapitola, 1 Pt 2,25 atp.). Sem patří i povzdech žalmisty (Ž 119,176): „Bloudím jako ovce ztracená“. Vzdor tomu je zde výrazné slovo naděje, že Hospodin pošle jim (i nám) dobrého pastýře (Jr 3,15; Jr 23,4; Iz 40,11; Za 11,16 atp.).

O tom, že se toto zaslíbení splnilo, svědčí řada dalších výroků Písma, např. „Obrácení jsme k pastýři duší svých“ (1 Pt 2,25). Ježíš Kristus je nazýván „kníže pastýřů“ (1 Pt 5,4 atp.). Pán Ježíš Kristus sám sebe označuje za dobrého pastýře – jak jsme zde viděli již v úvodu – a vede své učedníky k tomu, aby byli pastýři svěřených jim lidí – viz třikrát opakované Ježíšovo slovo určené Petrovi: „Pasiž ovce mé“ (J 21,15 a 16). Hovoří o tom i výroky apoštolů – např. „Paste stádo Boží“ (1 Pt 5,2), „Abyste pásli církev Boží“ (Sk 20,28) a j.

Máme tedy nejen poslání, ale i vzor. Ježíš Kristus je tím „dobrým pastýřem“. V jeho slépějích bychom měli chodit i my, patříme-li jemu. To je vlastním jádrem pojetí pastorální péče.

Proč je třeba zamýšlet se nad pastorální péčí?

Důvodů zde je hned několik: Po řadu let byla u nás jakákoliv duchovní péče „nežádoucí činností“ – viděno z hlediska totalitního ateistického státu. Znamenalo to, že tato péče ochabovala a degenerovala. I zde platí: „Kdo chvíli stál, již stojí opodál.“

Něco se za ta léta ve světě změnilo. Ti starší si pamatují, že pastorální péče byla považována za výhradní činnost duchovního – profesionálního teologa (faráře, kněze, kazatele, jáhna atp.). Pohled do současnosti však ukazuje, že toto pojetí patří minulosti. Bylo nahrazeno biblicky správnějším pojetím (tzv. všeobecného kněžství), které chápe pastorální péči jako organickou součást života každého křesťana. Každý z nás – podle tohoto pojetí – má ve svém životním prostředí (doma v rodině, v zaměstnání, mezi přáteli atp.) někoho – několik lidí, jimž by měl jako křesťan věnovat svou pozornost a péči – i svou pastorální péči.

V oblasti pojetí pastorální péče došlo v posledním půlstoletí k mimořádnému rozvoji jak učení, tak praxe. Byly vydány stovky knih v různých jazycích, které tento rozmach zájmu o pastorální činnost zřetelně ukazují. Není snadné udělat si dobrý přehled o tom, co je zde podstatné a co by nám nemělo ujít. Je úkolem tohoto úvodu do pastorální péče napomoci orientaci v této oblasti.

Literatura o pastorální péči je nesmírně bohatá. Základní práce podávající celkový přehled o tomto oboru to naznačují svým rozsahem. Anglicky psaná „učebnice“ pastorální péče (Collins, 1980) má 477 stran. Německá „učebnice“ (Becker, 1983) psaná 26 autory, má 619 stran. Nedávno vyšla třídílná učebnice pastorální péče, podávající obraz o tom, jak význační teologové v minulosti chápali a prováděli svou pastorální činnost (Moeller, 1994). Velice obsáhlý je i moderní slovník pastorální péče (Hunter, 1990). Má celkem 1346 stran.

V r. 1992 vyšla kniha Davida Bennera o strategii pastorální péče a pastorálního poradenství. Ta dala základní rámec a obsahovou náplň pěti setkáním pastýře s lidmi, kteří trpí různými těžkostmi. Od té doby vychází v nakladatelství Baker Books v Grand Rapids speciální „knihovna“ pastorální péče – série speciálních knížek napsaných podle tohoto strategického pojetí. Jednotlivé knihy jsou určeny následujícím problémům pastorální péče: drogové závislosti, zlosti, depresi, odpuštění, traumatu, zármutku, vině a zahanbení, manželským problémům, těžkým otázkám rodičů, kteří si neví rady se svými dětmi, sexuálními dysfunkcím a starostem a trápením. Ke každé knize, která je určena odborným pastýřům (farářům, kazatelům, kněžím atp.) vychází zároveň od téže autorské dvojice, která napsala odbornou knihu, i speciální publikace určená lidem, kteří danou těžkostí trpí – viz např. Worthington a Mc Murry, 1994 a Mc Murry a Worthington, 1993.

Změny v pojetí pastorální péče. V posledním století – a v jeho závěru pak zvláště – došlo jednak k prohloubení, jednak k rozšíření pojetí pastorální péče. Hovoříme o tom v poslední kapitole, pojednávající o užším a širším pojetí pastorální péče. I to je důvodem k tomu, abychom si jako křesťané ujasňovali své místo a svůj úkol v této oblasti.

Co rozumíme pastorální péčí?

Odpověď na tuto otázku je možno dát různým způsobem.

- Je možno např. uvádět příklady pastorální péče tak, jak se s nimi setkáváme v bibli – jak jsme zde učinili v úvodu – a z nich si utvořit vlastní představu o tom, co to je pastorální péče.
- Je možno uvádět definice – přesná slovní vyjádření náplně předmětu zvaného „pastorální péče“.
- Je možno pokusit se přistoupit k ujasnění předmětu pastorální péče i jinak – neobvykle (netradičně) – a přitom biblicky. Podívejme se na věc těmito třemi způsoby.

Pojetí pastorální péče v bibli

Uvedli jsme již, že Mojžíš je považován za příklad pastýře lidu izraelského při jeho

vyjítí z Egypta a na cestě do země zaslíbené. V jeho činech je možno odečítat, co se rozumí pastorální péčí – i když jde v daném případě o Mojžíšovu péči „o celé stádo“ (o celý národ izraelský) a ne jen o jednotlivé ovce (jednotlivé Izraelce).

Ve Starém zákoně je možno nalézt řadu dalších příkladů lidí, kteří byli „dobrymi pastýři“ jak celého národa izraelského, tak jednotlivých lidí. Je to možno odečítat např. na životě proroků – viz Samuele, Eliáše, Elizea, Nathana, Izaiáše, Jeremiáše atp (viz např. jednání proroka Nathana s králem Davidem – 2 S 12 nebo rozhovor proroka Eliáše s králem Achabem – 1 Kr 21 atp. Je to možno sledovat na příkladech života králů – viz např. Davida, Šalomouna, Uziáše atp.

V Novém zákoně – jak jsme již naznačili – je výrazným představitelem dobrého pastýře sám Pán Ježíš Kristus. O jeho pastorální péči svědčí v první řadě jeho starost o dvanáct jím vyvolených učedníků. Tři roky byl Ježíš dennodenně s nimi. Staral se o ně. Hovořil s nimi. Umožnil jim, aby ho viděli, jak on sám řeší problémy, s nimiž se setkával. Měli možnost sledovat i příklady jeho vlastní pastorační péče „par excellence“ – uvedli jsme zde jako takový příklad jeho setkání s Nikodémem a se zákoníkem, kterému vykládal podobenství o milosrdném Samaritánovi. Viděli Ježíše při pastorační práci – jak pomáhal lidem v jejich průřezných těžkostech. Slyšeli z jeho úst řadu podobenství, v nichž se objevovalo samo jádro pastorální péče. Jako příklad jsme si uvedli podobenství o milosrdném Samaritánovi. Tím zraněným, ležícím podle cesty, nemusí dnes být jen tělesně zraněný člověk, ale i člověk zraněný duševně, sociálně, duchovně atp. Okraden nemusí být jen o peníze, ale třeba i o sebeúctu či sebedůvěru a kladné sebehodnocení. Nemusí přitom procházet jen úzkým údolím v horách mezi Jeruzalémem a Jerichem, ale třeba zúženou životní situací – úzkostí (anxietou), tísní a stresem atp.

Tak měli učedníci u Pána Ježíše Krista příležitost učit se tomu, co nazýváme pastorační péčí, a to po celou dobu, co s ním byli – až do posledního dne (viz jeho starost o matku ještě ve chvíli, kdy již visel na kříži). Tak tomu bylo i před jeho nanebevstoupením – viz jeho starost o Petra a o Petrovu vlastní pastorální činnost.

V Novém zákoně však můžeme sledovat i pastorální činnost Ježíšových učedníků – viz např. pastorální působení apoštola Pavla a jeho pastorální dopisy (epištoły), pastorální působení apoštola Petra, Jana atp. Máme možnost seznámit se v Novém zákoně s tzv. pastorálními epištolami (dopisy) – viz epištoły Koloským, Efezským, Filipským, 2. Tesalonickým, Timoteovi a Titovi.

Pastorální péče se stala teologickou disciplinou, spadající do oblasti praktické teologie – spolu s homiletikou (naukou o kázání), liturgikou a katechetikou. V nejstarší době – v katolické církvi – byla tato disciplína nazývána „cura animarum generalis“. Později – s odkazem na řecký termín pro pastýře – „poimen“ – byla tato disciplína

pojmenována POIMETIKA. V německy mluvící oblasti je tato disciplína známá pod pojmem „Seelsorge“ – péče o duše (případně Seelenführung či Seelenleitung). Zde se přidržujeme obsáhlejšího pojetí, které slyšíme v pojetí pastýřské péče jako péče o celého člověka – nejen o jeho duši. V anglosaské oblasti se používá termínu „pastor“ a „care“, případně „pastoral counseling“ (pastýřské poradenství). V souboru praktické teologie je jí blízká z jedné strany (z hlediska přístupu k víře) „evangelizace“ a „misie“, z druhé strany (z hlediska péče o postižené) pak „diakonie“.

Pastorální teologie. Od pastorální péče, případně pastorálního poradenství je třeba odlišit pastorální teologii. Ta – podle obsáhlého nejnovějšího naučného slovníku pastorální péče (Hunter, 1990) – je definována jako ta větev teologie, která formuluje praktické principy, teorie a postupy ordinovaných pastýřů ve všech jejích funkcích. Rozumí se jí i teologická reflexe, která zkušeností z pastorální péče využívá jako kontextu k rozvoji základního teologického porozumění. V krajním případě se pak pastorální teologií rozumí způsob, jak pastorálně chápat teologii (Hunter, 1990, 862-874).

Duchovní vedení. Tímto termínem se rozumí jedna část pastorální péče, kde se lidem nabízí pomocné společenství na cestě víry. Jde o praxi prohlubování spirituality (zbožnosti) velice široce rozvinutou zvláště v katolické a pravoslavné církvi. Ta však též v posledních desetiletích sílí i v protestantských kruzích. Známa jsou např. duchovní cvičení Ignáce z Loyoly, práce Tomáše Kempenského o Napodobování (imitaci) Ježíše Krista, práce K. Rahnera o praxi křesťanské víry atp.

Definice pastorální péče

Definicí se rozumí slovní vymezení pojmu. Podívejme se, jak dopadaly takovéto pokusy tam, kde šlo o výměr termínu „pastorální péče“.

- Úvodem nejkratší definice pastorální péče: Josef Smolík: Pastorální péče je „službou k víře a k životu z víry“ (1991).
- Klasické pojetí: „Pastorální péče je osobním opatrováním věřícího člověka duchovním“ (rozuměj: farářem). Tuto definici uvádí R. Blühm v nejobsažnější německy psaném pojednání o pastorální péči a v nejobsáhlejším rozboru definic pastorální péče (1983, str. 21). Toto pečování má přitom podobu osobního zájmu o daného člověka a formu pomoci členu církve v problémech života víry. Tato pomoc je čerpána z evangelia. Jde o pochopení pastorální péče jako jednoho z charakteristických rysů života křesťanské církve. Důraz je kladen na posílení víry a na zvládání osobních problémů a životních krizí z pozice víry. Pozornost je zaměřena zvláště na lidi, kteří se nacházejí v průřezném utrpení – např. nemoci, úzkosti, strachu, bolesti, stáří atp. i v těžkostech sociálních tlaků (stresových

situacích). Od pastorální péče se pak očekává v prvé řadě duchovní pomoc – povzbuzení a posílení víry, nalezení bezpečí, pokoje (šalom) a naděje. Očekává se od ní též pomoc v životní orientaci např. v rozhodování v těžkých životních situacích, konfliktech, krizích a katastrofách. Často přitom může jít o těžkosti velice konkrétní – např. ekonomické, zdravotní, sociální atp.

Reimund Blühm na jiném místě píše: Pastorální péče (v německém pojetí tzv. péče o duše – Seelsorge) je „starostí (pečováním) duchovního (kněze, faráře, kazatele atp.) o věřícího člověka“ (str. 21). Čteme zde též, že je „spolupodílením se na osobním životě (druhého člověka), péčí o jeho blaho – zvláště pak tam, kde jde o vnitřní psychickou oblast (člověka).“ (1983, str. 22). Ještě dále: „Pastorální péče je pomocí životu a chápání životních problémů z hlediska (křesťanské) víry“ (25).

Evropský klasik protestantské pastorální péče – Eduard Thurneysen – se hluboce zamýšlí nad základní otázkou smyslu a cíle pastorální péče (v jeho pojetí Seelsorge) ve svém základním velice obsáhlém díle „Die Lehre von der Seelsorge“ (Učení o péči o duše – o pastorální péči, 1988). Pastorální péči chápe jako „vyřízení poselství – zvěstování Božího slova jednotlivci“ (9).

Píše doslova: „Péče o duše (Seelsorge) je prostředek, jak vésti člověka k Bohu“ (26). A dále: „Jejím úkolem je posvěcení celého člověka“ (45). „Jde přitom o naslouchání Bohu a zároveň i naslouchání člověku“ (100) „s cílem nalezení pokoje (šalom)“ (136). Thurneysen chápe rozhovor jako základní formu pastorální péče (87) a definuje jednoznačně obsah tohoto rozhovoru. Je jím „Sdělení odpuštění hříchů v Ježíši Kristu“ (129).

Důraz na sdělování Božího slova člověku v pastorální péči u Eduarda Thurneysena je tak výrazný, že doslova říká: „Péče o duše byla a je sdělováním Slova jednotlivci a nemůže a nechce být ničím jiným“ (175). Obdobně definuje pastorální péči i Hans Asmussen.

Toto tzv. kerygmatické pojetí pastorální péče (Seelsorge) bylo v průběhu let kritizováno, že je příliš intelektualizováno (týká se jen rozumu), že věnuje malou pozornost naslouchání (zjišťování skutečných potřeb lidí) a vyhýbá se problematice vzájemných vztahů mezi tím, kdo pastorální pomoc potřebuje, a tím, kdo ji poskytuje. Kritizována byla i malá věcnost (realita) tohoto pojetí. Byla naznačena nutnost konkretizace pomoci při zvládání zcela specifických životních těžkostí. Uvedme zde i další pokusy o definování pastorální péče:

- O. Händler: „Pastorální péče je nejen zvěstováním Božího slova, ale i zcela konkrétní realizace toho, co se ve zvěstování člověku sděluje.“
- U. Schall: „Pastorální péče je péčí o člověka v rámci církve.“

- Jossutis: „Pastorální péče je praxí evangelia ve formě poradenské a úzdravné životní pomoci.“
- Kroeger: „Pastorální péče je pomocí člověku v tom, aby byl člověkem v prostředí křesťanské víry.“
- H. O. Woelker: „Pastorální péče je apoštolátem ničím neomezeného Božího smilování. Je konkrétní podobou Boží péče o člověka. Jde jí nejen o víru, ale i o zcela konkrétní starosti člověka v jeho každodenním životě.“
- Walter Neidhard: „Pastorální péče je poradenstvím v (křesťanském) církevním kontextu.“
- D. Stollberg: „Pastorální péče je určitá forma vzájemné pomoci člověka člověku, která se děje v kontextu Boží pomoci nám – lidem. V tomto pojetí se ten, kdo sám byl přijat (jako marnotratný syn), ujímá toho, kdo se v obdobné situaci nachází.“
- P. Tillich: „Pastorální péče je praktickou odpovědí na teologickou otázku po zrání a vnitřním vývoji křesťana.“
- H. Daewel: „Pastorální péče je určitou formou pomoci lidem, kterým jde o neustálý růst ve víře a o zrání víry. Jejím cílem je posvěcení.“

Obecně je možno říci, že v pastorální péči je autory kladen důraz na posilování (posílení) víry a zvládání životních obtíží (těžkostí, krizí a životních katastrof) z hlediska víry (v pohledu a síle víry). Tato péče je zaměřena na lidi prožívající průřezné těžkosti, úzkosti a strachy, bolesti a utrpení nemoci, stáří a blížící se smrti, osamění, sociálního a jiného tlaku a útlaku. Od takto definované pastorální péče se pak očekává potěšení, povzbuzení, nalezení správného postoje, bezpečí a skrytosti v Bohu. Očekává se i pomoc v orientaci víry v nejasné situaci, pomoc při rozhodování v průřezných životních situacích – např. v rodinných otázkách, v otázkách zaměstnání (práce) atp.

Co je proprium pastorální péči?

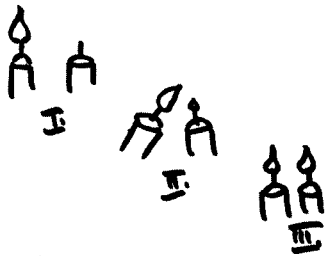
- Pastorální péče je projevem tendence od čisté teologie k adresátu – ke zcela konkrétnímu člověku, od kázání ke konkrétní pomoci. (H. Wulf)
- Daný člověk sešel z cesty života (nachází se na falešné cestě). Je třeba mu pomoci. – To je základ tzv. nouthetického pojetí pastorální péče. (J. A. Adams)
- V daném případě je nebezpečí, že duchovní růst daného člověka stagnuje a je třeba pomoci mu, aby dále duchovně rostl – rozvíjel se a zrál směrem k posvěcení (viz tzv. charismatické pojetí pastorální péče, H. Daewel).
- Pastorální péče je určitou formou pomoci člověku, který se ptá na podmínky vnitřního vývoje, tj. na to, co má dělat, aby dále duchovně rostl a zrál. (P. Tillich)
- V pastorální péči (přesněji: v pastorálním poradenství) jde o poskytování informací

lidem v jejich těžkých životních situacích, a to takových informací, které jsou důležité pro řešení jejich problémů. (M. Jossutis)

- V pastorální péči jde o praktický projev té lásky, která se označuje v Novém zákoně termínem „agape“.

Souhrnně je možno říci, že:

- Pastorální péče se odehrává v křesťanském kontextu – na rozdíl např. od nemocniční zdravotní péče, která se může odehrávat i v mimokřesťanském či duchovně neutrálním prostředí (kontextu).
- Ten, kdo pastorální péči poskytuje, je křesťan (křesťansky věřící člověk). To je jeho základní charakteristikou. Není to ateista či duchovně zcela neutrální člověk, případně duchovně apatický specialista (lékař, psycholog, psychoterapeut, sociální pracovník, ekonom atp.).
- V pastorální péči se počítá s uzdravným vlivem křesťanské víry (evangelia) – nejen s vlivem cvičení (jak tomu je např. u behaviorální psychoterapie), „vhledu“ (insight – Einsicht – jak je tomu např. u hlubinné psychoterapie), farmak, ryze odborných informací atp.



obr. 1. Pojetí misie a evangelizace

I., II. a III. fáze děje sdílení naděje

Co je misie a evangelizace? Obrazně řečeno: jeden žebrák sděluje v lásce druhému (hladovému) žebrákovi, kde je k dostání chléb „bez peněz a bez placení“ (Iz. 55,1), neboť sám se již přesvědčil, že tam chléb skutečně je a že je ho možno dostat zadarmo - díky laskavosti Dárce.

Co je cílem pastorální péče?

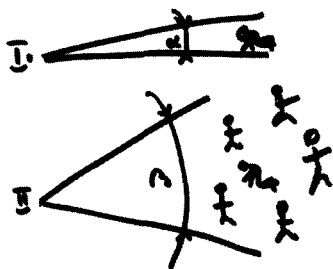
- a. V užším, ryze křesťanském pojetí:
 - Pomoci víře a životu z víry. (A. D. Müller)
 - Pomáhat lidem, kteří se snaží vidět svou životní situaci z hlediska křesťanské víry a podle toho pak i realizovat (uskutečňovat) svůj vlastní život. Toto vidění je přitom chápáno jako dar a ne jako výsledek odborného uvažování. (R. Blühm)
 - Cílem pastorální péče je uprostraňovat Duchu svatému – Utěšiteli (Parakleitos), – aby se mohl dotknout lidí v tísní, těžkostech, problémech, konfliktech a životních krizích a katastrofách. Jde o to dát se vést Duchem svatým a pomáhat druhým lidem, aby se dali vést Duchem svatým

- Cílem pastorální péče je pomáhat lidem v jejich křesťanské sebeaktualizaci (sebeuskutečňování), tj. aby byli těmi, kterými by být mohli a měli.
- Cílem pastorální péče je pomoci bližním nést břemena života tak plnit zákon Kristův. Projevovat v praxi vzájemnou lásku, která váže křesťany spolu navzájem.
- Cílem pastorální péče je jít ve šlépějích Pána Ježíše Krista a tak jako on s lidmi hovořit a pomáhat jim různými způsoby – jak on to dělal.
- Cílem pastorální péče je pomáhat druhým lidem – spolubratřím a spolusestrám – k tomu, aby byli opravdovějšími a zralejšími křesťany. (G. R. Collins)
- Cílem pastorální péče je posílit odvahu k věření. (D. Stollberg)
- b. V širším, obecnějším pojetí (uvedeno podle G. R. Collinse, 1980):
 - Cílem pastorální péče je pomáhat lidem v jejich životních problémech,
 - pomáhat jim tam, kde si chtějí navzájem lépe porozumět,
 - pomáhat jim změnit neefektivní (neúčinné) způsoby jednání (chování),
 - poskytovat jim sociální oporu (být s nimi, nenechat je osamocené a opuštěné),
 - pomáhat jim lépe zvládat jejich vnitřní problémy, konflikty, emocionální (citové) obtíže, falešné představy atp.,
 - podněcovat (stimulovat) je k tomu, aby mysleli a jednali jinak (lépe, vhodněji, správněji atp.),
 - pomáhat jim k tomu, aby se plněji rozvíjeli a zráli jako osobnosti,
 - pomáhat jim ukončit rozvíjející se katastrofické dění, které hrozí, že to s nimi bude ještě horší,
 - preventivně je učit účinnějším způsobům zvládnání zátěže, stresu a distresu.

Pastorální péče jako pomoc bližnímu vidět svět v Božím světle

V úvodu jsme nastínili příběh, který může být modelem pastorální péče. Zopakujeme si jeho hlavní rysy. V 2 Kr 6,8-17 čteme o tom, jak Pán Bůh otevřel oči sluhy muže Božího (Elizea). Ten byl předěšen, když viděl kolem vesnice Dotan velké množství nepřátelského aramejského (syrského) vojska. Toto vojsko oblehlo jejich vesnici a dům s jednoznačným cílem – zničit je (zabít). Když ráno sluha vyšel z domu a uviděl toto obklíčení nepřáteli, zhrozil se. Přiběhl k Elíšovi a zvolal „Běda!“ Slyšel však z úst proroka: „Neboj se, protože s námi je jich víc než s nimi.“ Potom se Elíša modlil: „Hospodine, otevři mu prosím oči, aby viděl,“ a čteme, že Hospodin otevřel mládenci oči a on uviděl horu plnou koní a ohnivých vozů kolem Elíši. Nebylo tedy proč se bát.

O tento moment v pastorační péči jde. Asistovat – pomáhat člověku v jeho těžké situaci tak, aby ten mohl vidět svět v Božím světle.



obr. 2. Pojetí pastorální péče jako vidění světa v širším zorném úhlu, případně vidění světa v jiném světle (jinak) - podle J 8,3-11 a 2Kr 6,8- 23

I. Vidění světa (dané situace - zde ženy klečící před soudci) v příliš úzkém úhlu - např. jen z hlediska nařízení, předpisů a zákonů.

II. Vidění světa (dané situace ženy klečící před soudci a zároveň soudců) z širšího zorného úhlu - Božího pohledu.

Do určité míry je to v harmonii (souladu) s tím, co vyjadřují slova: „Nejde o to, nač se dívá člověk. Člověk se dívá na to, co má před očima. Hospodin však hledí k srdci“. (1 S 16,7)

Takovýchto situací „otevírání očí“ pro vidění světa v Božím světle najdeme v bibli bezpočet. Je jí např. situace Bileáma (Nu 22,21-35), který nevidí, co vidí jeho oslice. Čteme tam: „Sňal Hospodin clonu z Bileámových očí a on spatřil Hospodinova posla.“ Je jí situace Jobovy ženy, která viděla jen to, co bylo před očima (Jb 2,9-10). Je jí např. situace Jonáše, který nevidí, že se ninivetští odvracejí od své zlé cesty (Jon 3,10) a lpí na svém – nesprávném vidění světa. Je jí i novozákonní situace, kde učedníci nechápu Pána Ježíše Krista, když ten hovoří o svém odchodu (Mt 25,30). Je jí i situace v Getsemane, kde učedníci nevidí, co Ježíš vidí (Mt 16,21-23). Je jí i Petrova situace, když se holedbá, že Ježíše nezapře (Mt 16,23). Je jí situace člověka 38 let nemocného, ležícího u rybníka Bethesda (J 5,1-9), kterého se Ježíš ptá, zda chce být zdravý, a nedá na jeho stížnost, že nemá nikoho, kdo by ho donesl do rybníka, jakmile se voda rozvíří. Tento model přístupu k otevírání očí je možno vidět v pozadí řady Ježíšových podobenství – včetně podobenství o milosrdném Samaritánovi.

Chápeme-li víru jako vidění světa (dané situace) v jiném (Božím) světle a zároveň jako osobní důvěru v hodnověrnost (důvěryhodnost) toho, jehož vidění světa je nám tak nabízeno, pak je možno chápat pastorální péči jako snahu pomoci tomu, kdo svět vidí jen svými vlastníma očima, aby ho viděl v Božím světle. Toto vidění světa v Božím světle není přitom výsledkem naší práce. Je cele Božím dílem. Můžeme se však v rámci pastorální péče pokusit být v tom bližnímu nápomocni, tak jako se o to pokusil např. ve výše uvedeném příkladě u Dotan prorok Eliáš.

Tento přístup není tak zcela ojedinělý. Setkáváme se s ním např. v pojetí víry u Anselma Grüna (1998). Tam čteme např.: „Víra je pro mne novým pohledem na skutečnost. Vírou se snažím vidět skutečnost v novém světle a vysvětlit ji novým

způsobem. Překračuji rovinu, na níž leží problém, a snažím se vidět problém z hlediska Božího“ (str. 7).

Jinde: „Víra se dovede dívat jiným pohledem na celý lidský život“ (str. 8). „Ježíš nás nejprve učil novému vidění našeho života, světa i Boha. A z tohoto nového pohledu, který on sám prožil před námi, vyrůstá pak jakoby samo sebou nové chování i nový existenciální pocit“ (str. 10).

Opět: „Víra je způsob, jak vidět skutečnost a jak ji vykládat. Víra vidí skutečnost Božíma očima. A vidí ji očima interpretace, kterou rozvinula bible a tradice duchovního života!“ (str. 11). Dále: „Víra vysvětluje náš život zcela vědomě pohledem Božím“ (str. 13). „Víra vidí z hlediska Božího nové možnosti, ale není utopistickým řešením... Chce dát jiný výklad našemu životu“ (str. 15).

Pokud jde o pastorální péči, pak nám A. Grün radí tam, kde spolu s druhým člověkem stojíme před jeho problémem: „Dát celé věci nový smysl. Je možné pokusit se spolu s ním vidět jeho situaci jinak“ (str. 18). „Stačí však, když vidí, že je možno se dívat na celou věc i jinak“ (str. 19). Obdobně postupuje A. Grün i tam, kde jde o pastorální vztah k nemocnému člověku. I tam radí „vidět situaci v novém světle... vidět nemoc jinak“ (str. 21). Pak je možno nemoc přijmout a dát ji jiný výklad – „vidět nemoc v jiném světle... pak dostane nemoc jiný smysl“ (str. 22). Zároveň však říká, že se „musíme v tomto pozitivním pohledu víry zcela vědomě cvičit, ... abychom objevovali očima víry tajemství“ (str. 27).

S určitým náznakem pojetí pastorální péče jako pomoci vidět svět v Božím světle je možno se setkat i u klasiků tohoto oboru. Eduard Thurneysen (1988) např. píše: „Pastýřská péče staví člověka a všechny problémy do světla Božího slova. V tomto světle vše vidí a prohlédá. Tím dochází k opravdovému a správnému porozumění člověku a k vnitřnímu setkání s ním“ (178).

V tomto smyslu hovoří Thurneysen např. o Blaise Pascalovi: „On sám se poznal, jakým je ve světle bible“ (179).

Jinde píše E. Thurneysen, že „pastorální péče se snaží o to, vidět i ty nejbližší věci ve vztahu k Pánu Bohu“ (103). „Má jí jít zcela konkrétně o to ukázat všechny věci ve vztahu k Božímu slovu“ (103). Je to i ve vlastním jádru pastoračního rozhovoru – odpuštění hříchů : „Odpuštění hříchů znamená: vidím člověka v novém pojetí, které je zcela jiné, nežli bylo vše, co jsem měl dosud k dispozici“ (155).

Pojetí víry jako „vidění světa v Božím světle“ je možno tušit i v hloubi biblického učení o „prohlédnutí“, znovuzrození, obrácení a konverzi, případně i tam, kde se hovoří v duchovní oblasti o mystickém zření. Je možno zde vidět i určitou obdobu tohoto jevu s tím, co známe pod termínem prozření, klarifikace, případně „vhled“ – insight, Einsicht – v hlubinné psychoterapii (C. G. Jung) atp. Je možno je odečítat

v určité době i v novodobém pojetí vrcholných duševních a duchovních zážitků – tzv. „flow“ (Czikszentmihalyi).

Tematická náplň pastorální péče

Pohlédneme-li do „učebnic“ pastorální péče, pak zjistíme, že se tam objevuje celá řada témat – i když porůznu poskládaných. Do určité míry je možno tato témata rozdělit do tří oblastí:

- I. Problémy (víry), které má člověk sám se sebou.
- II. Problémy (víry), které má člověk s druhým člověkem.
- III. Problémy (víry), které má člověk s Bohem

K těmto tematickým okruhům problémů je třeba přiřadit další skupinu metodických témat – např. o tom, jak přistupovat k druhému člověku, jak mu naslouchat, jak s ním hovořit, jak s ním telefonovat, jak se k němu chovat, jak s ním jednat, jak se s ním i za něj či za ní modlit, jak psát pastorační dopisy, jak navštěvovat nemocné doma i v nemocnici atp.



obr. 3. Pojetí pastorální péče ve smyslu Ježíšova výroku v Mt 25, 31 - 42.

Co je pastorální péče? V určitém pojetí je odpověď na výzvu „Navštěvovat nemocné...“, tj. **vidět** „nouze“ a „potřeby“ druhých lidí, **chápat** jejich situaci a **snažit se jim pomoci**.

Uvedme nejprve příklady takovýchto problémů:

- I. Problémy (víry), které má člověk sám se sebou

Duchovní život – orientace v hodnotové sféře a v odpovědích na otázky po smyslu života.

Otázky osobní víry – Co je víra? Kdy je víra zdravá a kdy je nezdravá? Mám věřit či nevěřit? Komu a čemu věřit a komu a čemu nevěřit? Kdy a jak víra zraje a kdy uvadá či degeneruje?

Rozvoj a zrání osobnosti (charakteru).

Člověk ve zdraví a nemoci.

Speciální osobní problémy – např. otázky motivace vlastního jednání, otázky viny a odpuštění, otázky negativních charakteristik vlastní „povahy“ (např. zlosti, vzteku, agresivity atp.) a boje s nimi, otázky falešných představ a názorů i postojů, otázky osobní disciplíny atp.

II. Problémy (víry) , které má člověk s druhým člověkem

Otázky sociální interakce – jednání s druhým člověkem (jak se chovat ve styku s druhými lidmi).

Otázky manželství

Problematika rodiny

Společenský život.

III. Problémy (víry), které má člověk s Bohem

Duchovní zážitky, uvěření (znovuzrození, obrácení, konverze atp.)

Má a tvá víra (tam, kde ta tvá víra se od mé odlišuje)

Modlitba

Hledání Boží vůle a její plnění

Metodické otázky pastorální péče

Sociální komunikace v pastorální péči, pastorální rozhovor, dialog s hledajícím člověkem, skupinový rozhovor v rámci pastorální péče, soustavné čtení bible a biblická meditace, modlitba v rámci pastorální péče, křesťanská „cvičení“ (exercicie), zpověď, pastorální návštěvy lidí v jejich domovech, pastorální péče vedená telefonem a dopisy, pastorální péče formou linek důvěry atp.

Výše uvedené oblasti zájmu pastorální péče jsou pak v různých učebnicích pastorální či duchovní péče zpracovávány v různé šíři a do různé hloubky. Jako příklad je možno uvést některá témata:

Pastorální péče o nemocné. V „učebnici“ pastorální péče, vydané v Evangelische Verlangsanstalt v Berlíně v r. 1983 (Ingeborg Becker et al., Edit), napsané 26 autory, jsou speciální kapitoly věnované lidem tělesně nemocným, umírajícím a jejich zarmouceným příbuzným, psychicky nemocným, tělesně a smyslově postiženým a jejich rodinným příslušníkům, lidem, kteří propadají omamným jedům, vášním a náruživostem (alkoholu, nikotinu, drogám), lidem, kteří stojí tváří v tvář sebevraždě (ohroženým suicidiem), lidem zoufalým, trápícími se pocity viny i opravdovou vinou atp. Problematika pastorální péče o psychicky nemocné je pak dále členěna do kapitol o pastorální péči o schizofreniky, neurotiky, paranoiky, lidi s depresí, syndromem vyhoření atp.

Pastorální péče o manželství a rodinu. Ve výše uvedené německé učebnici je v této oblasti věnována péče předmanželskému vztahu chlapců a děvčat, přípravě na manželství, vlastním problémům manželství, manželství lidí odlišné víry, případně manželství křesťana s člověkem, který křesťanem není, lidem stojícím osamocně

(svobodným a ovdovělým), otázkám dětí a jejich výchovy, otázkám dospívajících (mládeže v pubertě a adolescenci), otázkám lidí uprostřed života (dospělým), lidem stárnoucím a starým atp.

Pastorální problémy lidí, které tito mají sami se sebou. Richard J. Foster (1988) se soustavně věnoval problémům kázně (disciplíny) křesťana – sebekázně i pastorální péči o ty, kteří mají s touto sebekázní problémy. Pojednal tak o třech okruzích kázně – vnitřní, vnější a společenské. V prvním okruhu mu šlo o meditaci, modlitbu, půst a studium (bible). Ve druhé pak o jednoduchost, moudré využití samoty, podrobování se druhým a službu. Ve třetí oblasti pak o vyznávání, bohoslužbu, duchovní vedení a oslavování Hospodina. Ve speciální publikaci (Foster, 1985) pak pojednal o pohledu víry na tři mimořádně obtížné problémy – sex, peníze a moc.

Potud názvy kapitol v „učebnicích“ pastorální péče. Je dobré si uvědomit, že výše uvedená témata jsou dále rozpracována v monotematických publikacích (knihách věnovaných jednomu jedinému speciálnímu tématu). Tak se dostáváme ke „knihovně“ odborných publikací zabývajících se pastorální péčí.

Zde nám nejde o vyčerpávající pojednání o pastorální péči v celé její šíři. Jde jen o úvod do této problematiky. Proto se nebudeme též věnovat všem výše uvedeným tématům. Vybereme jen několik témat pastorální péče a na nich chceme ukázat, oč jde a jak se v dané oblasti orientovat. Pro ty, kteří mají zájem širší a hlubší, zde chceme dát řadu informací a odkazy na knihy, které jim mohou být pomoci.



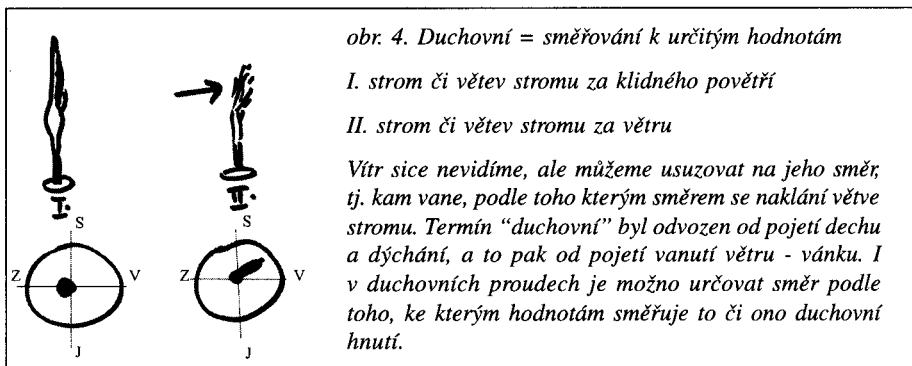
II. INDIVIDUÁLNÍ PÉČE

I. POMOC V DUCHOVNÍ ORIENTACI

Hovoříme-li o křesťanství, víře, náboženství atp., shrnujeme obvykle tato témata pod obecnější pojem „duchovní“. V tomto smyslu hovoříme dokonce i o Duchu svatém. Odborníky, kteří se profesionálně věnují těmto otázkám, nazýváme „duchovními“ – jde o faráře, kněze atp. O duchovních věcech hovoříme však i v jiných souvislostech. O někom slyšíme, že neklesá na duchu – na mysl. V jiném případě zaslechne, že někdo je duchapřítomný, kdežto druhý je duchem nepřítomen. O jiném říkáme, že to je velký duch (výrazná a hodnotná osobnost). Je možno slyšet, že někdo někam vnesl nového ducha. Mluvíme o duchovní atmosféře v určité společnosti, podniku, rodině atp. O určitém nápadu klidně řekneme, že je bezduchý. Mluvíme o duchu fašismu, komunismu, totality, koncentračního lágru atp. Právem se proto ptáme, co znamená slovo „duch“ a „duchovní“?

Slovo „duch“ je podle Slovníku jazyka českého odvozeno od slova „dech“. Obdobně je tomu i v jiných jazycích. Je tomu tak i v hebrejštině. Tam slovo „ruah“ znamenalo původně vítr, vánek či dech. Jak tyto věci spolu souvisí?

Pomocí nám může být pohled na strom, který se ve větru ohýbá, případně i jen větvička stromu, kterou vánek pohybuje. Co vidíme? Vlastní sílu (vítr) nevidíme. Vidíme jen její důsledek – ohýbání větve. Z tohoto ohýbání větve usuzujeme na to, že zde musela být v akci určitá síla. Neviditelná síla – s viditelnými účinky. Sledujeme-li tyto účinky větru – ohýbání větve – můžeme si všimnout, že nejde o ledajaké pohazování větví, ale o zcela určitý směr naklonění větve. Vítr totiž má nejen sílu, ale i směr. Vane odněkud někam – a to systematicky. Větev nám svým nakloněním ukazuje kam vítr směřuje. Toto „směřování“ je vedle „neviditelné síly“ druhým charakteristickým znakem toho, co je v jádru všeho duchovního.



obr. 4. Duchovní = směřování k určitým hodnotám

I. strom či větev stromu za klidného povětří

II. strom či větev stromu za větru

Vítr sice nevidíme, ale můžeme usuzovat na jeho směr, tj. kam vane, podle toho kterým směrem se naklání větve stromu. Termín „duchovní“ byl odvozen od pojetí dechu a dýchání, a to pak od pojetí vanutí větru - vánku. I v duchovních proudech je možno určovat směr podle toho, ke kterým hodnotám směřuje to či ono duchovní hnutí.

Charakter síly slyšíme ve výrazech „neklesat na myslí“, „dychtit“, „být osvícen duchem“ atp. Charakter směřování je možno tušit v pozadí výrazů „vnést někam nového ducha“, „být duchovním otcem určité myšlenky“, „být tvůrčím duchem“, „být velkým duchem“ atp. Je to možno slyšet i z cizojazyčných termínů pro tuto oblast. Např. anglický termín „spirit“ znamená nejen duch, ale i odvalu, elán, oživující princip, nadšení atp. Je to možno slyšet i v počestěném slově „inspirovat“ – vnést nového ducha do určité oblasti.

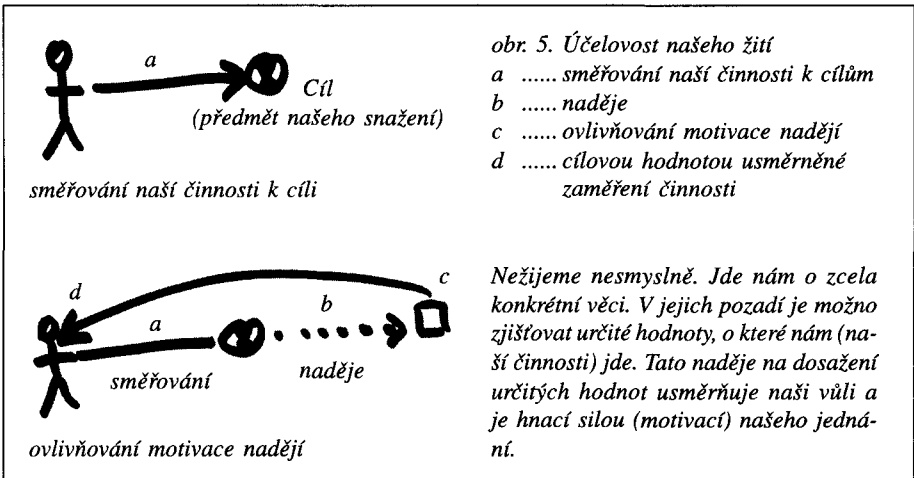
Tam, kde jde o člověka, hovoříme nejen o (determinujících – určujících) silách, které ho nutí něco dělat, ale i o cílech, které ho přitahují – a tím uvádějí do činnosti. Vedle tzv. kauzality („tlačících sil“), hovoříme i o silách *finálních* („tažné síle cíle“) – *teleologických* (od řeckého telos – cíl). Činnost sochaře např. není možno cele určit bez toho, aniž bychom vzali v úvahu jeho směřování k cíli – tvorbě sochy. Podobně je tomu u spisovatele, vědce, ale i technika, sedláka atp. A o tyto cíle našeho snažení – našeho směřování jde tam, kde se hovoří o duchovních věcech, o duchu a duchovní oblasti.

O cílech se někdy hovoří jako o terčích. V pozadí je obraz lukostřelce, který střílí své šípy na terč. V tomto terči však mají různá místa různé hodnoty. Střed, vyznačený výrazně černě, má hodnotu nejvyšší. Okraj terče (periferie) má hodnotu nejnižší. Obecně se pak hovoří o různých terčích jako o různých hodnotách.

Hodnoty mohou být různé – podobně jako terče, k nimž si to kdo v životě zaměří. Obecně se otázkami hodnot zabývá věda zvaná *axiologie* (věda o tvorbě, systematizaci a zvažování hodnot). Hovoří se např. o hodnotě peněz, hodnotě moci, hodnotě vzdělání atp. Tak se staví proti sobě např. dvojice hodnot označených symbolicky slovy „býti“ a „míti“ – rozuměj „býti hodnotným, důvěryhodným, tvořivým, spolehlivým, spravedlivým atp. člověkem“ a na rozdíl od toho „míti značný majetek, vysoké postavení, vysoké konto atp.“

O hodnotách se hovoří i tam, kde jde o uspokojování potřeb. Být uspokojen (satiován) má přitom vyšší hodnotu, nežli být neuspokojen (frustrován). Uspokojeny mohou přitom být různé potřeby – nejen fyziologické (např. hlad, žížeň atp.), ale i psychické a sociální. Zvláštní skupinu zde tvoří tzv. po výtce *duchovní potřeby*. Ty „mapuje“ např. David Benner (1985):

1. Potřeba identity – být „někým“ (sám svůj) – mít uspokojivě vyřešenu otázku typu: Kdo jsem? Proč tu jsem? Jaký je smysl mého života? atp.
2. Potřeba štěstí – plnosti života, radosti, uspokojení hlubších sfér osobnosti.
3. Potřeba úspěchu – jako potvrzení vlastní hodnoty.
4. Potřeba dokonalosti – nepropadat depresím a frustracím.
5. Potřeba pravdy – poznávání jádra věci (jak se věci mají).
6. Potřeba spravedlnosti – hledání spravedlivých mezilidských vztahů.
7. Potřeba krásy – poznávání a prožívání estetických hodnot.
8. Potřeba stimulace – podnětů k plnosti bytí – být „plně“ živ (viz pojetí biblického pokoje – šálom).
9. Potřeba mysteria – tajemna – toho, co člověka přesahuje (viz hodnotu zážitků, fascinace – nadšení neznámým atp.).



Je to obvykle orientace v oblasti hodnot, co lidem dělá obtíže. Jde o ujasnění problému: „Které hodnoty stojí za to, aby člověk k nim směřoval?“ Zde je důležité pole působnosti pastorální péče. Jak se zde orientovat a čím se řídit?

Hodnoty obvykle neexistují osamoceně, ale sdružují se do určitých shluků, svazků, systémů. A tyto systémy známe pod určitými názvy. Příkladem může být systém

křesťanských hodnot – s klasickým důrazem na „víru, naději a lásku – s nejvyšším místem pro lásku (typu agape) – 1K 13,13.

Systém křesťanských hodnot však není jediným existujícím systémem hodnot. Existuje např. i systém hodnot fašismu, nacionalismu, komunismu, přerůzných teroristických hnutí, ale i band, mafií atp. I tam je možno hovořit o hodnotách – a tedy i o přerůzném „duchu“. Obecně řečeno: *ne každý duch je Duch svatý* – existuje i duch „nesvatý“. Ten je třeba citlivě diagnostikovat (biblicky řečeno „rozlišovat“) a podle toho se k němu chovat. Není zřejmě náhodou, že od řeckého termínu pro „ducha“ je odvozeno jak jméno „theos“ – bůh, tak i německé „Tier“ – zvíře.

Jak postupovat v pastorální péči o duchovní život přátel?

V prvé řadě je třeba dbát o zdraví vlastního duchovního života. A pak – v rámci pastorální péče – s daným člověkem být. Být s ním jako jeho doprovázeč (Begleiter) – obdobně jako je doprovázečem pianista, který na klavír doprovází zpívající zpěvačku. Nestačí však jen být s ním. Je třeba danému člověku naslouchat. A *naslouchání* je kvalitativně odlišnou činností oproti slyšení. Slyšení je fyziologická činnost. Naslouchání je psychologickou činností. Jde při ní o správnou interpretaci slyšeného. O určitou obdobu *hermeneutiky* (vědy o výkladu např. biblických textů). Bližší pojednání o umění naslouchat viz v knize Křivohlavý (1993).

Úkolem naslouchání je zjistit (diagnostikovat) *směřování* či zaměření motivace (hybných sil) člověka, kterému se v pastorální péči věnujeme. I zde platí, že to obvykle nejsou slova, ba ani mimoslovní projevy, které jsou nejspolehlivějším ukazatelem tohoto zaměření. Daleko spolehlivějším ukazatelem je sledování činnosti – chování a jednání daného člověka. To může sloužit obrazně jako sledování směru naklonění větrem ohýbané větve. Může naznačit, oč skutečně danému člověku jde.

Nestačí jen správně diagnostikovat směr – směřování k těm či oněm hodnotám. Je třeba toto danému člověku sdělit – pomoci mu, aby si to ujasnil a viděl odlišnost jeho a biblického směřování. A na toto biblické směřování mu ukázat – s citlivostí, taktem, empatií a láskou (za pomoci vlastního ztišení a modlitby). Ti, kteří mají hlubší zkušenosti s pastorální péčí, nám ukazují, jak je zde vhodný tzv. *Sokratovský rozhovor*. Rozumí se jím vedení partnera rozhovoru k dotažení jím naznačené linie do konce k poznání „hořkého“, vyústění nežádoucího postoje. Příkladem zde může být postup, který zvolil ve své knize „Existiert Gott?“ Hans Küng (1991) tam, kde vede rozhovor s největšími oponenty křesťanského postoje k životu.

Podnětný přístup ke změně postoje naznačuje ve své knize nazvané „Umění poradit“ (The Art of Counseling, 1989) Rollo Mayo (str.116-127). Ukazuje na možnosti, které zde jsou: upozorňování na alternativní postoje – odlišné od těch, které daná osoba

zaujímá, a tvořivé podněcování nových forem myšlení a uvažování. Naznačování jiných cest. Klade přitom důraz na porozumivý a přátelský přístup k člověku, jehož postoje, představy a názory chceme změnit. Osobní vztah k němu považuje za prvořadě důležitý. Jak by také mohl od nás někdo přijmout podnět ke změně vlastního postoje, když by cítil, že se k němu chováme nelaskavě, nepřátelsky či povýšeně a že ho nemáme rádi. Rollo Mayo však naznačuje ještě jeden moment, kterého je dobré si povšimnout. Vychází zde ze zkušeností společnosti Anonymních alkoholiků. Ti, kteří sami na vlastní kůži poznali, co to je propadnout alkoholu, využívají svých vlastních zkušeností a v rozhovoru s jiným alkoholikem ho nechávají poznat utrpení jím zaujímaného postoje až do dna. Nechlácholí ho. Nelitují ho, ale ukazují mu na vyústění cesty, po které jde – kde a jak bude končit. Když se mu podaří ujasnit si, co ho čeká, teprve potom mu nabízí pomocnou ruku. Nejen svou vlastní, ale tu, která je daleko mocnější a je schopná zachránit ho.

2. POMOC V OTÁZKÁCH KŘESŤANSKÉ VÍRY

Jde-li pastorální péči o něco specifického – jí podstatného – pak je to problematika víry. Právem se tedy zde soustředujeme na otázky víry, jde-li nám o pastorální pomoc lidem, s nimiž přicházíme do osobního styku.

Co je to víra?

Na otázky tohoto druhu – jako je otázka „co se rozumí vírou?“ – je možno dát různou odpověď. Tato různorodost odpovědi neznamena, že pravdivá je buď ta či ona odpověď, ale naznačuje nám možnost vidět situaci odpovědi z různých stran (pohledů).

A. Pro lidi znalé bible

Pro věřící křesťany může tou nejjednodušší odpovědí na otázku typu „co je to víra?“ být citace biblického výroku: „Víra pak jest nadějných věcí podstata, a důvod neviditelných“ (Žd 11,1). Čteme-li tuto kapitulu, pak v ní nacházíme příklady, které nám umožňují pochopit, jak se víra v životě „otců“ projevovala – viz např. sledování Abrahamova putování do země zaslíbené, Mojžíšova vyvedení lidu Izraelského z Egypta atp. K tomuto biblickému pochopení toho, co se rozumí slovem „víra“ nám může být pomocí i začtení se do biblických příběhů a podobenství, v nichž se víra projevovala. Příkladem nám mohou být např. Ježíšova pokušení (Mt 4,1-11), Pavlovo misijní působení atp.

B. Víra jako nové vidění světa

V návaznosti na to, co bylo v předcházející kapitole řečeno o změně obrazu situace v pohledu víry, můžeme víru definovat tak, jak se o to pokusil např. Anselm Grün (1998): „Víra je pro mě novým pohledem na skutečnost“ (7). „Ježíš nám nenaložil balík nových příkazů, nýbrž nás nejprve učil novému vidění našeho života, světa a Boha“ (10). „Víra je způsob, jak vidět skutečnost a jak ji vykládat. Víra vidí skutečnost Božíma očima. A vidí ji očima interpretace, kterou rozvinula bible a tradice duchovního života“ (11). Jinde pak (23): „Věřit znamená převzít Ježíšův pohled na život a na svět. Znamená to hledět na svět dobrými očima a akceptovat (přijmout) jej jako svět dobrého Boha, mít k němu kladný postoj. Svět pro nás pak nebude cizotou a ohrožením, nýbrž Božím stvořením.“ Odtud chápeme, že ve Starém zákoně se nevyskytuje tak často slovo víra a nahrazuje je slovo „chvála“. Není divu. Člověk, který se chopí víry, může Pána Boha chválit za to, že ho zbavil strachu ze všech možných nepřátelských sil, které na něj do té doby (v jeho představě) číhaly v přírodě i ve společnosti.

I tento přístup je možno demonstrovat na biblických příbězích. Příkladem může být dvojí vidění světa Pánem Ježíšem Kristem a bohatým mládencem, jak o něm čteme v Mt 19,16-26. Podobné dvojí vidění světa je naznačeno v podobenství o farizeovi a publikánovi (L 17,9-14). Aby nebylo však mýlky: Víru není možno definovat – např. tak, jak definujeme kruh nebo krychli. Víra je odpověď na Boží výzvu. Víra je prolomení nedůvěry a projev osobní důvěry. Z určitého hlediska je to krok do tajemství – obdobného tomu, co prožíváme v opravdové a hluboké lásce.

C. Pro lidi k víře nově přistupující

Jan Heller, náš přední religionista (odborník zabývající se otázkami náboženství v celé jejich šíři), se pokusil vystopovat cestu, která vede ke vzniku náboženství a víry. V článku nazvaném „Bytí v otázce“ (1990) píše: „Člověk, který ví o své konečnosti (smrtnosti) a připouští si ji, reflektuje ji, je konfrontován s otázkou po smyslu. Ta jej tíží, a člověk se pokouší na ni odpovědět A v rámci tohoto odpovídání, tohoto rezponzoria, vzniká náboženství... Tváří v tvář zmarňující nicotě nelze vydržet bez odpovědi. A tu se otevírá člověku několik možností: Buďto se pokusí o odpověď sám či snad přesněji snažit se ji odečíst z ozvěny vlastních výkřiků do hlubin mlčícího vesmíru. Nebo se pokusit svému životu smysl dát, byť jen na okamžik, v domnění, že tento smysl již známe, že tedy stačí si jej už jen uskutečnit, realizovat. Nebo je tu ovšem také ještě zoufalá možnost prostě popřít, že odpověď vůbec může existovat, a prohlásit samo svíravé bytí v otázce za patologickou výchylku přírodního vývoje, kterou je třeba co nejrychleji likvidovat návratem do živočišné animality, redukcí vědomí a destrukcí svědomí. To jsou ovšem pavýchodiska do bezcestí.

Jsem přesvědčen, že východisko z bludného kruhu tu je, a to jediné: Připustit – či chcete-li: uvěřit – že nad námi a mimo nás, před naším vědomím a nad naším vědomím tu může být Odpověď, nepředmětná a bytostná. Odpověď, která naplňuje naše bytí smyslem jinak, svrchovaněji a hlouběji, než jsme čekali a uměli si představit, ba než jsme byli schopni čekat“ (220).

„Křesťanství přichází s poselstvím (ano, raději s poselstvím nežli s tvrzením), že tato transcendentní odpověď, poslední odpověď, Boží odpověď k nám přichází v Kristu“ (222). Jan Heller však zároveň upozorňuje na nebezpečí, které zde na nás číhá: že si budeme chtít tuto odpověď přivlastnit, dogmatizovat ji a vytvořit tak z víry ideologii, místo abychom ji chápali jako osobní živé oslovení, které k nám přichází, jehož nejsme Pány. Proto říká: „V duchovních věcech můžeme hovořit vždy jen za sebe. Nikdy ne za druhé. Jinak jsme ideology.... Věřím, že nám Bůh odpovídá, kdy a jak ráčí. A to Kristem. Ale vždy znovu... To, co k nám zní, zůstává nad námi“ (222-223).

Doporučení: Ten, kdo by se chtěl seznámit s mimořádně důkladným přístupem k této otázce, tomu je možno doporučit ke studiu obsáhlou knihu s názvem „Existiert Gott?“, kterou napsal Hans Küng (1978).

D. Víra jako osobní důvěra

Slovo „víra“ je odvozeno v češtině od stejného kořene jako slovo „důvěra“. Zdá se, že víra má s důvěrou mnoho společného. Důvěra je termínem z mezilidského styku. Důvěřovat může člověk člověku. Můžeme mu však též nedůvěřovat. Kdy? Když se prokáže v průběhu vzájemného jednání, že dotýčný své slovo či sliby nedodrží. Tím klesá jeho důvěryhodnost v našich očích. Když někdo své sliby důsledně dodrží a my mu můžeme na slovo věřit – když se chová důvěryhodně – pak se v nás, v našem vztahu k němu – rodí důvěra. Můžeme mu na slovo věřit. Zdá se, že tak tomu je i s Božími sliby, o nichž čteme v bibli. V životě se krok za krokem přesvědčujeme, že Bůh své sliby plní – že je důvěryhodný. Můžeme mu proto věřit – i jeho nám určeným zaslíbením.

Jak se rodí víra

Naznačili jsme, co se rozumí termínem „víra“. Jak však dochází k víře?

A. Biblický příklad zrození víry

Jeden způsob, jak je možno demonstrovat zrození víry, je možno vidět v bibli, v podobenství o marnotratném synovi (L 15,11-24). Mladší syn, o němž je zde řeč, šel do světa – užít světa podle svých vlastních představ. Nakonec poznal, že cesta, kterou zvolil, nikam nevede. Čteme tam, že se ve chvíli, kdy byl zcela v koncích, rozpomenul na to, jaké to bylo doma, a zamyslel se nad tím, jaké by to doma mohlo

být, kdyby se vrátil. O tom nejen přemýšlel a uvažoval, ale vykročil (čteme tam, že si řekl „vstana, půjdu k otci“. Skutečně vykročil, šel, padl před otcem na kolena, vyznal se mu z chyby, které se dopustil, a poprosil otce o prominutí.

B. Obraz zrodu víry v prostém podání

Max Kašparů podává v knize „Malý kompas víry“ (1995) velice srozumitelný a názorný obraz jednak toho, co je víra, jednak toho, jak se víra rodí. Používá k tomu jako demonstrace názorného příběhu. Ten dokonce v knize nakreslil. Mluví tam o tom, jak do města přijeli provazochodci a předváděli své umění. Procházeli se vysoko na laně. Dokonce jeden z nich vzal trakař a převezl v něm od jednoho sloupu ke druhému dva pytle brambor. Po té se diváků zeptal, zda se domnívají, že by mohl v trakaři převést i je. Odpověď byla jednoznačná – „ano“. Na to se zeptal, kdo je ochoten vylézt nahoru na sloup a sednout si do trakaře a dát se převést po laně. Tak se dostal autor ke kritické otázce víry: nejen slyšet pozvání a souhlasit s jeho přijatelností, ale i rozhodnutí „vstoupit do víru dění“ – jak by to nazval Dietrich Bonhöffer.

C. Uvěření jako prudce vrcholící proces

V bibli čteme (L 9,1-10) o tom, jak jeden vrchní celník jménem Zacheus „uvěřil“. Zřejmě o Ježíši slyšel. A o tom, co slyšel, uvažoval. Když měl možnost osobně se s Ježíšem setkat, využil toho. Protože chtěl Ježíše vidět, ale byl malé postavy a kolem Ježíše se kupilo mnoho lidí, musel něco udělat. Čteme, že vylezl na strom. Tam ho Ježíš uviděl a oslovil ho. Pravdou je, že nemáme přístroj na měření víry – jakýsi „věrometr“, o němž hovoří A. Kašparů (1995). Můžeme se však domnívat, že tímto oslovením Zachea Ježíšem vyvrcholil proces zrození Zacheovy víry.

D. Víra jako odpověď na Boží oslovení

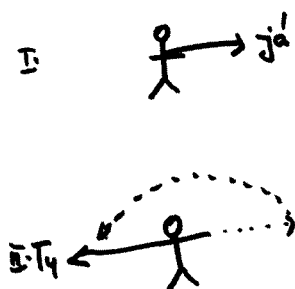
V bibli se dočteme i o zrození víry, které je možno považovat za zřejmý Boží zásah. Příkladem může být povolání učedníků Pánem Ježíšem Kristem. – viz např. Mk 2,14 nebo Mk 3,13-14 atp. Ježíš – jak tam čteme – přistoupil k tomu, kterého si chtěl povolat za učedníka – a velice prostě ho požádal – např. slovy „Pojď za mnou“ – a ten prostě všeho nechal a šel. I tak se rodí víra.

Klasickým příkladem takového zrození víry jako odpovědi na Boží oslovení je zastavení farizea Saule – pozdějšího apoštola Pavla – před branami Damašku (Sk 9,1-22). Ten v horlivém pronásledování křesťanů náhle slyšel zřetelný Boží hlas: „Sauli, Sauli, proč se mi protivíš?“ Je možno se domnívat, že ve chvíli tohoto Božího osobního oslovení se u něho zrodila víra – i když i zde zřejmě předcházela fáze přípravy na toto oslovení (Sk 7,58-60 a Sk 8,1-3).

V souvislosti se zrodem víry se setkáváme s řadou termínů, které je dobré si ujasnit. Patří sem např. termín „konverze“, „obrácení“, „znovuzrození“ atp. Co se jimi rozumí?

Konverze

Termínem „konverze“ se rozumí totéž, co slovem obrácení či znovuzrození. Jde o latinské pojmenování radikálního obratu v životě – v zaměření kompasu víry – od hledání vlastního zájmu k vidění světa v Božím světle. Jde o radikální změnu v životě – obdobnou změně kurzu plavby lodi o 180 stupňů. Jde ovšem o hlubokou osobní vnitřní změnu, kterou je možno charakterizovat jako přijetí víry.



obr. 6. Obrácení

I. Stav před obrácením - zaměření naší motivace na „já“. Jde o egocentrismus, tj. směřování vůle a myšlení jen na to, co je pro mne dobré a žádoucí. Stane-li se to hlavním a jediným motivem, mluvíme o egoismu (sobectví). Patří sem i narcisismus - ztotožňování (identifikace) se s idealizovaným obrazem sebe sama (sebezbožňování).

II. Ty - v nejhlubší rovině „Ty“, který jsi se mnou (ze své vlastní vůle) - „Ty“, který mne máš rád - až po „ty“, který jsi vedle mne.

Co je to obrácení? Odvrácení (odvracování se) od I. a přiklání se (přiklon) k II.

Obrácení

Termínem „obrácení“ (šub) se rozumí otočení se, obrat, zvrát ve vztahu mezi sebou a Bohem. Toto pojetí vychází z představy, kdy člověk před tím, nežli uvěří, je zaměřen sám na sebe – na své vlastní zájmy jako dominantní motivaci chování. Pod vlivem Božího oslovení si uvědomuje nesprávnost (hříšnost) tohoto svého zaměření jen na sebe sama a činí pokání (lituje toho, že se vlastně minul cíle při zaměření svého života). Vdůsledku toho dochází k odvrácení se od původního zaměření (k zcela určité, ba radikální změně kurzu), k rozhodnému obratu v plavbě a volbě nového kurzu – k přiklonu k Boží cestě (oddání se Ježíši Kristu a sjednocování se s ním).

O obrácení zde hovoříme jako o činu toho, kdo mění směr svého života. Tak se může obrácení zdát tomu, kdo je pozoruje z vnějšku. Viděno z nitra toho, u něhož k obrácení dochází, jde spíše o zážitek typu toho, že „byl jsem Bohem obrácen“ (Božím zavoláním přemožen atp.), nežli „já jsem to vše provedl dobrovolně, spontánně, z vlastní iniciativy a z vlastní síly.“ Jde o zážitek „otevření očí pro Boží vidění světa“, o vidění světa a vlastního života v jiném světle, zrod křesťanské duchovní (spirituální) dimenze osobnosti a zcela nové chápání duchovních věcí (žití novým, křesťanským životem).

Znovuzrození

Termín „znovuzrození“ je svým významem velice blízký termínu obrácení a konverze.

Chce se jím jen zdůraznit, že změna, k níž při obrácení dochází, je tak radikální jako početí a zrození člověka. Že to, k čemu při obrácení dochází, znamená stát se zcela novým stvořením (člověkem). Jde o určitý druh „probuzení se k pravému životu“, o vymanění se z otroctví hříchu (žití falešnými představami a záměry). Jde o určitou obdobu „vzkříšení z mrtvých“, o gruntovní změnu v životě (nasměrování života) s dalekosáhlým vlivem na další průběh života. Výsledkem celého tohoto dění je pak zrod křesťanské víry.

Jak se víra prohlubuje, dozrává a zraje

Hovoříme-li o uvěření jako o otevření očí, snadno bychom se mohli dostat do pokušení chápat obrácení (konverzi) jako obdobu rozsvícení světla v místnosti. Vidět svět v termínech „tma“ nebo „světlo“. Bible nás však vede k jinému obrazu toho, co se při uvěření děje. Naznačuje to již např. termín „znovuzrození“. To není konečným, ale naopak počátečním aktem děje, který označujeme termínem „život víry“.

Pravdou je, že život víry konverzí (obrácením, znovuzrozením) začíná – obdobně jako život člověka. Po uvěření není člověk hned dospělým křesťanem. Výstižně o tom hovoří např. apoštol Pavel v 1 K 13, 9-12. Na mnoha místech v bibli se pak hovoří o procesu *zrání víry*. Podívejme se na některé výroky tohoto druhu:

- 2 Te 1,3: „Velmi roste víra vaše“
- 2 K 10,15: „Nadějí se, že víra vaše růsti bude ve vás“
- Ef 2,21: „Rosťte v chrám svatý v Pánu“
- Ef 4,15: „Rosťte v toho, který je hlava .. v Ježíše Krista“
- Ko 1,10: „Rostouce ve známosti Boží“
- Ko 2,19: „Rosťte Božím zráním“
- 1 Pt 2,2: „Božího slova žádostivi buďte, abyste jím rostli“

S výzvami k růstu víry úzce spouvisěji i biblické výzvy k *směřování k dokonalosti*. Podívejme se na některé z nich:

- Mt 5,48: „Dokonalí buďte, jako i Otec váš dokonalý je“
 - Gn 17,1: „Budiž dokonalý“ (výzva určená Abrahamovi)
 - Dt 18,13: „Dokonalý budeš před Hospodínem, Bohem svým“ (výzva určená Levitům)
 - Žd 6,1: „K dokonalosti se nesme“
 - 1 K 14,20: „Nebuďte děti ve smyslu ... smyslem buďte dospělí“
 - 2 K 13,11: „Dokonalí buďte“
 - 2 K 13,9: „Za to se já modlím, abyste vy byli dokonalí“ (sdělení apoštola Pavla)
 - Ko 4,12: „Abyste stáli dokonalí a plní ve vší vůli Boží“
 - 2 Tm 3,17: „Aby byl dokonalý člověk Boží, ke všelikému skutku dobrému hotov“
 - Žd 5,14: „Dokonalých je hrubý pokrm“ (na rozdíl od nedokonalých, jejichž pokrmem je mléko)
 - Jk 1,4: „Abyste byli dokonalí a celí“ (prosti všech nedostatků a neporušení)
- Apoštol Pavel sám vyznává: „Ne že bych již dokonalým byl“ (Ef 3,12)

Účelem tohoto směřování k dokonalosti je podle Ef 4,4 „abychom nebyli jako děti, točící se větrem, ale pevní u víře.“

Cíl tohoto procesu směřování k dokonalosti je přitom zřetelně vyznačen. O Pánu Ježíši Kristu je řečeno, že je „dokonalý“ (Žd 5,9).

Čím roste a zraje křesťanská víra

a. Víra roste slyšením Božího slova

Víra roste nasloucháním tomu hlasu, který k nám zaznívá z bible. Poznáváním Boží cesty. Upozorňují nás na to některé biblické verše:

1 Pt 2,2: „Božího slova žádostivi buďte, abyste jím rostli.“

Ko 1,10: „Rostouce ve známosti Boží“

V tomto smyslu je možno rozumět i Pavlovu slovu „mlékem jsem vás krmil, živil...“
1 K 1-3 (rozuměj: mlékem Slova Božího).

b. Víra roste modlitbou

Modlitbu je možno chápat jako „rozhovor“ s Bohem – slyšením jeho sdělení a tlumočením vlastního sdělení. Modlitbu je možno chápat jako duchovní „dýchání“ – nádech a výdech v ovzduší Ducha svatého.

c. Víra roste následováním Pána Ježíše Krista

1 K 3,9 „Být Božím pomocníkem“ (Ve smyslu být spolupracovníkem Božím na jeho díle). Obdobně o tom hovoří Teihard de Chardin: „Být nejen Božím nástrojem, ale prodloužením Boží moci.“ (Používá zde termínu: „synergie tu theu“ – „spolupracovníci stejně motivovaní jako je Pán Bůh“ (viz obdobný termín „symfonie“, kde jde o souznění s hlavní melodií). Roste přitom odpovědnost za to, co člověku bylo dáno. Z Boží moci se mění to, kým člověk je (viz postup od „mít“ k „býti“ – býti praktikujícím křesťanem, zapojujícím se aktivně do Božího díla).

d. Víra roste „činy víry“

O činech víry hovoří celá bible. Takovým činem víry bylo Abrahamovo vyjití ze země otců stejně jako Davidovo postavení se proti Goliášovi. Činem víry bylo vyjití otce marnotratného syna vstříc vracejícímu se synovi. Činem víry byl skutek milosrdného Samaritána. Činem víry bylo přistoupení Josefa z Arimatie k Pilátovi se žádostí o vydání Ježíšova těla (Mk 15,42). Byly to činy, které měly Janu Křtiteli dosvědčit, že Ježíš je Kristus (L 7,18-23).

Jsou to činy naší víry, co má misijně působit – Pán Ježíš Kristus říká: „Tak svít světlo vaše před lidmi, aby viděli vaše dobré skutky a vzdali slávu vašemu Otci v nebesích.“ Jakub (1,22) píše: „Budte pak činitelé slova a ne toliko posluchači (k) – „Podle slova také jedněte, nebudte jen posluchači“ (EP). Dále pak: „Víra napomáhala

skutkům“ (k) – „Ve skutcích došla víra k dokonalosti“ (EP). Nakonec se Jakub rozhorlí (Jk 2,22): „Víra bez skutků je mrtvá“ (k) – „Víra, není-li spojena se skutky, je sama o sobě mrtvá“ (EP).

V praxi jsme postaveni do situace, kdy máme jednak prokazovat svou víru činy, jednak slovy. Není marné uvědomit si, že v bibli je na několika místech uváděno pořadí: 1. činy a 2. slova – viz např. Mt 5,19: „Kdož by pak koli činil a učil, ten veliký bude v království nebeském“ (k). O působení Pána Ježíše Krista píše Lukáš: „Co Ježíš činil a učil“ (Sk 1,1). Zpráva o první misijní cestě Ježíšových učedníků obdobně říká, že když se vrátili, „oznámili mu všecko, co činili a učili“ (k). V bibli (k) je slovo „učiti“ celkem stokrát, kdežto slovo „činiti“ 824 krát.

e. Víra roste prohlubováním důvěry k Bohu.

Ve víře vyznáváme spolu s apoštolem Pavlem: „Vím, komu jsem uvěřil a jist jsem tím, že mocen jest toho, což u něho jsem složil, ostříhati až do dne onoho“ 2 Tm 1,12.

Tato jistota se prohlubuje v průběhu života v procesu, který je charakterizován přerušnými duchovními zážitky – např. v boji s pokušením. Vyznáváme pak s apoštolem Pavlem: „Jist jsem zajisté... že nic nás nevytrhne z lásky Boží“ (Ř 8,38-39). V tomto smyslu je formulován i vstupní oddíl Heidelberského katechismu – odpověď na otázku: „Co je tvým jediným potěšením v životě i smrti“. Tato odpověď zní: „Mým jediným potěšením v životě i smrti jest, že nejsem sám svůj, ale svého věrného Spasitele Ježíše Krista ...“

f. Víra roste zvládáním utrpení

Na této cestě zkušeností víry se však často setkáváme s utrpením. A to je v procesu zrání víry často důležitým faktorem upevnění důvěry v toho, v němž je víra ukotvena.

Apoštol Pavel píše: „Na všech stranách jsme tísněni, ale nejsme zahnáni do úzkých, jsme bezradni, ale nejsme v koncích, jsme pronásledováni, ale nejsme opuštěni, jsme srazeni k zemi, ale nejsme poraženi, stále nosíme na sobě znamení Ježíšovy smrti, aby i život Ježíšův byl na nás zjeven.“ (2 K 4,6-10)

Fp 1,29: „Vám jest dáno... abyste netoliko v něho věřili, ale i pro něj trpěli.“ V tomto smyslu je možno chápat i Jakubovu výzvu „radovat se z pokušení“ (Jk 1,2-4) u vědomí, že zkoušky víry nás vedou k tomu, abychom byli „dokonalí a celí“ (v. 4).

Utrpení se tak nestává posledním faktem života. Evangelium zde dává naději, a tím i sílu ke zvládnutí utrpení. Evangelista Jan zaznamenal slova Pána Ježíše Krista: „Na světě soužení míti budete, ale doufejte, já jsem přemohl svět“ (J 16,33). A na jiném místě (J 15,18 -20): „Poněvadž se mně protivili, i vám se protiviti budou.“ V tomtéž smyslu čteme v Žd 2,18: „Ježíš Kristus sám trpěl, pokoušín byv, může

(tedy) pokoušení trpícím spomáhati.“ – v EP pak: „Protože sám prošel zkouškou utrpení, může pomoci těm, na které přicházejí zkoušky.“ V tomto smyslu píše i apoštol Pavel do Říma: „Jestliže spolu trpíme, abychom spolu i oslaveni byli.“ (Ř 8,17) Přitom nás utěšuje: „Duch svatý nápomocen jest mdlobám vašim“ (Ř 8,26) a „Všecky věci mi napomáhati musí k dobrému“ (Ř 8,28).

g. Víra roste životem ve společenství bratří a sester (v křesťanském sboru).

Pán Ježíš Kristus oslovil své učedníky a požádal je, aby s ním byli. A oni s ním skutečně byli – po tři roky, každý den. Tím rostla a upevňovala se jejich víra – ve společenství s ním a vespolek s bratřími. Křesťan tak není „jedináček“. Není na světě sám – samojediným věřícím křesťanem. Ve spojení s druhými stejně věřícími jeho víra roste – vzájemným povzbuzováním, napomináním a potěšováním.

Apoštol Petr vyzývá: „Buďte bratrstva milovníci“ (1 Pt 3,8-11).

Na jiném místě pak: „Lásku opravdovou jedni k druhým mějte...“ (1 Pt 4,8).

V epistoletě k Židům pak čteme: „Napomínejte se vespolek“ (Ž 3,13 k).

Apoštol Pavel ve stejném smyslu píše do Efezu (4,1-6): „Snášejte se vespolek v lásce, usilující zachovávat jednotu Ducha ve svazku pokoje.“

Nade vším tímto upozorňováním stojí pak slova Pána Ježíše Krista: „Aby všichni jedno byli, aby uvěřil svět“ (J 17,21).

Víra roste ve společenství i tím, že věřící dostávají různé dary Ducha svatého (tzv. charizmata) a jimi si navzájem (ve společenství křesťanského sboru) slouží. Nikdo přitom nedostává všechny různé dary Ducha svatého – jak o nich čteme např. v 1 K 12 – a nikdo svůj dar nemá považovat za důležitější, nežli je ten, který má někdo jiný. Obrazně bychom mohli tyto dary přirovnat k různým hudebním nástrojům v symfonickém orchestru. Každého nástroje je zde zapotřebí. A každý nástroj má svou roli a hodnotu v rámci celku orchestru. Zanedbává-li někdo svůj dar (biblicky řečeno „netěží-li jím v rámci sboru“), není divu, že jeho víra neroste, zůstává stát (stagnuje), ba ustupuje (ztrácí se – degeneruje).

h. Víra roste neustále prohlubovaným poznáním, že vše je dar.

Jestliže při obrácení si člověk může myslet, že „on se sám obrátil“, v průběhu zrání víry dochází stále více k jistotě toho, že „vše je dar“. Říká to např. o vlastní zkušenosti víry Karel Barth: „Čím víc vím, tím víc vím, že všechno je dar.“ Hovoří o tom bible na mnoha místech:

Jk 1,17 „Všelike dání dobré a každý dar dokonalý, shory jest sestupující od Otce světél.“

J 3,27 „Nemůže člověk vzítí ničeho, leč by jemu dáno bylo s nebe.“

Ef 2,8-9 „Spasení není z vás. Je to Boží dar, není z vašich skutků.“

Platí to i o duchovním růstu a zrání víry: „Bůh dal zrůst“ (1 K 3,6).

ch. Orientace růstu víry

Víra roste postupem směrem k zřetelnému cíli – Ježíši Kristu. Víra neroste nevyzpytatelně, neorganicky a neuspořádaně. Je tomu právě naopak. Růst víry má zcela jasný směr a cíl. Je jím Pán Ježíš Kristus. Hovoří se o tom v bibli na mnoha místech:

Ef 4,13-15 „Rostme v toho všelijak, kterýž jest hlava, v Krista.“

Ř 8,29 „...aby byli připodobněni obrazu syna jeho (Ježíše Krista).“

2 K 3,18 „My pak všichni ...v týž obraz (Ježíše Krista) proměnění býváme“ (viz i v. 3, o tom, že jsme „list Kristův“).

1 K 15,49 „Jako jsme nesli obraz zemského, tak ponese i obraz nebeského (Ježíše Krista).“

Fp 1,21 „Mně zajisté živu býti jest Kristus.“

Ef 2,21 „Rostte v chrám svatý v Pánu.“

Fp 3,20-21 „Naše obcování jest v nebesích, odkud i spasitele očekáváme Pána Jezukrista, kterýž promění tělo naše ponížené, aby bylo podobné k tělu slávy jeho.“

V tomto smyslu hovoří o Pánu Ježíši Kristu a sobě i Jan Křtitel: „Onť musí růsti, já pak menšiti se“ (J 3,30).

Výrazně o tomto směru růstu víry mluví apoštol Pavel, když říká: „Živ jsem pak již ne já, ale živ jest ve mně Kristus“ (Ga 2,20).

Víra není samovolný plynulý růst, ale boj

Z toho, co bylo řečeno, by bylo možno nesprávně dovodit, že víra roste od zrození zcela samovolně, že není třeba nic dělat – jen se poddat tomuto proudu růstu – jako samovolně rosteme tělesně z dítěte v dospělého člověka. Pravý opak je pravdou. Bible na mnoha místech ukazuje, jak je třeba znovu a znovu bojovat s překážkami, pochybnostmi a nedověrou.

Příkladem nám může být apoštol Petr. Ten se k víře dostal přímým povoláním Pánem Ježíšem Kristem (Mk 3,16). Měl možnost s ním prožít tři léta v jeho bezprostřední blízkosti. Byl svědkem zjevení jeho slávy. Projevil dokonce sílu své víry a důvěryhodnosti slibem Pánu Ježíši Kristu: „Byť se pak všichni zhoršili, ale já nic.“ (Mk 14,29).

Nicméně v presu podezření a nebezpečí ztráty života v síni nejvyššího kněze při souzení Pána Ježíše Krista zapřel – „Neznám člověka toho (Ježíše Krista)“ Mk 14,66-72. Při setkání se zmrtvýchvstalým Ježíšem Kristem se však pokojuje, prochází pokáním a přijímá odpuštění – a zároveň i životní úkol: pečovat v lásce o spoluvěřící (J 21,15-19).

Jiným příkladem může být apoštol Pavel. Ten uvěřil přímým Božím oslovením u Damašku, radikálně změnil směr svého života a cele se vydal do služeb misie a evangelizace – šíření křesťanské zvěsti po celém tehdy známém světě. Vzdor tomu si ve chvílích upřímnosti sám na sebe postěžoval, že ví, co by měl (pod tíhou víry) dělat. Musí však sám se sebou bojovat, protože poznává, že častokrát nedělá to, co

by měl dělat, ale to, co byl zvyklý dělat, dokud křesťanem nebyl, a k čemu ho ponouká motivace, která nevychází z jeho touhy podobati se Ježíši Kristu (Ř 7,22-23).

Tyto a podobné příklady nám mohou napovědět, že ani my to na cestě víry a zrání víry nebudeme mít lehké a snadné, že budeme muset o svou víru přerůzným způsobem bojovat. Potěšením nám však zde mohou být slova zaslíbení Pána Ježíše Krista: „Doufejte, já jsem přemohl svět“ (J 16,33).

Pokus o načrtnutí stupňů růstu víry

Studujeme-li život toho či onoho „muže víry“ (křesťana), pak zjišťujeme, že jeho víra procházela různými fázemi vývoje. Naznačili jsme některé charakteristiky tohoto druhu u apoštola Petra a Pavla. Sledovat to však můžeme u mnoha dalších lidí – v minulosti i současnosti – i u sebe, jak „léta běží“. V tomto smyslu se nad otázkami zrání víry zamýšlel i profesor teologie a vývojové psychologie Dr. James W. Fowler. Ten hovořil (formou polostrukturovaných interview) v letech 1972 – 1981 s 359 lidmi ve věku od 6 let do vysokého stáří (180 mužů a 159 žen). Většina z nich byli křesťané – 148 protestantů, 120 katolíků, 35 židů a 12 příslušníků jiných vyznání.

Víru v této studii definoval Fowler šířeji, nežli jak jsme výše udělali zde my. Víra je podle něho „...způsob jak člověk nebo skupiny lidí vstupuje do silového pole života; cesta, která rozmanitým silám a vztahům utvářejících náš život dodává souvislost a smysl“ (Fowler, 1981, s. 26). Fowler se pokusil přiřadit určité věkové hranice ke svým stupňům zrání víry. Zároveň však upozorňoval, že toto přiřazení je ve skutečnosti volnější.

Fowlerovy stupně zrání víry:

0 ... Nediferencovaná víra (0 - 2 roky)

Tato víra je charakterizována základní důvěrou (viz tzv. Grundvertrauen u C. G. Junga). Demonstruje ji vzájemnost vztahu dítěte a matky, vztah rodičů k dítěti a dítěte k rodičům (pečovatelům). Její specifikou je téměř neexistující rozlišení mezi „já“ a „druzí lidé“.

1 ... Intuitivně projektivní víra (3 - 7 let)

Charakterizována je rozvojem fantazie. Tak dítě se snaží chápat svět, v němž žije, a jeho souvislosti – nejnuitrnější dění, které se ho týká. V této fázi se formulují první představy o víře.

2 ... Mýticko – slovní víra (7 - 12 let)

Jsou to příběhy, které dítě slyší či zažívá, dramata, mýty a události, co vytváří jeho duchovní svět – svět jeho hodnotových struktur. Ve vztahu k Bohu se formuluje představa o někom velkém, kdo odměňuje za dobré skutky a trestá za zlé.

3 ... Synteticky – konvenční víra (od 12 let výše)

Náboženská autorita se ujasňuje a stává se hlavním orientačním bodem dítěte. To si vytváří svou vlastní identitu – ve vztahu k této osobně uznávané autoritě.

4 ... Individuálně – reflektující víra (asi tak od 17 let výše)

Myšlení je charakterizováno prohlubováním myšlení a zvláště zamyšlením se nad sebou samým, nad ideály a cíli i smyslem života – posláním vlastního života ve světě, v němž člověk žije. V této fázi růstu a zrání víry dochází k reflexi (zamyšlení a zvažování) dosavadních náboženských autorit, ke kritickému přehodnocování víry a zaujetí pevnějších i hlubších pozic.

5 ... Konsolidující se víra (počínaje dospělostí)

Ujasňování si vztahu mezi osobní svobodou a odpovědností, zakoušení paradoxů (protismyslných situací), ochota k rozhovoru – dialogu s lidmi jiných postojů, představ a názorů i jiných náboženských tradic (pojetí).

6 ... Univerzální víra (dospělost)

Hluboce zakořeněná víra, která prošla řadou konfrontací a „vyčistila“ se, ujasnila a prohloubila. Jde o víru spojenou s vědomou odevzdaností (commitment) se cele tomu, komu (čemu) bylo uvěřeno. V křesťanské terminologii „víra skrze lásku děláající“. J. W. Fowler uvádí jako soudobý příklad víru Dr. Martina Luthera Kinga.

Tuto stupnici zrání víry si J. W. Fowler představuje jako šroubovici, po které se postupuje od nultého stupně vzhůru. Přechod na vyšší stupeň není však automatický. Dochází k němu tehdy, když daný člověk přestává být spokojen s tím pojetím, které mu doposud stačilo, případně když zažije situace, které dosavadní pojetí dostatečně neřeší (jako východisko z vnitřní tísně a nouze). Vyšší stupeň je pak charakterizován jako plnější a uspokojivější řešení životních situací – kognitivně uspokojivější výklad skutečnosti, v níž daný člověk žije. J. W. Fowler zjistil u dotazovaných osob, že zřejmě není možno některý stupeň přeskočit (vyhnout se mu), že k vyššímu stupni je možno se dostat jen přes absolvování všech nižších stupňů.

J. W. Fowler neuvažuje jen o cestě směrem vzhůru. Uvádí i možnosti stagnace – zastavení se (zababčení). S těmito stavy ustrnutí víry se setkával u všech vyšších stupňů (od 2. výše) zrání víry.

V kritickém zhodnocení Fowlerova pojetí je třeba v první řadě konstatovat vliv řady vývojových pojetí vývojové psychologie. Je zde možno vidět vliv předcházejících formulací kognitivního (myšlenkového – logického) a morálního (sociálního) vývoje, jak jej podal ve svých pracích ženevský psycholog Jean Piaget. Je možno sledovat v postupu formulace stupňů zrání víry i pojetí morálního vývoje harvardského psychologa J. Kohlberga. Nezanedbatelný vliv na tomto pojetí má i klasické pojetí zrání

osobnosti profesora E.H. Eriksona. O těchto pojetích je možno se dočísti v knížce Horsta Heidbrinka (1998), přeložené do češtiny. Je zde znát i vliv prací R. R. Selmana o vývoji sociálního myšlení, chápání mezilidských vztahů, lokalizace autority a užívání symbolického myšlení. Nezanedbatelný vliv zde měla i teorie mezilidských vztahů – tzv. attachment theory.

Z hlediska křesťanského pojetí víry je třeba uvítat pokus J. W. Fowlera k nastínění nejranějších fází víry a vytčení některých charakteristik zralé víry. Na druhé straně je třeba doplnit toto pojetí – např. ve smyslu výše uvedených charakteristik zrání víry.

Celoživotní pohled na život a zrání víry

Z pohledu, který zahrnuje celý život víry – od jejího zrodu do odchodu na věčnost – je možno rozeznat dva kvalitativní úseky:

I. údobí, *kdy člověk žije „bez Boha na světě“* – bez povědomí o křesťanském pohledu na život a na svět, kdy nemá pojetí o existenci křesťanské víry.

II. údobí, *kdy po uvěření člověk žije „životem víry“*

Z tohoto hlediska je třeba zaměřit i péči o lidi, která by jim měla být pomocí na cestě víry (např. křesťanskou výchovu) – jak se o tom hovoří v knize autorské trojice Eleanor Daniel, John E. Wadl a Charles Gresham (1993):

I. Misijní a evangelizační forma zvěstování, jejímž účelem je pomoci druhým lidem (např. dětem) k tomu, aby se dostali do styku s vírou a poznali, co to víra je (aby si zamilovali Pána Ježíše Krista).

II. Výchova věřících lidí ke stále zralějšímu (dokonalejšímu) životu víry, tj. k tzv. životu posvěcení (sanktifikace).

Prvnímu úkolu (I.) věnoval autor speciální publikaci (Křivohlavý, 1997). K druhému úkolu (II.) je vhodné upozornit na tři „cíle“:

A. Znalost bible

Zralá víra se pozná podle toho, že základy křesťanské víry jsou danému člověku známé a stále známější – že neustále proniká hlouběji a hlouběji v jejich porozumění.

B. Způsob chování a jednání

Zralá víra se projevuje určitými charakteristikami života. Na tyto znaky života víry nás upozorňuje např. souhrnně Pán Ježíš Kristus v kázání na hoře (Mt 5, 6 a 7).

Apoštol Pavel ve svých dopisech uvádí celé pasáže naznačující to, jak by praktický život křesťana měl vypadat:

V dopisu do Říma věnuje otázkám „rysů křesťanského života“ celou 12. kapitolu.

V dopise do Efezu uvádí tři soubory příznaků chování křesťanů:

- Ef 4,25-31 – znakem života víry je láska.
- Ef 5,1-20 – znakem křesťanského života je čistota.
- Ef 5,21-33 – znakem křesťanského života je pokora.

V dopisu Pavla Kolosenským je uveden ráz křesťanského života v celé třetí kapitole.

Apoštol Pavel si dal práci, aby od sebe odlišil charakteristiky života víry a života „bez Boha na světě“ – viz přehled „ovoce víry“ v Ga 5,22 a „skutky lidské svévole“ – v Ga 5,19-21.

Apoštol Jakub věnuje charakteristikám křesťanského života značnou pozornost – viz např. celou první kapitolu, ve druhé verše 14-20 a ve třetí 13-18.

Apoštol Petr věnuje pozornost znakům křesťanského života ve svém prvním dopise pasáž od 2,11 - 3,7.

C. Postoj

Víra, je-li opravdu živá, se projevuje v životě člověka i v jeho postoji. Postojem se přitom rozumí vztah či jinak řečeno příznivé a přejné „naklonění“ či „přiklonění“ se k něčemu či k někomu. O jak důležitou věc jde, je možno vidět i v tom, že o tomto postoji hovořil Pán Ježíš Kristus tam, kde (Mt 22,37) starozákonní „první přikázání“ upravil, a tam, kde bylo (Dt 6,5) řečeno „milovati budeš Pána Boha svého ... ze vši síly své“ to nahradil termínem postoje „ze vši mysli své.“

O jaký postoj jde, to je možno odečítat např. z celého přístupu Pána Ježíše Krista k lidem, věcem i problémům. Tento postoj je možno vyjádřit slovem „láska“ – láska typu agape.

O tomto postoji lásky „zpívá“ apoštol Pavel ve 13. kapitole prvního dopisu do Korintu – viz zvl. v. 4-13. Pro hlubší porozumění toho, oč jde, zkusme si ve verši 4 nahradit slovo „láska“ slovem „Pán Ježíš Kristus“, tj... „Pán Ježíš Kristus trpělivý jest, dobrotivý...“ atp. Je možno jíti ještě o krok dále a při zvažování vlastního života zkusit si nahradit toto slovíčko „láska“ vlastním jménem – např. „Já, Jára... jsem trpělivý, dobrotivý... atp. a máme ihned možnost „měřit“ (hodnotit) kvalitu svého života.

Apoštol Jan též „zpívá“ o tomto postoji lásky typu agape. Čteme o tomto láskyplném vztahu věřícího člověka – křesťana k druhým lidem v jeho prvním dopise ve 3. kapitole, v. 13-24 a ve 4. kapitole, v. 1-23.

Víra a skutky. V rozhovorech křesťanů se setkáváme někdy s odlišnými důrazy na „víru“ a „skutky“. Na jedné straně čteme v bibli Pavlovo jednoznačné: „Člověk se stává spravedlivým vírou bez skutků zákona“ (Ř 3,28). Na druhé straně čteme u Jakuba: „Víra bez skutků je mrtvá“ (Jk 2,26). Je dobré si uvědomit, že Pavlův výrok

se vztahuje k výše uvedené první (I.) fázi života víry, kdy člověk víru hledá. Tam snaha vlastními dobrými skutky si zasloužit Boží přízeň (odpuštění) nevede k cíli (viz pojetí „sola fide“ – o záchraně – ospravedlnění – člověka pouhou vírou). Na druhé straně se Jakubovo pojetí vztahuje ke druhé (II.) výše uvedené fázi života víry, kdy člověk již uvěřil a orientuje se vírou, tj. snaží se žít tak, aby se to Pánu Bohu líbilo. Tam všelijaká nelaskavost a lhostejnost k tomu, co člověk dělá a jak se chová, je výsměchem opravdové křesťanské víry.

Víra zdravá a víra nezdravá

Není víra jako víra. Je-li víru možno charakterizovat jako naklonění či upnutí se k určitému cíli, v němž skládáme svou naději, pak tento cíl je možno si představit přerušným způsobem. Může jím být ten či onen člověk, kterého milujeme „nade vše“ – ať si to přiznáváme nebo ne. Může jím být ta či ona hodnota – např. politická, morální, estetická, filozofická atp. Může jí být přerušný ideál. Může jím být sám ten, kdo se nad sebou zamýšlí. A zde jsme u kořene obtíží (duchovních nemocí).

Křesťanství přichází s pojetím základního rozdvojení cest: milovati budeš buď... a nebo.... Obrazně je to vyjádřeno situací pokušení Adama a Eva v ráji. Na jedné straně cesta poslušnosti Božího příkazu (kladení Stvořitele na první místo v životě), na druhé straně pokušení zvolit druhou alternativu: „Budete jako bohové.“ Volba druhé alternativy znamená duchovně patologickou situaci.

Před tuto alternativu (volbu jedné ze dvou možností) staví svůj lid Jozue ve chvíli, kdy se s ním loučí (Joz 24,15): „Vyvolte sobě dnes, komu byste sloužili... buďte... a nebo...“. Zároveň však vyznává vlastní rozhodnutí (volbu): „Já pak a dům můj sloužiti budeme Hospodinu.“

Toto rozcestí (dilema) je formulováno i jinak, např. formou přikázání. „Milovati budeš Pána Boha svého z celého srdce svého, a ze vši duše své a ze vši síly své.“ (Dt 6,5 a Mt 22,37-39). To je salutogenetická (zdraví posilující) životní orientace. Alternativa je zde v opaku: „Milovati budeš sama sebe nade všecko.“ To je duchovně patologická orientace. Není marné ujasnit si, že u prvé volby je dodatek „to čiň a živ budeš“ (28).

Tento vliv zdravé víry na náš celkový stav ještě výslovně připomíná Př 3,5-8: „Doufej v Hospodina... a bude to zdraví životu tvému.“

Jeden z problémů, s nímž se nejčastěji setkáváme v duchovní péči je ten, že patologická alternativa je šikovně skryta za přijatelný cíl. Např. někdo chodí pravidelně v neděli do kostela – což je žádoucí – a *nadnáší se nad druhého*, který chodí jen občas – a to je zlé. Podobně tomu může být s teologickými či biblickými znalostmi, s charitativní či diakonickou činností atp. Tam všude se může vloudit pýcha, tj. sebe-

povyšování. A je to právě *duchovní pýcha*, která v přerůzné formě vniká do našeho myšlení a chování, čím onemocní mnoho lidí. Přesněji: je to nejčtenější duchovní nemoc, s níž se setkáváme a s níž musíme bojovat. Nebylo náhodou, že právě těm nejzbožnějším (farizeům a zákoníkům) řekl Pán Ježíš Kristus: „Kdo je z vás bez hříchu, první hod kamenem.“

V této souvislosti se hovoří o tzv. *falešných představách*. Ty mají zvláštní charakteristiku. Na jedné straně říkají něco hodnotného, avšak zároveň v sobě skrývají něco opačného charakteru. Příkladem může být falešná tisícikoruna. Ta vypadá jako pravá – má mnoho znaků správné (opravdové, pravé tisícikoruny). Zároveň však obsahuje třeba jen jeden nepatrný znak, který ta pravá tisícikoruna nemá – a výsledek je negativní. Takovou falešnou duchovní představou může být např. i situace člověka, který to myslí s pastorální (charitativní, diakonskou atp.) péčí dobře, ale je přitom namyšlen na to, jak on tomu dobře rozumí – v porovnání s tím, jak tomu rozumí ten, kterému poskytuje radu. Pravdou však je, že duchovní pýcha si nachází nepřeborné množství „obleků“ i „převleků“ a houževnatě lpí na tvrzení pravosti toho, co je v dané chvíli pozitivní, při současném nevidění, ba až „do krve“ zapírání toho, co je tam zlého z osobní namyšlenosti (egocentrismu). O duchovním zdraví a nemoci budeme hovořit více v kapitole o vině a hříchu

Těžkosti v otázkách víry, s nimiž se setkáváme v pastorálních rozhovorech, mají někdy tu podobu, že se vytrhne z biblického kontextu (celobiblické souvislosti) jedna věta a nepřihlíží se k celkovému biblickému pojetí dané věci. Např. u některých „nejlepších“ (nejobětavějších) křesťanů se někdy setkáváme s tím, že si tak moc berou k srdci druhou část dvojpříkázání lásky „milovati budeš bližního svého...“, že zcela zapomenou na to, že se tam mluví i o tom, že člověk by měl mít rád i sebe sama – a tedy např. něco dělat i pro udržení a podporu svého vlastního zdraví

Jiným příkladem nám zde může být důraz, který někdo klade na stoprocentní správnost starozákonního slova o nemocech – viz Dt 28. Při širším pohledu, zahrnujícím nejen údaje Starého, ale i Nového zákona, se však ukazuje, že Pán Ježíš Kristus zaujímá k této otázce jiný postoj – viz J 9.

V rozhovorech o otázkách víry a biblického pojetí v pastorační péči se snadno můžeme dostat do těžkosti z toho důvodu, že to, co daný člověk považuje pro sebe za kriticky důležité, pro nás tak důležité není a sami tomu tak moc dobře nemusíme rozumět. Existují zde dvě cesty. Jedna se jmenuje dialog – společné hledání odpovědi na nehlubší otázky. Druhá je jiná. Počítá s tím, že nikde není řečeno, že každý musí všemu rozumět „na jedničku“. Proto je dobré naučit se říci „já si s tím sám nevím tak moc rady“ a zeptat se na to některého odborníka. A výsledek přinést na příští setkání.

3. POMOC V OTÁZKÁCH VINY

Těžkosti, které lidi trápí, mohou být přerůzného druhu. Jsou to však otázky morální a zvláště morálního selhání, které si nejčastěji žádají ujasnění a pomoci. V pastorální péči patří problémy viny a „špatného svědomí“ mezi ty nejčastější. Zároveň však patří v běžném životě k těm nejzamotanějším.

Různé druhy viny

O vině a hříchu se mluví v bibli. O vině se však hovoří velice často i v mimokřesťanské oblasti. Kde?

1. *Zákon.* Zákon a jeho prováděcí předpisy stanoví, co se dělat smí a co se dělat nesmí. Přestoupení zákona je přitom chápáno jako vina. Příkladem mohou být dopravní předpisy. Když se určité ustanovení těchto dopravních předpisů překročí, je dotýčný vinen.

2. *Sociální oblast.* Žijeme mezi lidmi a tento život si vytváří určitá společenská pravidla a zvyky. Jejich nedodržení je chápáno danou společností jako vina. Příkladem může být pozdravení při příchodu a odchodu. Když někdo přijde a nepozdraví, je to chápáno jako společenský chybný krok.

3. *Osobní oblast.* Normy chování si nestanoví jen společnost. Každý z nás si osobně určuje, co a jak by dělat měl a neměl. Když učiní něco proti tomuto vlastnímu předsevzetí, pocítuje to jako vinu. Příkladem může být osobní předsevzetí typu „neque dies sine liena“ (ani jeden den, kdy bych neudělal ani čárku) Leonarda Vinci (uvedeno v jeho spise De re pictura – o malířství).

4. *Teologická oblast.* O vině se hovoří v bibli. Mluví se tam o Desateru Božích přikázání a o dvojřadě přikázání lásky. Jsou-li tato přikázání dodržována, je vše v pořádku. Když dodržována nejsou, mluví se o hříchu a vině.

Subjektivní a objektivní vina

Jedeme autem. Silnice je rovná, poměrně prázdná a bez překážek. Najednou nás zastaví policie a obviní nás, že jsme jeli příliš rychle. Sami se vinni necítíme. Policie je však jiného názoru. Má v rukou dopravní předpis a údaje radaru. Tyto údaje prokazují objektivně naši vinu. Náš subjektivní pocit viny policii nezajímá.

V bibli se hodně mluví o vině a hříchu. Hodně se tam však mluví o objektivní vině. O subjektivní vině se v bibli moc nemluví.

Objektivní vina je v bibli definována jako překročení Božího zákona – tak, jak je definován v Desateru (Ex 20,1-17) a v dvojpříkázání lásky (L 10,25-28). Příkladem může být hned první z výše uvedeného dvojpříkázání lásky: „Milovati budeš Pána Boha svého ze všeho srdce svého, ze vši duše své a ze vši síly své...“. Když se nám na první místo v žebříčku hodnot dostane něco jiného nebo někdo jiný, mluvíme o hříchu a vině. O objektivní vině – bez ohledu na to, zda toto přestoupení Božího zákona cítíme nebo necítíme jako vinu. Tato objektivní vina je hříchem – přestoupením Božího zákona. Hlubší, obrazně vyjádřené pojetí hříchu hovoří o odchýlení směru letu lukem vystřeleného šípu. Ten byl nasměrován na zcela určitý terč (cíl). Během letu se však od žádoucího směru odchýlil a dostal se do situace, kdy cíle již dosáhnout nemůže (terč již nelze zasáhnout). Tento obraz je možno dát do souvislosti s cílem našeho (lidského) života: „Být k obrazu Božímu“ (Gn 1,27).

Co je a co není přestoupením Božího zákona, to není záležitostí našich představ, úsudků a citů. Definice viny (hříchu) je „objektivní“ záležitostí. Nerozhodují o tom já – a nerozhoduje o tom ani nikdo jiný z lidí kolem mne. O tom rozhoduje sám ten, který „nehledí na to, co je před očima, ale hledí k srdci“ (1 S 16,7) a který „nás zná až do morku kostí“ (Ž 139,1-4) a ví o nás, co jsme (Ž 103,14). Správně zde zdůrazňuje Jan Milíč Lochman (1993), že nejde jen o ten či onen náš čin, kterým jsme se provinili, ale o zaměření „našeho srdce“ – celé naší osobnosti, které je odchýlením od Božího nasměrování. Toto biblické učení by bylo možno shrnout do věty: „Pán Bůh ví, že člověk je hříšný, a já jsem člověk“. Domnívám-li se, že já jsem výjimkou a hříšný nejsem, nemám v tom pravdu (1 J 1,8).

Toto biblické obviňování z hříchu není jen něčím „minus“. Má i svůj klad, a to v tom, že nás upozorňuje na to, že jsme sešli z pravé cesty života, že jsme odbočili od správného směru. Uvědomíme-li si to, pak je možno mluvit o tzv. „konstruktivním zármutku“ (2 K 7,8-10). Tento termín razil a toto pojetí hlouběji rozpracoval S.B. Narramore (1974). Ten rozlišuje:

- a. Vinu podle „světa“ (subjektivní, sebeodcizující a nebiblický pocit viny).
- b. Vinu podle biblického pojetí, která vede ke konstruktivnímu zármutku a nadějně změně (zdravé biblické pojetí objektivní viny).

S. B. Narramore (1974) demonsturuje toto pojetí na příkladě toho, co se stane po autonehodě, kde já narazím do auta druhého člověka:

- a. nadávám jemu, zlobím se na sebe, hádám se a cítím se vinen,
- b. omluvím se druhému, snažím se mu pomoci, zaplatím výdaje za opravu jeho mnou poškozeného auta a snažím se jezdit opatrněji.

Bible pracuje se dvěma pojmy, týkajícími se toho, co je třeba učinit, aby došlo k tvořivému řešení trapné situace, kde jsme něco zavinili (kde jsme se prohrěšili):

- A. Pokořit se a činit pokání
- B. Ochota druhému odpustit

Opakem pokoření a pokání (A) je lhostejnost (apatie). Ve druhém případě (B) ten, kdo není ochoten odpustit, nemá představu o možnosti tvořivého řešení konfliktů. Upozorňuje na to výstižně Petr Pokorný (1994): „Odpuštění má velkou moc proto, že má tendenci zmnožit, vytvářet řetězy odpuštění. Ten, jemuž bylo odpuštěno, má odpustit sedmdesátkrát sedmkrát (Mt 18,21-35). Jakákoliv nesnášenlivost a neochota odpustit je výsměchem Bohu, na jehož neskonale větší odpuštění jsme všichni odkázáni.“ (s. 124) Toto odpuštění není slabostí, ale naopak projevem síly. „Je nejdůležitější cestou k překonání zlého. Předpokládá, že je potřeba nejen potlačit zlo, ale současně obnovit vztah, který tím zlým byl narušen. Tady hraje rozhodující roli ten, kdo vinou není zatížen, jemuž se jeho partner odcizil nebo zpronevěřil. Tam, kde jde o celostné odcizení člověka, je tím, jemuž se člověk odcizil, Bůh“ (s. 121). Není marné připomenout, že téma odpuštění je dvakrát v modlitbě Páně (Mt 6,12) a že nás k vyznávání vin s nadějí na odpuštění hříchů vybízí apoštol Jan (1 J 1,9).

Příčiny, proč dochází k intenzivním pocitům viny

1. Negativní vliv nesprávné výchovy.

Byl to Sigmund Freud, kdo stále upozorňoval na nepříznivý vliv některých forem výchovy dětí v raném mládí. V době nejranějšího mládí se vytváří svědomí. Do dětské mysli se dostávají přerušné příkazy a zákazy a jejich dodržování je prosazováno rodiči s různou intenzitou. Ta může přesáhnout přiměřenou toleranci a být příliš strnulá, až krutá. V době dospívání se dítě dostává do jiných sociálních skupin a normy těchto skupin též přejímá. I ty se spolupodílejí na tvorbě jeho svědomí. Křesťanské svědomí (tzv. „probuzené svědomí“) může dozrávat vlivem setkání se vzory křesťanského charakteru (chování a jednání), vlivem zážitku činu víry skrze lásku dělající, vlivem čtení bible, začlenění se do křesťanského společenství atp. Snahy přimět dítě k tomu, aby dodržovalo určité příkazy a zákazy, mohou být příliš strnulé (rigidní). V důsledku toho se pak při nedodržení těchto příkazů a zákazů vytvářejí u dítěte pocity méněcennosti, nedostatečnosti a bázně z potrestání. Zveličují se jeho obavy a subjektivní pocity viny. Sebevědomí klesá, strach roste. Paradoxně dítě se samo stává velice striktním, přísným, panovačným, duchovně pyšným a netolerantním. Rozhovorům typu dialogu o věcech víry a viny se bojí, jeho negativní kritika druhých lidí krystalizuje a jeho ochota druhým odpustit mizí.

2. Podmínky společenského soužití.

Tzv. „pravidla hry“ v mezilidském styku (např. v zaměstnání) mohou být stanovena tak, že jich je příliš mnoho, že jsou příliš detailní a (nebo) jsou příliš přísná. Snadno se stane, že není v kapacitě (schopnostech a možnostech) daných lidí dodržovat tak velké množství příkazů a zákazů. Proto se nutně dostávají do „skluzu“. Důsledkem je přestoupení toho či onoho nařízení. Druhá alternativa – stanovení příliš přísných pravidel soužití – je průhlednější. Není uměním vyšroubovat pravidla soužití tak, že je nikdo není s to dodržovat. Snadno se pak komukoliv dokazuje, že je vinen jejich přestoupením. Dvěma extrémům by se stanovení norem soužití mělo vyhýbat: na jedné straně příliš přísným pravidlům a na druhé straně příliš volným vztahům. Pravidla je možno stanovovat až tak, že se rovnají nedosažitelným ideálům. Jejich nedodržení je pak samozřejmostí. Pocity viny a méněcennosti, které se zde spojují, nutně následují. Tam, kde je situace opačná, kde neexistují žádná „pravidla hry“, tam se do života vnáší nejistota a s ní spojená nervozita. Ani to není žádoucí. Bible nás vede k řádu. K jeho dodržování však nepoužívá strachu jako motivačního prostředku, ale lásky.

3. Vliv falešných teologických důrazů.

Jan Milíč Lochman (1993) rozebírá při výkladu prosby „Odpusť nám naše viny jako i my odpouštíme těm, kdo se proti nám protivili“ (s. 93nn) řadu neúměrně zdůrazňovaných teologických požadavků, které vedou – a které v minulosti vedly – k nadměrným subjektivním pocitům viny a ke komplexům viny. Čteme zde: „Existují opravdu takové prvky jako záliba v obžalování, prodlévání u lidských slabostí a vykreslování neřestí, zájem o barvitě líčení údelu odsouzených a pekla. Je třeba kriticky (a sebekriticky) objasnit roli teologů při budování komplexů viny a na jejich odstraňování v učení a pastýřské péči se teologicky podílet. Máme toho v církvi ještě mnoho, s čím se musíme vnitřně vyrovnat.“ (s. 95)

4. Vliv ducha „nesvatého“.

V příběhu o Jobově utrpení (Jb 1,9-11) se dočítáme o tom, že „ten zlý“ Joba obžaloval před Bohem. Utrpení, které poté následovalo, bylo Jobovým přátelům zcela neklamným znamením velké Jobovy viny a Joba zcela zmátlo. Vedlo ho to k velmi trapným myšlenkám a zmateným pocitům. Podobně v poslední knize bible (Zj 12,10) čteme o tom „zlém“, který na nás žaluje, obviňuje a obžalovává nás před Bohem. Na druhé straně je možno se setkat s představou, že ten či onen člověk je bez hříchu (stoprocentně neviný). I to není správné pojetí. Apoštol Jan (1 J 1,8-10) nás uvádí na správnou biblickou linii. Je dobré, že nás Duch svatý vede k vědomí hříchu (J 16,8 a 13), neboť toto povědomí nás může vést k pokání a k nápravě života.

Jak se u nás projevují následky pocitů viny

A. Důsledky objektivní viny

Obdobně jako existují různé druhy viny, existují i různé důsledky překročení těchto různých druhů vin.

1. **Zákonné pojetí viny.** Nedodržení zákona je dostatečným důvodem k trestání takového jednání. Druh a výši trestu přitom stanoví zákon (viz např. trestní zákon)
2. **Sociální pojetí viny.** Nedodržení společenských norem a společenského bontonu (zvyklostí a obvyklostí) je též trestáno – i když ne tak jako nedodržení zákona. Přízeň se mění v nepřízeň, přátelství se mění v nepřátelství, zájem v nezájem atp.
3. **Osobní pojetí viny** má též své negativní důsledky. Když nedodrším to, co jsem si předsevzal, mám špatné svědomí, zlobím se na sebe a jsem celý nesvůj.
4. **Teologické pojetí hříchu a viny** je jednoznačné: „Odplata za hřích je smrt“ píše apoštol Pavel (Ř 6,23) – i když jedním dechem dodává, že zde existuje naděje v Ježíši Kristu a jeho záchranném činu.

B. Důsledky subjektivního pojetí viny

1. **Sebeobviňování.** V důsledku subjektivního zvažování provinění dochází k celé řadě negativních emocionálních projevů a zážitků: vynořují se obavy, úzkost a strach, objevují se pocity méněcennosti, ba dokonce někdy i komplex méněcennosti, roste nejistota a pesimismus, sebehodnocení se snižuje a únava a slabost se rozléhá celým tělem, ba i psychikou. Postoj sama k sobě se mění. Člověk začíná obviňovat sama sebe, začíná si vyčítat svou nedisciplinovanost, neschopnost sebeovládání atp. V takovém stavu nejsme schopni ani usnout ani klidně spát případně ani si odpočinout. Plíživě se rozlévá deprese. Člověku se zdá, že ho vše bolí, ale jinak nežli bolí tělesné zranění. Jde o bolest nejen duševní, ale pravděpodobně až duchovní. Lidově hovoříme o tom, že daného člověka „pálí svědomí“ či „hryže svědomí“. Ti, kteří to zažili, nám říkají, že žádné jiné utrpení se s tím nedá srovnat.
2. **Dopad subjektivních pocitů viny na sociální chování.** V důsledku pocitů viny a sebeobviňování se člověk začíná stranit společnosti druhých lidí. Stahuje se do sociální izolovanosti, osamění a soukromí. Stojí stranou společenského života a vyjadřuje se k němu jen velice kritickými, negativními poznámkami.
3. **Zrod tzv. obranných mechanismů.** S životními těžkostmi – a zvládnutí pocitů viny je jednou z nich – je možno se vypořádat dvojím způsobem: buď je zvládnout nebo jim podlehnout. V prvním případě tam, kde jde o vyrovnávání se s pocity viny, se nabízí možnost akceptace – přijetí skutečnosti (reality). Uznat za nesprávný čin, který jsem udělal (např. přiznáním sama sobě: „ano, nebylo to správné“), vyznat toto přiznání (Pánu Bohu i lidem) a přijmout ujištění odupuštění (1 J 1,9).

Ve druhém případě – tam, kde jde o nepřiznání chyby – se nabízí možnost využití různých obranných mechanismů. Rozumí se jimi zdánlivě přijatelné, avšak v jádru falešné způsoby řešení situace. Příkladem může být hledání obětího beránka (např. svalení viny na někoho jiného). Jiným příkladem je represe (potlačování – např. nechtít o tom, co jsem udělal, nic slyšet). Jiným příkladem obranného mechanismu je racionalizace, tj. hledání rádooby moudrých důvodů pro nemoudré věci, které děláme. Přehled o této velice pestré paletě falešných způsobů vyrovnávání se s těžkostmi viz Krivohlavý (1994).

Pastorální péče o lidi s pocity špatného svědomí a viny

Pocity špatného svědomí a viny se rodí v důsledku morálního selhání. Tato péče o „dobré svědomí“ patří k ústředním faktorům našeho duševního i duchovního života (v důsledcích pak i našeho tělesného zdraví). Do naší pastorální péče přicházejí lidé dvou extrémních typů postoje k vlastnímu špatnému svědomí: jedni se nepřiměřeně mnoho obviňují (jejich sebeobviňování přesahuje přijatelné hranice) a druzí, kteří špatné svědomí zahánějí, tlumí a přehlušují (nepřipouštějí si, že by něco špatného udělali). Jak se k těmto lidem chovat?

1. Laskavé přijetí a snaha porozumět postiženým. Není možno se přiblížit nitru člověka, kterého trápí špatné svědomí, jsme-li k němu studení, chladní a „úřední“ (korektní). Pravého opaku je zde zapotřebí: laskavosti, bezpodmínečné úcty a snahy za žádnou cenu nepodlehnout pokušení soudit (někoho odsuzovat).
2. Pokus o hlubší vhléd do situace i do srdce postiženého. Jde o období výše uvedeného „vidění světa v Božím světle“. Toto vidění potřebuje jak ten, koho špatné svědomí trápí, tak ten, kdo mu chce pomoci. G. R. Collins (1980) nám zde přichází na pomoc formulací řady otázek, které je možno v rozhovoru typu dialogu klást:
 - Jaké byly představy vašich rodičů o tom, co je morálně správné a nesprávné?
 - Jak vysoké byly požadavky vašich rodičů na plnění těchto morálních požadavků?
 - Byly požadavky na dodržení příkazů a zákazů, které stanovovali vaši rodiče, tak vysoké, že se daly splnit?
 - Co se stalo, když jste z různých důvodů ten či onen požadavek rodičů nesplnil (když jste např. udělal chybu)?
 - Zažil jste v mládí těžké obviňování, že jste to či ono nesplnil (negativní kritiku a potrestání)?
 - Byl jste v mládí často v situaci, kdy jste byl trestán přísněji, nežli jste si myslel, že jste si zasloužil?
 - Jaké máte zkušenosti z doby mládí s odpouštěním a odpuštěním?

- Co si myslíte, že učí křesťanská církev o tom, co je správné a co je nesprávné (co je dobré a co je zlé)?
 - Na čem si myslíte, že je založeno učení křesťanské církve o tom, co je dobré a co je zlé?
 - Jaké máte představy o odpuštění vin?
 - Jaké máte představy o odpouštění druhým lidem toho, čeho se proti vám dopustili?
 - Znáte některý biblický příběh o tom, jak Pán Ježíš Kristus jednal s lidmi, kteří se něčím provinili?
 - Myslíte si, že existuje nějaký důkaz toho, že Pán Bůh někomu něco neodpustil?
 - Myslíte si, že na světě existuje člověk, kterého by Pán Bůh neměl rád?
 - Stalo se vám někdy, že vás někdo obvinil či osočil tak, že jste potom měl velké výčitky svědomí?
 - Co vás dnes vede k tomu, že máte výčitky svědomí či „špatné svědomí“?
 - Odkud pochází (kdo vám stanovil) normy společenského chování, kterými se řídíte?
 - Co se vám stane, když některou z norem společenského chování nedodržíte?
 - Používáte některý obranný mechanismus v boji se špatným svědomím (potlačování – represe, svalování viny, hledání obětího beránka, racionalizace atp.)?
3. Reeducace svědomí ve směru novozákonní teologie. V praxi se často setkáváme s tím, že se lidé obviňují z něčeho, co nemá biblický podklad. Příkladem může být něčí představa, že Pán Bůh od nás očekává stoprocentní perfektnost ve všem. Takovým lidem je třeba vysvětlit, že Pán Bůh od nás očekává, že budeme jednat podle jeho vůle, že mu jde v první řadě o to, kdo jsme a kým máme být – kým se máme stát (viz určení „být k obrazu Božímu“). Tato novozákonní teologie může radikálně změnit naše myšlení.

Pastorální péče o lidi s vědomím objektivní viny

V rozhovoru se můžeme dostat k poznání, že dotyčnému člověku nejde jen o subjektivní pocit viny (o „špatné“ svědomí), ale (i) o jasné povědomí o tom, co je objektivní vinou – viz výpověď typu „zhřešil jsem před tváří Boží“. Za této situace jde o podstatně hlubší vztah, nežli tomu bylo u pocitů viny.

Bible nás vede k vyznání viny a pokání. Formy tohoto vyznání mohou být různé. V podstatě jde však o to, aby to bylo „před lidmi a před Bohem“. Taková je cesta vedoucí ke smíření. Příkladem zde může být setkání Pána Ježíše Krista s hříšnicí (J 8,3-11). Ta svou vinu přiznala, uznala a odpuštění přijala. Nejen to. Ježíšova výzva „nikoli toho nečiň více“ jí byla směrnicí nového života.

V situaci konfrontace s objektivní vinou se setkáváme s řadou falešných postojů. Příkladem může být představa, že jde o jednání typu „něco za něco“ – jak tomu je např. při obchodování. Např. někdo řekne: „Já udělám to či ono a Pán Bůh mi potom odpustí.“ Je to falešná představa, že si odpuštění můžeme nějakými dary, skutky, činy atp., koupit. Odpuštění je Božím darem – nezaslouženým, dobrovolným a nekoupitelným. Bible hovoří nejen o Božím odpuštění, ale i o tom, že i my máme odpouštět těm, kteří se proti nám něčím provinili. Tak je to i v modlitbě: „Otče náš..., odpusť nám naše viny, jakož i my odpouštíme našim viníkům...“ Zde nejde o to, že my odpouštíme našim viníkům a ty (Pane Bože) nám potom budeš muset odpustit, ale naopak: nás, kterým bylo odpuštěno, toto odpuštění vede k tomu, abychom jednali také tak, a tím „uprostraňovali Duchu svatému.“

Prevence – předcházení pocitům špatného svědomí a viny

- a. Moudré stanovení řádu v rodině, kde se tvoří svědomí dětí – ani moc ani málo pravidel, jejich důsledné dodržování, laskavá kázeň a láska (děti potřebují lásku, řád a kázeň).
- b. Ujasnění si rozdílu mezi pocitem viny (subjektivním stavem věci) a objektivní vinou (překročením Božího zákona).
- c. Ujasnění si biblického učení o bezpodmínečném odpuštění – „sola fide – sola gratia“ – pouhou věrou a pouhou Boží milostí, ne typu „něco za něco“.
- d. Realizovat důsledně odpouštění druhým lidem (všem bližním) ve vlastním každodenním životě (Ef 4,32).
- e. Uvědomit si, že děti se učí spíše tím, co vidí a zažijí (zážitky), nežli tím, co slyší a co my jim říkáme.
- f. Uvědomit si, že to je jediné křesťansky (biblicky) „probuzené“ svědomí, co je spolehlivým kompasem na křižovatkách života.
- g. Uvědomit si, že Pán Bůh nás osvobozuje od nepřehledné řady nás zotročujících vlivů, ale tato svoboda není „bezbrhá“ – měla by být vyrovnána mírou naší odpovědnosti.
- h. Pocity viny nemusí být automaticky vždy něčím špatným. Mohou nás upozornit na to, co bychom měli dělat jinak – lépe. Špatné jsou jen tehdy, když nás zneschopňují jednat (paralyzují).
- ch. S požadavky na stoprocentní perfekcionismus bychom měli být opatrní – u vědomí, že „dokonalé to bude jednou...“
- i. Spolehlivým orientačním obrazem v otázkách viny a odpuštění nám může být obraz setkání Pána Ježíše Krista s hříšnicí (J 8,3-11), jeho setkání s apoštolem Petrem (J 15-19) a s apoštolem Pavlem (Sk 9,1-22).

4. POMOC V OTÁZKÁCH OBAV A STRACHU

Kdo by nevěděl, co je to bázeň, úzkost a strach, stísněnost, napětí, tíseň, stres a distres, co jsou to obavy?

Tyto negativní pocity (emoce) patří k životu každého z nás. Prožívá je muž i žena, mladý i starý, křesťan i nekřesťan. Zdá se, že falešná je představa, že ten, kdo uvěří, již pak nikdy nepocítí, co to je strach a úzkost.

Otázkou však je, jak se k těmto negativním pocitům v životě stavíme a jak je zvládáme. Mohou nás na jedné straně ničit, ba zničit. Můžeme je zvládat „na úrovni“ nebo se jimi dát deptat a před nimi znehybnět. Otázkou je, jak se úzkost a strach jeví v Božím světle a jakou pomocí nám zde je křesťanská víra.

Co je to úzkost a strach

Jedna definice úzkosti a strachu říká, že strach je negativní emoci s výraznou fyziologickou (tělesnou) složkou, která je reakcí na skutečné či domnělé, známé či neznámé nebezpečí.

Strach je definován jako negativní cit, který má zcela určitý předmět (terč). Příkladem může být strach z hadů, z pavouků, myší atp. Dosahuje-li tento strach abnormální (patologické) úrovně, hovoříme o *fobiích*. Příkladem může být tzv. agorafobie – strach z otevřených prostor (náměstí atp.) nebo klaustrofobie (strach z uzavřených prostor – výtahů, letadel) atp..

Úzkost je naproti tomu definována jako negativní pocit s neurčitým zaměřením. Předmět úzkosti je přitom těžko zjistitelný, případně zcela nezjistitelný. Příkladem může být pocit, „že se něco strašného děje“ (či bude dít atp.). Nevíme přitom ani kde ani kdy ani komu atp. Pocitujeme jen pocity obav a často až děsivé tušení.

Druhy obav, úzkosti a strachu

Existují různé druhy úzkosti a strachu – od stavů akutních (momentálních, chvilkových) po dlouhotrvající, až trvalé (chronické). Tyto negativní emoce mohou být mírné intenzity či intenzity veliké, ba nadměrné. Často se lidé domnívají, že to jsou jen velké strachy, které lidi ničí. Ve skutečnosti se ukazuje, že „milion“ malých obav, strachů a úzkostí může člověka zdeptat stejně, ne-li více, nežli zážitek jednoho velkého strachu.

Úzkost a strach mohou být přiměřené dané situaci, ve které se člověk nachází (např. bolesti, významu zkoušky, kterou prochází, úrovni nebezpečí atp.). Mohou však být nepoměrné tváří v tvář situaci, v níž daná osoba je (např. pacient se domnívá, že ho to bude bolet a před lékařským zákrokem je již zsnalý strachem). Hovoříme v tom případě o neurotických projevech, o iracionálním (nerozumném) projevu úzkosti

a strachu atp. Zvláštním případem zde je tzv. HH syndrom (helplessness and hopelessness – pocit bezmoci a beznaděje), který lidi zcela znehybňuje (paralyzuje).

Žádoucí a nežádoucí úzkost a strach

Na úzkost a strach je možno se dívat i jinak. Je možno je hodnotit jako žádoucí či nežádoucí pocity. Žádoucím je např. pocit strachu v situacích, kde je člověk vystaven velkému nebezpečí a tento pocit jej může zastavit, zarazit, a tak ochránit před nežádoucími důsledky pokračování v cestě (viz např. zastavení a nepokračování v další cestě horolezců, cestovatelů, badatelů atp. tváří v tvář nadměrnému riziku). Žádoucím je strach tam, kde zabraňuje přehánění a vybízí „dej si pozor!“

Nežádoucím je strach tam, kde příliš člověka svazuje a nedovoluje mu volnější pohyb, kde zbavuje člověka rozumu, kde zabraňuje schopnosti na něco podstatného se soustředit, moudře řešit životní problémy. Nežádoucím je strach tam, kde je překážkou tvořivého řešení situace, kde člověka uzavírá do sebe a znemožňuje mu kontakt s druhými lidmi, kde nepřiměřeně zvyšuje netrpělivost, kde člověka oslabuje a vzbuzuje paniku, ba nás paralyzuje (patologicky znehybňuje).

Co dělá úzkost a strach

Hovoříme-li o tom, co dělá strach, máme obvykle na mysli nežádoucí, nefunkční, nepřiměřeně vysoký nebo příliš dlouho působící (chronický) strach. Ten má skutečně mnoho negativních účinků. Patří mezi ně neklid a napětí. Úzkost (lat. *anxieta* – doslova znamená zúžení, tlak ze všech stran a stres – totéž, co anglické *anxiety* a německé *Angst*). Odvádí pozornost od podstatně důležitých věcí. Zatemňuje myšlení. Ruší hladký průběh (chod) dění a zhoršuje paměť (zvláště pak vybavování toho, co by v dané situaci bylo potřebné). Snižuje tvořivé řešení problémů (tvořivé myšlení). Snižuje výkonnost (produktivitu). Oddaluje nás od druhých lidí a žene nás do osamění.

Úzkost a strach vedou ke zkratkovitým způsobům řešení životních situací, k netrpělivosti, depresím a chmurným myšlenkám. Navádějí k nežádoucím způsobům řešení problémů – k tzv. obranným mechanismům (viz např. hledání viníka, racionalizaci, potlačení – represi problému do podvědomí atp.). V řadě případů vedou i k využití laciných způsobů útěku z reality – např. alkoholu, drogám, hráčské psychopatologii, útěku do nemoci (hypochondrii) atp. Výstražný je vztah úzkosti a strachu k pocitům zoufalství, bezmoci a beznaděje. Ten může člověka dohnat až k suicidii (sebevraždě). Nezanedbatelné jsou negativní účinky úzkosti a strachu při vzniku bolestí hlavy. Vede i k tzv. psychosomatickým onemocněním (viz žaludeční či dvanácterníkové vředy atp.). Nepřehlédnutelný je i vztah úzkosti a strachu ke zrodu neuróz.

V duchovním životě vede úzkost a strach k problematizování správnosti zaměření života – životní orientace. Zdá-li se nám někdy, že nám je Pán Bůh nablízku, pak v sevření obav a strachu se nám může zdát, že je Pán Bůh od nás moc daleko – i když pravý opak je pravdou. Je možné se např. setkat se s tím, že dosud pevně věřící pacient v nadměrné úzkosti zvolá: „Pán Bůh na mne zapomněl.“ Jeho pochybnosti o tom, že je pevně v Božích rukou, mohou vzrůstat. Jeho duchovní boj se zintenzivní. Jeho modlitby se mu mohou zdát voláním do prázdna. Příklon k Bohu se může měnit v odklon. Jistota záchrany (spasení) může být ve stavu úzkosti a strachu problematizována. Zájem o čtení bible snížen. Modlitební aktivita snížena. Návštěva bohoslužeb (kostela) omezována. Vidění světa v Božím světle zatemňováno.

Proč dochází k úzkosti a strachu

Ohrožení. K úzkosti a strachu dochází velice často tam, kde se člověk cítí ohrožen. Ohrožen může být určitým nebezpečím – nemocí, katastrofou, nadměrným rizikem, těžkou životní situací (ztrátou blízkého člověka, rozvodem atp.). Ohrožena může být jeho svoboda (viz např. uvěznění nebo odloučení). Příčinou může být průměrně definovaná „zkouška“. Ohrožena může být „dobrá pověst“ (moderně „image“) člověka, tj. představa, kterou mají druzí lidé o daném člověku. Není divu, že dnes dochází k tolika případům výskytu pocitů obav, úzkostí a strachu. Vliv na to má mimo jiné i politická nestabilita, nejistota zaměstnání (podnikání), zhoršující se životní prostředí, nesmírná spleť některých životních situací atp. Rollo Mayo říká, že „úzkost je dnes jedním z nejpalčivějších problémů“. Gary Collins dodává: „Úzkost je oficiálním jevem dnešní doby.“

Nejistoty. K pocitům úzkosti a strachu dochází i tam, kde člověk žije v nejistotě, kde dost dobře neví, co bude, a musí se rozhodovat – a přitom jde o mnoho. Do hry zde často přichází i tušení nepříznivých vlivů, které mohou situaci zhoršit (tzv. imaginární – představované nebezpečí typu „co by, kdyby“ atp.) Příkladem může být situace pacienta před operací, před zákrokem zubního lékaře, před zkouškou atp.

Obtížné rozhodování. Ukazuje se, že tzv. černobílé situace, kde jedna alternativa je stoprocentně dobrá a druhá zase stoprocentně zlá, v reálném životě neexistují. Vždy jde zřejmě o tzv. šedivé situace rozhodování, kdy s tím, co je dobré, úzce souvisí i něco, co dobré není. A k úzkosti a strachu dochází tam, kde poměr těchto dvou složek je zhruba 50:50, kde se člověk nemůže jednoznačně rozhodnout. Neméně těžké mohou být situace, kde se rozhodujeme mezi dvěma kladnými způsoby řešení, kde obě alternativy jsou stejně atraktivní (viz např. situace děvčete, které se rozhoduje pro jednoho ze dvou stejně přitažlivých chlapců, volbu jednoho ze dvou stejně žádoucích

povolání, zaměstnání atp.). Stejně těžká může být situace, kde se rozhodujeme pro jednu ze dvou negativních alternativ – viz např. situaci pacienta, který nemá odvalu podrobit se operaci a zároveň již nemá sílu snášet bolest, kterou by operace odstranila.

Obavy o smysluplnost žití. V souboru příčin zrodu úzkosti a strachu mohou být i tzv. existenciální či eschatologické obavy. Jde o úzkost o nadějně zaměření života, o smysluplnost toho, co děláme, o hodnotu nejdůležitějších životních investic atp. Hovoříme o neuspokojení (frustraci) nejhlubších lidských potřeb – potřeby identity (být sám svůj, a tím i „někým“), potřeby naplnění vlastního určení (být tím, kým býti mám), žít podle Boží vůle atp. Máme na mysli otázky typu „má to smysl pokračovat?“ nebo „není to nesmyslné takto žít?“, případně „co mám dělat, abych nežil planě?“. Odborně se zde hovoří o tzv. eschatologické úzkosti, existenciálním vakuu, případně o existenciální neuróze atp. Do určité míry sem spadá i biblický pojem „bázně Hospodinovy“ (Ž 111,10) či „bázně před Hospodinem“, který se (dětem) výstižně vykládá jako „bát se Pána Boha zarmoutit“.

Rozdíly mezi lidmi v úzkosti a strachu

Pravdou je, že tváří v tvář situacím, vzbuzujícím obavy a strach, existují mezi lidmi rozdíly. Často se zde v této souvislosti hovoří o zranitelnosti (vulnerabilitě) člověka. Jsou rozdíly „gruntovní“ – geneticky dané a rozdíly získané. Úzkost přitom může být relativně trvalá nebo dočasná. Při odborném vyšetření úzkosti (anxiety) se proto rozlišuje mezi tzv. „stabilní“ úzkostí (trvalým stavem) a *momentální (dočasnou) úzkostí*. Pravdou je, že určitému postoji k nebezpečí je možno se též naučit. Pokusy Dr. Schachtera nám v tom naznačují cestu.

Dr. Schachter zavolal do ordinace pacienta, dal mu injekci, která zvyšuje hladinu adrenalinu v krvi, a řekl mu, že tento zásah zvýší jeho živost a radost. Poslal jej na chvíli do čekárny, kde čekal druhý pacient. Pacienti chvíli spolu hovořili a poté druhý pacient v ordinaci dostal obdobnou injekci. Sledovalo se jeho chování v ordinaci při čekání na další průběh dění. Ukázalo se, že ten byl velice živý a radostný. Ve druhé řadě pokusů bylo vše obdobné až na to, že prvnímu pacientovi bylo řečeno, že v důsledku injekce bude chvíli pln úzkosti a strachu, že se u něho objeví deprese a chmurná nálada. Když tento pacient poté byl ve společnosti dalších lidí v čekárně, objevily se u něho příznaky úzkosti a strachu, deprese a chmurné nálady – v důsledku stejné injekce adrenalinu. Je tedy třeba počítat s tím, že často emocionálně reagujeme na danou situaci takovým způsobem, jak jsme viděli, že na ni reagují jiní lidé.

Co nám k problematice obav, úzkosti a strachu říká bible

- J 14,27 „Ať se srdce vaše nechvěje“ (EP) – „Nermutiž se srdce vaše ani strachuj.“ (k)
- Fp 4,6 „O nic nebudte pečliví, ale ve všech věcech skrze modlitbu a poníženou žádost s díky činěním prosby vaše známy buďte Bohu a pokoj Boží, který převyšuje všeliký rozum lidský, hájiti bude srdci i smyslů vašich v Kristu Ježíši.“
- Mt 6,24-34 „Nepečujte o život svůj, co byste jedli a co pili, ani o tělo své, čím byste se odívali....ale hleďte nejprve království Božího a spravedlnosti jeho a toto vše bude vám přidáno.“
- 1 Pt 5,7 „Všelikou péčí uvrhněte na něj (na Ježíše Krista) nebo on má péči o vás.“
- Ž 62,6-7 „Vždy přece měj se mlčenlivě k Bohu, duše má, nebo od něho jest očekávání mé. Onť jest zajisté skála má, mé spasení a sláva má, vysoký hrad můj, nepohnuť se.“
- 1 J 4,18 „Bázeň není v lásce, ale láska dokonalá ven vyhání bázeň; nebo bázeň trápení má, kdož se pak bojí, není dokonalý v lásce.“

Bible ví o našich obavách, naší úzkosti a o našem strachu. Výrazně ukazuje, že mnoho z toho, co vede ke strachu, přichází z našeho odchýlení se od Boží cesty. Zaměřili jsme se více na své vlastní, nám soběstředně (egocentricky), až sobecky drahé zájmy, potřeby či hodnoty, a v důsledku toho dochází k obavám a strachu. Myslíme si, že si se svými problémy poradíme sami z vlastní chytrosti a síly. Jinak řečeno: zařizujeme si život po svém bez ohledu na Boží vůli. A úzkost a strach je toho důsledkem. G. R. Collins (1980) k tomu říká: „Není divu, že dnes, v době tak velké bezbožnosti, je tolik úzkosti a strachu (anxiety).“

Bible nevidí jen tento pramen obav a strachu. Uznává i oprávněnost obav a strachu tam, kde nám to pomáhá nevydávat se všanc nebezpečí. Hovoří i o obavách věřících lidí – konkrétně apoštola Pavla – tam, kde ten se stará o jemu svěřené křesťanské sbory (Fp 2,2).

Pastorální péče o lidi v obavách, úzkostech a strachu

Není marné uvědomit si, že obavy a úzkost prožívá nejen ten, komu se věnujeme, ale i to, že určité obavy máme i my, snažíme-li se mu pomoci. Strach je nakažlivý. Proto je třeba při pomáhání lidem v úzkosti a strachu myslet na to, že se určitý strach může přenést i na nás – že se snadno můžeme nakazit od člověka plného obav a strachu.

1. Příkazem č. 1 v konfrontaci s obavami a strachem je „zachovat klid“. Neuspěchat řešení situace, která nahání strach. „Zhluboka dýchat“ (Není marné vzít to doslova, neboť hluboké dýchání skutečně posiluje aktivitu parasympatického nervového systému).
2. „Být s ním či s ní.“ Neopouštět postiženého, nenechat ho o samotě. Nemusíme přítom nic říkat. Stačí, že budeme v jeho či její blízkosti – k dosažení v případě

potřeby. Kdyby se postižený uzavřel do ulity, jeho stav by se pod vlivem obav a strachu jistě zhoršil.

3. „Měj ho či ji rád“ je příkazem lásky. Láska typu agape – laskavý a druhému pomáhající přístup k druhému člověku – je nejlepší léčbou (terapií). Strach sílu bere – láska ji dává. Tím, že postiženého či postiženou máme rádi, tím zřetelněji a srozumitelněji naznačujeme, že ho či ji má rád i ten, v jehož službách stojíme. A na to, že ho či ji má Pán Bůh rád, ať se děje, co se děje, je zapotřebí upozornit. Jedno takové sdělení říká, že „není na světě člověka, kterého by Pán Bůh neměl rád.“ A v určité úpravě tohoto sdělení je možno říci, že „není na světě situace, kdy by Pán Bůh nebyl člověku nablízku.“
4. U sebe i u druhého je dobré pozorovat (diagnostikovat a registrovat) příznaky obav a strachu. Nejen obecně (např. zjištěním, jak dýchá a vzdychá, jak se potí studeným potem, jak zavírá oči a uzavírá se do sebe, jak se straní druhých lidí atp.), ale i zcela konkrétně: při kterých tématech se jeho projevy obav a strachu zvyšují – která místa jsou citlivými místy v jeho duši.
5. Umožněme mu uvolnit (ventilovat) jeho vnitřní napětí např. tím, že ho vyzveme (vyzýváme) k tomu, aby hovořil o tom, co ho trápí. Neuspěchejme to však a neuvádějme ho tak do stresu (dalších tísní).
6. Snažme se mu ukázat jeho celkovou životní situaci, aby viděl nejen to, co ho momentálně trápí. Ve strachu se člověk snadno zaměří jen na jeden jediný detail vlastního života (na to, co ho děsí) a uniká mu celek (celkový obraz vlastního života). A právě vidění celku může být uvolněním a povzbuzením. Jeden ze způsobů, jak to udělat, říká: „Pohleď, co ještě máš, i když to či ono již nemáš“, případně „to, co se stalo, je zlé, ale mohlo to být ještě horší (s podtitulem: „Není to to nejhorší“).
7. Poskytněme mu či jí reálnou pomoc – kde jen to jde a jakýmkoliv způsobem. V situaci vyvrcholené úzkosti není místo pro tzv. nedirektivní (nepřímý) přístup. Tam je na místě čin – dát „hladovému najíst a žíznivému napít.“
8. Snažme se tomu, kdo byl postižen, naznačit, že řešením není v neustálém točení se kolem toho, co se stalo, ale čin. Zde často pomáhá nejprve odvedení pozornosti od bolavého místa a poté vedení k návrhům řešení dané situace. Snažme se odvádět ho od nadějí v řešení situace tzv. obrannými mechanismy. Raději se pokusme dodávat mu odvalu k akceptaci – přijetí těžké situace a k vykročení k tvořivému činu.
9. Duchovní pomoc. Ta spočívá ve „vidění situace, která nahání strach, v Božím světle“, tj. ve vidění hodnot, které patří k nejpodstatnějším, a to i v situaci, kdy některé hodnoty ztrácíme. Jde o to snažit se pochopit smysluplnost situace, i když ta je nějak změněná oproti tomu, co jsme očekávali. Co když nám Pán Bůh –

jako otec – bere něco, aby nám mohl něco lepšího dát? I v obavách a strachu je třeba radovat se z toho, že to, co je mým „největším potěšením v životě i smrti“ – jak to formuluje heidelberský katechismus – zůstává, že jsou věci, které „zloději nemohou ukrást a rez to nezničí“, že nás má Pán Bůh rád – ať se děje, co se děje – a proto se nemusíme bát.

10. Vzдор všemu je dobré v tichosti vést člověka v obavách, úzkosti a strachu k tomu, aby Pánu Bohu v modlitbách řekl, ba „vyříkal“ vše, co ho bolí a trápí, čeho se bojí a z čeho ho jímá úzkost. Je dobré vést ho k tomu, aby nezapomněl radovat se z toho, že nejsme nikdy opuštěni a že tím vším, co nám nahání strach, vše nekončí. Není marné připomenout to např. slovy apoštola Pavla Filipským (Fp 4,6.8.9). Neméně pomocným zde může být slovo Izaiáše (Iz 43,1-5): „Neboj se ...můj jsi ty“. I to je možno považovat za to, co se na jiném místě míní příkazem: „Potěšujte, potěšujte lidu mého“ (Iz 40,1).

Předcházení výskytu obav a strachů

V starých dobách pastýř nejen hledal zabloudilou ovci a ošetřoval ji, když byla zraněná, ale dělal též mnohé pro to, aby se neztratila a aby se jí nic nestalo a byla zdravá. Předcházel těžkostem (staral se o prevenci). O to nám jde i zde.

- a) Je dobré naučit se rozenávat (diagnostikovat) příznaky obav a strachu, abychom si včas uvědomili, „co se s námi děje.“
- b) Je dobré naučit se rozlišovat situace, ke kterým se vážou naše pocity obav a strachů, a na druhé straně situace, ke kterým jsme emocionálně neutrální.
- c) Je dobré naučit se odlišovat reálné a domnělé nebezpečí – na jedné straně to, co nás skutečně ohrožuje, a na druhé straně to, o čem si jen myslíme, že nás to ohrožuje.
- d) Je dobré uvědomovat si, že daná situace nemusí mít jen jedno jediné řešení, ale že je jí možno řešit různými způsoby, tj. být flexibilní (schopný alternativních řešení).
- e) Je dobré vědět, že je třeba „dvakrát měřit a jednou řezat“, ale též, že k tomu říznutí je jednou skutečně zapotřebí přistoupit.
- f) Je dobré vědět, že tím, že se s přáteli o věcech hovoří, mnohé napětí se uvolňuje (ventiluje).
- g) Je dobré naučit se odvracet občas svou mysl od bolavého místa, „nepřehrabávat“ se stále v tom, co nás trápí, ale raději zaujmout se občas jinou činností, která by nás cele „pohltila“.
- h) Je dobré vědět, že svalové uvolňování (relaxace) napomáhá vnitřnímu klidu a dá se cvičit i vycvičit (různými způsoby – tzv. relaxačními cvičeními) – i když samo o sobě to vše neřeší (není to všelékem).

- i) Je dobré uvědomit si, že někdy není vhodné snažit se danou situaci vyřešit „za každou cenu“, tj. že je někdy lepší věc neuspěchat, ale hledat smysluplnější řešení.
- j) Je dobré co nejčastěji (i pravidelně) Pánu Bohu děkovat za vše, co z jeho milosti smíme přijímat – jako nezasloužené dary (jak to krásně říká píseň „Sečti všechny dary, které Bůh ti dal...“).
- k) Je dobré modlit se za lidi, kteří nám stojí v cestě, za lidi nám protivné a za nepřátele – a myslet na ně přejně – vždyť i je má Pán Bůh rád.
- l) Je dobré odpouštět nepřítelům – jako i Pán Ježíš Kristus odpouštěl i na kříži, tj. oprostít se od nenávisti a závisti, od hněvu a zloby (dočasné i chronické).
- m) Je dobré být otevřen kráse života v jejích přenesčetných formách a intenzivně se neustále radovat ze Stvořitelova díla.
- n) Je dobré v době, kdy je čas, být stále hlouběji zakotven v tom, který je první i poslední.
- o) Je dobré vědět, že „nikdy nejsem sám“ a že mne „nikdy neopustí“ ten, který mne má rád.

5. POMOC V OTÁZKÁCH ZLOSTI

Ať se nám to líbí nebo nelíbí, hněv a zlost v našem životě existují. Je možno se s nimi sekat v různé podobě a v různé intenzitě. Od nejmírnějších forem roztrpčení, rozhněvání a rozhořčení přes různou formu hněvu a rozzlobení, po projevy výrazného hněvu, nepřátelství, agresivity, až po destruktivní zuření.

Tyto projevy hněvu a zlosti mohou mít podobu krátkodobého výbuchu, který se po chvíli chvilkového vzplanutí utiší. Mohou však trvat dále, jak tomu je např. u déle trvajících hněvu, nelaskavosti, nevraživosti, nepřátelství a nenávisti. Mohou být vnějšímu pohledu zřetelné a jasné nebo naopak skryté a utajené (niterné). Setkáváme se s nimi u sebe (v našem vlastním životě i u druhých lidí, s nimiž přicházíme do styku; u nejmladších dětí i u dospívajících, u lidí dospělých i starších, u mužů (častěji) i u žen (skrytěji).

K čemu vede hněv a zlost

Hněv a zlost jsou obvykle zdrojem mnohých těžkostí, a to jak na straně toho, kdo se hněvá, tak i na straně toho, na koho se hněváme či zlobíme. Zlost je diagnostikována velice často v pozadí zrodu řady psychosomatických onemocnění. Ne nadarmo byl hněv nazván sabotérem duševního života.

Hněv a zlost vedou k vnitřnímu neklidu, k nepozornosti, ke ztrátě radosti ze života, k depresím, k nemocem, k nehodám (viz např. dopravní nehody způsobené rozhněvanými lidmi). Vedou i ke ztrátě práce (zaměstnání), ke sníženému výkonu, k poškození dobré pověsti (image), oblíbenosti atp. V manželství vedou k ochabování vzájemné lásky, k ochladnutí vzájemných vztahů, k rozpadu manželství, ba i k rozvodu. Člověk ve velké zlosti jedná často nepřičetně (jako „blázen“), napadají ho zlé myšlenky (např. na pomstu) a dochází často až k činům, které hraničí se zákonem. Právníci nás upozorňují, že téměř polovina vražd se stane ve zlosti po hádce lidí si nejbližších. Není divu, že ve hněvu a zlosti zapomínáme na to, co je křesťansky „dobré a ušlechtilé“, že nás v hněvu a zlosti napadají hříšné myšlenky a že máme v takovéto emoci blízko k hříšným činům.

To vše, co jsme řekli, se týká nezvládnutí vzduté hladiny emocí. Tato zvýšená hladina emocí však může být usměrněna (kanalizována) i jinak. Může vést k mimořádným výkonům (viz např. ve sportu), k neobvyklé tvořivosti a pozoruhodným činům. Může být zdrojem energie, která vede k nezdolnosti, vytrvalosti a statečnosti.

Co nám říká bible o hněvu a zlosti

Není marné si uvědomit, že bible věnuje zvláštní pozornost hněvu a zlosti. Pojednává na více jak 600 místech o těchto emocích. Zmiňuje se o Božím hněvu (Ž 2,5-9; Am 5,18-20 atp.) i o rozhněvání Pána Ježíše Krista (Mk 3,5). Dočteme se tam, že Pán Bůh je rozhořčen nad nespravedlností a nepravostmi lidí i národů (Ř 1,18), že Pán Ježíš Kristus se hněval na lhostejnost lidí k podstatným věcem víry, na zatvrzelost srdce a nečinění pokání lidí, s nimiž přicházel do styku.

Bible nám však dává jasnou směrnicí k tomu, jak zacházet se zvýšenou hladinou vzrušení, která se může snadno zvrhnout v hněv a zlost. Čteme zde slova Pána Ježíše Krista: „Každý, kdo se hněvá na bratra svého bez příčiny, musí trpěti soud.“ (Mt 5,22). Na jiném místě: „Pusť mimo sebe hněv a zanech prchlivosti; nezpouzej se tak, abys zle činiti chtěl. (Ž 37,8) V Přísloví pak čteme (16,32): „Lepší jest zpozdlý k hněvu než silný rek, a kdož panuje nad myslí svou nežli ten, který dobyl města.“

Na mnoha místech nás bible varuje před upadnutím do spárů hněvu a zlosti. V knize Přísloví o tom čteme např. na 9 místech – viz např.: „Nebývej přítelem hněvivého a s mužem prchlivým neobcuj“ (Př 22,24). V Novém zákoně pak (Ef 4,26) čteme: „Hněvejte se, ale nehřešte, slunce nezapadej nad hněvivostí vaší“ (což znamená, že se máme usmířit a přestat hněvat dříve, nežli slunce zapadne). Hněv je uváděn (spolu s nenávistí a nepřátelstvím) mezi „skutky těla“ (stojícími proti ovoci Ducha svatého) v Ga 5,20. Apoštol Pavel píše do Kolosis: „Složte hněv, prchlivost a zlobivost“ (Ko 3,8). Apoštol Jakub říká: „Budiž každý člověk rychlý k slyšení, ale zpozdlý

k mluvení, zpozdíly k hněvu, neboť hněv muže spravedlnosti Boží nepůsobí.“ (Jk 1, 19-20).

Pomsta. Bible ukazuje, jak blízko má hněv a zlost k hříšným myšlenkám na pomstu: „Ne sami sebe mstíce, mně pomsta, já odplatím, praví Pán“. Sem patří i Ježíšovo: „Nesudte, abyste nebyli souzeni...“ (Mt 7,1-5). Za příklad postoje k pomstě a odplatě nám apoštol Petr dává Pána Ježíš Krista, který „když mu zlořečili, nezlořečil zase; trpěv, nehrozil, ale poroučel tomu, který spravedlivě soudí.“ (1 Pt 2,23).

V žalmu 73 nám bible jasně ukazuje, jak se rodí hněv a zlost a jak se tyto emoce v člověku hromadí (v. 2-22) i jak se ve víře hněv a zlost dá zvládnout (viz v. 23-28). Podstatné přitom je, abychom tyto emoce hněvu a zlosti správně u sebe rozpoznali (diagnostikovali), uvědomili si, že jde o věci svrchované nežádoucí a „pohovořili“ o nich se sebou, případně promluvili v pastýřském rozhovoru s tím, koho hněv a zlost trápí, a pomohli mu vidět jeho situaci v Božím světle (Př 15,28). Podstatné důležité přitom je bránit se explozivnímu zlostnému myšlení i činění.

Zdá se, že tam, kde jde o hněv a zlost jako reakci na nespravedlnost, zvláště pak na tu, která se děje druhým lidem, hněv je namístě – doprovázený činem, který je proti této nespravedlnosti zaměřen (Mk 10,13-14). Hněv a zlost však není namístě tam, kde jde o reakci na překážky, které jsou kladeny naší egocentrické (sobecké) motivaci. Vždy však je namístě hněv a zlost ovládat (mít ho pod kontrolou).

Proč dochází k hněvu a zlosti

Jako u mnoha jiných emocionálních projevů i hněv a zlost se rodí z přerůzných příčin.

1. Nejrozšířenější je dnes teorie o vztahu mezi frustrací a agresí. Rozumí se jí výbuch hněvu a zlosti tam, kde něco zabráni uspokojení naší potřeby (touhy, snahy, motivace). Příkladem může být zátaras na silnici (např. strom přes cestu), který nám znemožňuje pokračovat v jízdě – zvláště pak tam, kde někam pospícháme. Čím je tento cíl pro nás cennější, tím je i hněv a zlost intenzivnější.
2. Nejbolestnější, jak se zdá, z hlediska zrodu hněvu a zlosti, je vše, co nám zatarasí cestu k tomu, abychom mohli mít dobré sebepojetí, sebehodnocení a sebevědomí. To nás mimořádně rozčílí, rozzlobí a nabudí náš hněv. To, co se dotýká naší cti, naší pověsti, kladů našeho obrazu v očích druhých lidí (našeho image), to je tak citlivé, jako kdyby se někdo neopatrně, ba hrubě dotýkal zřítelnice našeho oka. Reakcí na to je okamžitý intenzivní hněv a zlost.
3. Rozčílí nás vše, co považujeme za nespravedlivou poznámku, výtku a kritiku na naši adresu. Odborně se zde hovoří o devalvaci osobnosti (snížení naší hodnoty v očích druhých lidí). Ukazuje se, že hněv a zlost zde nastupují příliš rychle.

Kolikrát reagujeme dříve, nežli si uvědomíme, co bychom měli dělat, ba i nežli si uvědomíme, co děláme. Hovoříme pak o hněvivé či zlostné *reakci* na rozdíl od hněvivého či zlostného *jednání*. Toto hněvivé a zlostné chování je již do určité míry ovlivněné našim myšlením.

4. Hněvivě a zlostně jednat se učíme od druhých lidí. Ten, kdo vyrostl v rodině, kde se při sebemenší, i jen třeba tušené, „křivdě“ zlostně vybuchne, ten si tuto formu chování tak osvojí, že později bude takto jednat, aniž by si uvědomoval, že jedná v zajetí hněvu a zlosti.
5. Hněvivé a zlostné jednání je nakažlivé – infekční. Jde o sociálněpsychologickou nakažlivost, která je obdobná té, s níž se setkáváme v oblasti hygieny. Vybuchne-li na nás někdo v hněvu a zlosti, pak se automaticky vybudí i naše vzrušení a přebíráme jeho vzor chování.

Rozdíly mezi lidmi v hněvu a zlosti

Pravdou je, že z hlediska hněvu a zlosti není člověk jako člověk.

- a. Rozdíly mezi námi jsou v první řadě geneticky podmíněny. Jsou lidé relativně klidnějšího temperamentu, kteří se tak snadno nevzruší – ani tak snadno nevybuchnou hněvem a zlostí. Stejně tak jsou geneticky ovlivněni lidé, kteří rychle vzplanou a rychle se uklidní, kdežto jiným to trvá jak při vzplanutí, tak při uklidnění příliš dlouho.
- b. Rozdíly jsou i v citlivosti k vlastnímu sebehodnocení. Na jedné straně jsou lidé s mimořádně citlivým sebevědomím, kterých se dotkne i sebeneopatrnější podnět – a vybuchnou, rozhněvají se a zlobí. Na druhé straně jsou lidé, kteří „vydrží vše“. Podstatnou roli zde hraje pocit méněcennosti, případně až komplex méněcennosti. Ten, kdo ho má patologicky vyvinutý (vypěstovaný), ten se rozhněvá i na jen zdánlivý závan kritiky.
- c. Rozdíly jsou též ve výchově. Hovořili jsme již o tom, že rodiče svým chováním dávají dětem vzor jak reagovat na frustraci (nesplněná přání), případně jak se chovat tam, kde se nám vše nedaří tak, jak bychom si přáli.
- d. Rozdíly jsou ve vidění ohrožujících situací. Jsou lidé, kteří vidí vše černobíle. Toho černého přitom vidí podstatně více. Vidí je všude a zlobí se na vše – na vše možné i nemožné. Má-li někdo představu, že vše musí být stoprocentně bílé, pak ho snadno rozčílí, když něco je jen na 99,9 % bílé.
- e. Zralost osobnosti zde hraje roli. Malé děti se snadno rozčílí, když jim něco nejde tak, jak by si přály. Větší děti se již tak moc často nerozčílí. A osobnostně zralý člověk se vyznačuje právě tím, že se nedává tak moc unášet hněvem a zlostí.

Více se ovládá (kontroluje) a snaží se věci řešit více dohodou a kompromisem nežli útokem a agresí.

- f. Náboženství zde hraje též roli. V souboru křesťanských denominací existují například kvakeři, kteří patří k neklidnějším křesťanům vůbec. Nejenže odmítají jakékoliv násilí v mezinárodních sporech, ale sami svým tichým a klidným chováním šíří pokoj a mír. Na druhé straně existují militantní (bojovné) skupiny v každém náboženství.
- g. Víra – žitá víra zde hraje roli. Ten, kdo se pokojuje před svým Stvořitelem a od něho čerpá ujištění o své hodnotě Božího dítěte, které má u Boha svůj domov, ten nemusí být tak citlivý k útokům nepřátel. Příkladem v tom nám může být ve svém utrpení biblický Job.

Jak se chováme pod vlivem hněvu a zlosti

A. *Nezvládnuté způsoby jednání v hněvu a zlosti.* Vybouchneme. Rozčílíme se. Rozzlobíme se. Neudržíme se a na druhého člověka „vyjedeme“. Útočíme na něho slovem i činem. Jednáme agresivně (napadneme nepřítel „z první instance, tj. z vlastní iniciativy, nebo z druhé instance, tj. v reakci na jeho agresivní čin). Přitom obvykle v naší tváři je znát, že se nám zvýšil krevní tlak i frekvence tepu. To vše svědčí o tom, jak jsme rozčileni. Z našich očí srší oheň nenávisti. Náš postoj je postojem bojovníka nakloněného k boji. Právníci zabývající se kriminálními činy nás upozorňují, že v takové situaci vyhocené zlosti je nebezpečné mít v zorném poli zbraň. K ní se pak snadno sáhne a její použití je hodnoceno jako trestný čin ublížení na těle, případně ještě závažněji. Činy spáchané pod vlivem hněvu a zlosti mohou mít i mírnější formu. Může jít např. o chození za školu, o rozbítí věci, které si druhá strana cení, o útěk dítěte z domova, začlenění se do výtržnické či jiné bandy, o mimomanželský styk ze vzteku, o opití se alkoholem, příklon k drogám atp. Paleta zlostných činů se zdá být bezmezná.

Nápadné jsou slovní projevy v hněvu a zlosti. Často ve zlosti řekneme, co bychom v klidu nikdy nahlas neřekli. Někdy se až divíme, co vychází z našich úst (přesněji z našeho srdce). Sem patří přerůzné formy hádání, zesměšňování, ironie a kousavého sarkasmu, nadávek a urážek atp.

Náš útok v případě hněvu a zlosti nemusí být zaměřen přímo na toho, kdo je zdrojem našeho hněvu a zlosti. Místo něho můžeme napadnout někoho jiného. Příkladem může být manželka, která nemůže za to, co se manželovi stalo v zaměstnání, avšak je jím napadena při jeho příchodu z práce. Jindy hněv a zlost odnese pes, který se přátelsky točí kolem svého pána, a dostane kopanec.

V reakci na to, co nás rozzlobilo, snadno sáhneme ke strategii typu „oko za oko a zub za zub“ (Mt 7,38-44), před kterou nás v kázání na hoře Pán Ježíš Kristus výrazně varuje. Někdy – a to je horší – nejde jen o to zub za zub, ale o vyrazení celé sanice nepříteli za domnělé poškození jednoho jediného našeho zubu.

Všechny tyto agresivní způsoby jednání, ať mají jakoukoliv podobu, mají stejný efekt. S druhým člověkem se dostáváme do nepřátelského stavu. A nepřitelem se člověk může stát v raně blesku.

B. Nevhodné způsoby zvládnutí hněvu a zlosti. Ve chvíli, kdy se rozhněváme, můžeme být v situaci, kdy zveřejnění našeho postoje by mohlo narazit na společenské hranice nepřijatelnosti. Můžeme stát např. tváří v tvář svému zaměstnavateli, představiteli státní moci atp. V takových případech se obvykle náš hněv neventiluje, ale obrátí se dovnitř do našeho nitra. Zatneme zuby, ovládneme se a mlčíme. Uvnitř nás to však hlodá a trápí nás to (žere). Tlumíme vztek v sobě a divíme se, proč jsme tak nervózní, proč jsme stále ve stresu, proč nás neustále pobolívá hlava a trápí přerůzné psychosomatické nemoci. Odborně se zde mluví o internalizaci hněvu a zlosti. Ta je považována za nezdravou formu řešení těžkých situací.

Hněv a zlost se v takových případech stáhnou do podvědomí, ale tam nezahálají. Občas přicházejí do vědomí a my se utápíme v myšlenkách a dohadech, nápadech a záměrech, které nám nepřidávají klidu. Nevedou též k tvořivému řešení konfliktu. Spíše nás přivádějí k neustálému nařikání a bědování, stěžování a sebelitování. I to je možno považovat za tzv. „zarmucování Ducha svatého v nás (Ef 4,30-31).

Existuje ještě jeden způsob nevhodného zacházení s těžkostmi, které nás dovádějí k hněvu a zlosti. Je jím jedna forma tzv. obranného mechanismu – tzv. „hledání obětího beránka“. Zlobí nás např. to, že se neustále zdrazuje vše, co potřebujeme koupit. Pravého viníka inflace není snadné najít. A tak se náš hněv zaměří na zcela určitou osobu (např. ministra financí) a zlobíme se na něj. Tento hněv se může přeneseně zaměřit i na celou společenskou skupinu – např. politickou stranu, určitou organizaci atp. a ovlivnit tak náš celkový hněvivý vztah a nepřátelský postoj. Zde mohou být i kořeny xenofobie (nenávisti k určité etnické skupině), případně zdroj revolučního postoje atp.

C. Vhodnější způsoby zvládnutí hněvu a zlosti. Výše uvedené způsoby reakce na to, co zvyšuje hladinu naší emocionální vzrušivosti, nejsou jedinými možnými způsoby chování ve vypjatých situacích. Je možno se setkat s nadějnějšími formami chování.

Jednou z nich je akceptace – přijetí skutečnosti. Jde o reakci typu uvědomění si situace jako takové. Vidět svět realisticky – tak jak je – a sebe v něm i s tím, co nás vede k hněvu a zlosti. Jde o zadržení hněvivé reakce a rozmyšlení a promyšlení dalšího

způsobu jednání. Biblicky řečeno: jde o snahu vidět svět a vlastní momentální situaci v jiném světle – Božím světle – a o slyšení Božího hlasu, který nám naznačuje, co a jak bychom měli dělat, abychom se neukvapili a neprosazovali hlava nehlava vlastní vůli.

Důsledkem tohoto postoje může být např. stažení se ze hry – např. strategie typu „končím a dál s vámi nejdu“ a dělat něco jiného. Kolikrát je lepší odejít včas, nežli prodlužovat trápení do nekonečna. Nevšímat si těch, kteří nás uvádějí do hněvu a zlosti. Věnovat se jiné činnosti, nežli je ta, která nás tak zlobí a ničí. Tvořivosti se zde meze nekladou.

Pastorální péče o lidi ovládané hněvem a zlostí

Snaha pomoci člověku, kterého trápí hněv a zlost, může mít přerůznou podobu:

1. Pomoci rozčilenému, rozhněvanému a zlobícímu se člověku, aby si uvědomil, v jakém emocionálním stavu se nachází. Někdy je dokonce vhodné říci mu, že jeho hněv a zlost se přenáší i na mne, i já se cítím rozhněván a rozzloben.
2. Pomoci mu ujasnit si, co vlastně je pravou příčinou jeho hněvu a zloby. Proč se tak hněvá a zlobí? Co se podle jeho domněnky stalo, že ho to tak rozčílilo?
3. Pomoci mu vidět svět v Božím světle – tak, jak to udělal Elizeus – jak jsme viděli v úvodu (v citaci 1 Kr 6).
4. Zvažovat vhodnost setrvání v situaci, která vede k hněvu a zlosti. Kolikrát je emocionálním ulevěním, když je možno změnit – např. pracoviště, školu, bydlení atp.
5. Uvažovat o tom, zda by se nedalo něco změnit tak, aby situace přestala být tak dráždivou.
6. Položit důraz na pokoru a odpuštění. V hněvu a zlosti jsme často v pokušení považovat svůj pohled na danou situaci za stoprocentně správný, chápat sebe jako nejchytřejšího, svůj postoj za nejspravedlivější atp. Toto namyšlení, podporované emocionálním vzrušením, je často třeba tlumit. Věci se mohou mít jinak. Mohou existovat informace, které neznáme a které ukážou, že se v tom či onom mýlíme. Proto je třeba dát si více práce a dozvědět se vše, co jen je k dané věci možno znát, a v pokoře si udělat přesnější obraz situace.
7. Nepodléhat falešným představám, o laciných možnostech uklidnění – např. radám typu rozbít vázu atp., a tím se uklidnit. Neexistuje pokus, který by prokázal, že takovýmto jednoduchým způsobem by se člověk skutečně mohl uklidnit. Častokrát je tomu právě naopak – rozbitím něčeho (kopnutím do něčeho atp.) se člověk ještě více rozzlobí.

8. Upozornit postiženého, že existuje něco jako „past hněvu a zlosti“ – člověk se dá do ní chytit a nemůže z ní uniknout ven. Tou pastí je zde zloba sama o sobě. Hněvám se a zlobím se – a nakonec (aniž bych si to sám sobě přiznal) je mi v tom dobře – a ani tak moc nehledám, jak se z toho dostat ven.
9. Naznačit postiženému, že existují způsoby chování, které hněv a zlost tlumí. Patří sem např. pomalé mluvení s důrazem na každé pronesené slovo, které dává možnost pečlivěji rozmýšlet to, co chceme říci. Nezvyšování hlasu (jeho intenzity). Důsledné frázování mluvené řeči, tj. dělání delších pomlk na rozhraní nejen vět, ale slovních celků (po vyslovení několika spolu smyslem spojených slov). Obdobně existují způsoby uvolňování svalového napětí (tzv. relaxace), které pomáhají snížit celkovou míru vzrušení. Příkladem zde může být hluboké dýchání. Pomocí je i tzv. samomluva, kdy si člověk sám domlouvá a říká si např.: „Jardo, vydrž a nedej se vydráždit“. Pomocí je zde i tichá modlitba jak před exponovaným setkáním, které nás může rozhněvat a rozzlobit, tak i v průběhu tohoto jednání.
10. Je dobré vzdor všemu, co nás hněvá a co nás zlobí, myslet na věci „dobré a potěšitelné“ – jak nás napomíná apoštol Pavel (Fp 4,4-9). Nedat si vzít radost a pokoj – bojovat za jejich udržení – ať se děje, co se děje.

Předcházení výbuchům hněvu a zlosti

Je dobré umět zvládat hněv a zlost. Pomáhá tomu však i to, když se předem připravujeme na zvládání negativních forem řešení emocionálně exponovaných situací. Pomocí je ujasnění si situace, která ukazuje, že zvýšení emocionální hladiny vzrušení není samo o sobě morálně ani plus ani minus (ani dobré ani zlé). Podstatně důležité je, co s tím uděláme (kam tuto energii „kanalizujeme“ – zda do věcí dobrých a nadějných nebo do hněvu a zlosti).

- a. Cvičit se v sebeovládání. Nejde zde jen o mentálně hygienický „duševní tělocvik“ (i když i ten má svou cenu), ale o uvědomění si toho, že svoboda, která nám je dána, vyžaduje vyrovnanou míru odpovědnosti – ne bezuzdnost, ale sebekázeň. Jde i o to cvičit se v boji s vlastním pocitem méněcennosti a namyšlenosti (jak o tom bude řeč v další kapitole). Cvičit se v realistickém vidění celku situace a ne jen jejího výseku (části). Cvičit se v myšlení na budoucnost – domýšlet to, co asi by bylo, kdybych udělat to či ono (jaké by to mělo důsledky).
- b. Cvičit se v rozeznávání situací, které nás snadno rozhněvají a rozzlobí – a pokud možno vyhybat se jim (nelézt zbytečně do jámy lvové, případně nestrkat hlavu lvům do tlamy – viz. Př 22,24-25).
- c. Cvičit se v budování zdravého sebevědomí.

- d. Cvičit se v sdělování druhým lidem, s nimiž přicházím do styku (a zvláště pak do konfliktů) toho, „co cítím“ – spíše nežli ihned se projevovat hněvem a zlostí. Nebát se říci „toto mne nenechává v klidu“ nebo „to by mne rozhněvalo či rozzlobilo – a to nechci“ atp.
- e. Cvičit se v utíkání neustálému nařkání a bédování, sebelitování a žití v hořkosti. Raději naučit se „ladit“ své emoce do tónin radosti, chval a díků.
- f. Modlit se o sílu ke zvládnutí hněvu a zlosti i o vidění světa i těžkostí života v Božím světle.

6. POMOC V OTÁZKÁCH MĚNĚCENNOSTI

Každý z nás myslí nejen na druhé lidi, ale i na sebe. Tak, jak si dělá představu o tom, kdo to je ten či onen „druhý“ člověk, dělá si i představu o tom, kým je on sám. A podobně jako hodnotí druhé lidi, hodnotí i sama sebe. Jak se k druhým lidem staví kriticky (podhodnocuje – devaluje je) nebo je naopak zbožňuje (přeceňuje), tak se může stavět nezdravě sám k sobě – příliš sebekriticky či naopak nezdravě se přeceňovat. Toto sebehodnocení každý z nás přitom subjektivně velice intenzivně emocionálně prožívá. V prvním případě hovoříme o pocitech méněcennosti a v případech patologického sebeponižování pak dokonce i o komplexu méněcennosti. Ve druhém případě mluvíme o namyšlenosti a pýše.

Odborníci, kteří se těmito jevy zabývají, nám říkají, že 95% lidí ví, co to je pocit méněcennosti. Psychiatri zase ví, co to je komplex méněcennosti. U pýchy je tomu jinak. Tam si to člověk tak jasně neuvědomuje, jako je tomu u pocitů méněcennosti. Pravdou však je, že se s oběma extrémy (abnormalitami sebepojetí) – s podhodnocováním i nadhodnocováním – setkáváme v běžném životě. Nemusíme se ani ptát „za koho se považujete?“ nebo „jak hodnotíte sebe sama?“ atp. Stačí chvíli naslouchat tomu, co dotyčný člověk říká, případně dívat se, jak jedná s druhými lidmi, a z toho odečítat, jak sám sebe hodnotí.

Co nám říká bible k otázkám sebepojetí a sebehodnocení

1. *Pán Bůh si člověka váží a má ho rád.* Hned na prvních stránkách bible čteme o tom, že když Pán Bůh stvořil člověka (Gn 1,27), konstatoval, že to vše, co učinil, bylo „dobré“ (v.31). Z toho, co je člověku dáváno do vínku (viz v.28-30), je vidět, že k tomu, co má dělat, dostal potřebné schopnosti. Žalm 8 to potvrzuje. Říká se tam, že Pán Bůh učinil člověka „o málo menšího andělů“ (v.6) a vyzdvihují se zde

jeho schopnosti. Izaiáš výslovně říká, že Izrael „drahým byl učiněn“ v Božích očích (Iz 43,4) a „Pán Bůh ho miloval“. O tom, že si Pán Bůh člověka vážil a váží svědčí např. to, že Pán Bůh k němu mluví a jeho modlitby slyší, že on sám chce s ním být v interakci. Bible o člověku hovoří jako o tom, kdo byl stvořen a „korunován slávou a ctí“ (Ž 8,6). Žalmista zpívá o tom, že Pán Bůh „přikázal svým andělům, aby člověka ostříhali na všech jeho cestách“ (Ž 91,11). Pán Ježíš Kristus sám o člověku – o nás lidech – říká, že jsme „solí země“ a „světlo světa“ (Mt 5,13-14). To, jak si nás (lidí) Pán Bůh váží, naznačuje i to, že svého jediného syna, Pána Ježíše Krista, poslal, aby nás zachránil. A ten nás učil volat k Bohu „Otče náš“. Učí nás vidět v něm Otce – tak, jako děti vidí otce ve svém tatínkovi, tj. považovat se za Boží děti. Kdybychom neměli v Božích očích žádnou cenu (hodnotu), neobětoval by se Pán Ježíš Kristus za nás.

2. *Nebudeš sám sebe nenávidět, ale budeš se mít rád.* O sebelásce se obvykle mluví s negativním přízvukem. Díky S. Freudovi je tomu tak všude tam, kde se hovoří o narcisismu (podle staré řecké básně o Narcisovi, který se díval do studánky na svůj vlastní obraz a patologicky se zamiloval sám do sebe). Takováto nezdravá sebeláska si odsudek právem zaslouhuje. Bible však mluví o něčem jiném.

V tzv. dvojpříkázání lásky – „milovati budeš“ (L 10,27) se hovoří ve druhé části o milování bližního (je to tam vysvětleno podobenstvím o milosrdném Samaritánovi) a čteme tam zároveň „jako sebe samého“. To nám ukazuje, že člověk by se měl mít rád. A to z Božího příkazu – ne ze své patologické sebelásky. Nemělo by mu být lhostejné nic, co se týká kterékoliv jeho stránky (tělesné, duševní a duchovní). Neměl by být apatický ke svému tělesnému, duševnímu a duchovnímu zdraví. Měl by s vděčností o toto zdraví pečovat a radovat se z tohoto vzácného daru. Však i apoštol Pavel mluví o „milování vlastního těla“ (Ef 5,28).

3. *Odchýlení od nadějně cesty – otázka hříchu.* Bible hovoří nejen o stvoření člověka a o tom, že vše bylo dobré. Mluví i o tom, jak se člověk odchýlil a odchyluje od nadějněho zaměření (směřování) svého života. Není pochyb, že Pán Bůh to s člověkem myslel a myslí dobře, avšak člověk sám má v sobě tendenci (snahu, až touhu) zneužívat svobody, která mu byla Pánem Bohem dána. Člověk se dal a dává stále svěst zaslíbením „budete jako bohové“ (Gn 3,5) a řítí se vesmírem jako raketa, která se míjí cílem. Dá si našeptávat jiným nežli Božím hlasem, že to s ním Pán Bůh nemyslí dobře, že mu něco nechce dát, ba že mu chce něco vzít, co by si člověk přál a co by chtěl. Cítí se tím pádem neuspokojen (existenciálně frustrován). Rebeluje a vydává se na jinou cestu – na svou vlastní cestu života – podle své vlastní vůle (svévole). Není divu, že se pak dostává tam, kam nechtěl – jako ten marnotratný syn.

Na štěstí toto není poslední slovo bible. Je zde ještě slovo evangelia – radostné zvěsti. O tom, že „Pán Bůh nemá rád hřích, ale miluje hříšníka“ – a poslal svého jediného syna, Pána Ježíše Krista, aby člověku z této beznadějně situace pomohl (Ř 5,10-21, J 3,16 atp).

4. *Pýcha a namyšlenost.* Pozorování druhých lidí i sebe sama nás vede ke zjištění, že v sobě máme něco, co nás motivuje být druhými lidmi obdivován, chválen a vyvyšován. Je dost dobře možné, že jde o spojitě nádoby s oním výše uvedeným a neustále znovu a znovu aktualizovaným pokušením „budete jako bohové vědouce dobré i zlé“ (Gn 3,5). Tato snaha „být někým“ může být v mezích určitého normálu. Může však též být abnormální a projevovat se neuznáváním kladů a pozitivních hodnot druhých lidí, neschopností vážít si druhých lidí a mít k nim úctu (respekt), případně i druhé lidi pochválit. Může se ukazovat nadměrným (nerealistickým) sebepovyšováním, arogancí, ponižováním (devalvací) druhých lidí atp. V pozadí této snahy druhé lidi ponížít a ponižovat diagnostikujeme často jádro věci: touhu sama sebe povýšit, být druhými obdivován, chválen a vyvyšován – být v očích druhých lidí „někým velkým“. Z biblického hlediska jde o snahu přisvojovat si slávu, která patří jedině Pánu Bohu.

5. *Pokora a nízké o sobě smýšlení.* Nejprve co pokora není. Pokora není opovrhováním sebou samým, pohrdáním vším, co se nás týká. Pokora není „přestováním“ pocitu méněcennosti. Pokora není nevážením si toho, co nám Pán Bůh dal – at jde o náš fyzický (tělesný) zjev, naše schopnosti, naši osobnost, náš původ, naše mládí, vzdělání, zaměstnání atp. Pokora není odmítáním sebe sama.

Co tedy je pokora? Viděním sebe sama v Božím světle. Takovýto pohled nám ukazuje všechny klady – že nás Pán Bůh má rád, že si nás váží, že to s námi myslí dobře atp. Při všem respektování realistického hodnocení naší vlastní existence však pokora chápe i naše odchýlení od Boží cesty (naš hřích). Vidí rozdíl mezi tím, co bychom podle Boží vůle dělat měli a co děláme, i v tom, co bychom dělat neměli a děláme. A toto naše odchýlení od Boží cesty pravá pokora se srdečným zarmoucením uznává. Příkladem takovéhoho pokorného postoje sama k sobě může být apoštol Pavel (viz Ř 7,14-25).

Proč dochází k pocitům méněcennosti

- a. *Vlivy rodinné výchovy.* Sebepojetí se nejvýrazněji vytváří v době nejranějšího mládí. V kolika rodinách se dodnes drží falešná představa, že dítě je třeba podceňovat, aby se tím podnítilo k vyššímu výkonu?
- b. *Falešná měřítko lidské hodnoty.* Jak vysokou hodnotu má v našich očích „mítí“ oproti „býti“? Jak přeceňujeme to, co kdo dokázal – např. ve sportu, ve škole,

v podnikání, politickém boji atp., a jak málo si vážíme toho, „jaký je to člověk“. Jak snadno se stávají kritériem hodnoty člověka věci, které jsou „velké“ – velká auta, velké domy, velké kanceláře, velké tituly atp. (tj. kvantitativní měřítka), a jak málo jsou kritériem hodnoty charakteristiky „kvality“ – včetně charakteristiky poslušnosti Boží vůle. Jak snadno je v našich očích větší ten, kdo dovede plynule mluvit, nežli ten, kdo dovede pozorně aktivně naslouchat?

Měřítka výkonu může být příkladem „dláždění“ cesty k pocitu méněcennosti. Kolikrát jsme se přesvědčili o tom, že náš výkon je nižší nežli výkon druhých lidí, tj. že nejsme nejlepší. Ještě těžší je situace tam, kde v situaci, že někdo neuspěje, si myslí, že nemá právo být úctyhodným člověkem. Oč méně pozorní jsme k tomu, co se nám daří, a oč méně si vážíme vlastních kladů.

Do této skupiny patří i naše snadné přejímání měřítek hodnoty člověka z masových sdělovacích prostředků – televize, noviny, rádia, filmů, časopisů atp. Tam např. vidíme, že ten, kdo nemá to či ono (např. značkové džíny, moderní elektronické vybavení, auto určité značky atp.), není „na výši“ (společenského hodnocení). Společnost, v níž žijeme, nás zahrnuje svými kritérii hodnoty člověka – symboly společenského statusu: musíš mít „to a to“ – a když ne, pak nejsi jeden z elity.

c. *Příliš vysoký ideál.* Není divu, že zakoušíme zklamání a pocity méněcennosti, když si postavíme „laťku“ příliš vysoko a nemůžeme se k ní pak dostat. Týká se to nejen ideálů, ale i našich plánů a očekáváníí.

I ty mohou být nerealistické (přehnané) a jejich nesplnění si snadno bereme jako důkaz vlastní neschopnosti.

Jinou obdobou této tendence je stanovování si příliš mnoha úkolů. Když pak nestíháme vše, co jsme si takto stanovili, snadno upadáme do představ o vlastní neschopnosti.

d. *Zážítka ze života.* Kolikrát našemu sebepodceňování pomohl někdo, kdo si nás nevážil, kdo nás považoval za „nikoho“ (Niemand), kterému není třeba věnovat žádnou pozornost, kdo nás přerůzným způsobem podceňoval (devalvoval), urážel a ničil?

e. *Nevhodné srovnávání sebe s druhými lidmi.* Není divu, že se cítíme „minus“, když se srovnáváme s někým, kdo je v dané oblasti nejen „jednička“, ale přímo „mistr světa“.

f. *Nepřiměřené reakce okolí.* Náš pocit méněcennosti se snadno zrodí tam, kde se nám nedostane přiměřené pochvaly za to, co je pochválení hodno, stejně tak jako tam, kde se nám dostane příliš velkého trestu tam, kde jsme udělali něco ne tak moc nesprávného.

- g. *Nepřiměřené postoje okolí.* Pocity méněcennosti snadno vznikají tam, kde nás někdo (rodiče, učitelé, kamarádi atp.) nadhodnocuje (považuje za génia, jedničku, hvězdu atp.) a my se pak přesvědčíme, že to nebyla pravda. Podobně je tomu tam, kde nás někdo neprávem podhodnocuje (říká o nás, že jsme líní, hloupí, nemožní atp.) a my to bereme příliš vážně.
- h. *Falešné sebeobviňování.* Růstu našeho pocitu méněcennosti napomáhá, když si sami sobě říkáme např. „jsem hloupý, ošklivý, zcela nemožný atp.“ nebo „nikdo mne nemá rád.“ Pravda to není. Není na světě člověka, kterého by Pán Bůh neměl rád. Není pravda ani to, když si říkáme: „nikdo si mne neváží“. Pán Bůh si váží každého člověka.
- ch. *Falešná teologie.* Některé příklady jsme již výše uvedli – viz totální sebeodsuzování (jsem-li hříšník, nezasloužím si dál žít), odmítání možnosti obrácení, konverze, znovuzrození (radikální změny zaměření života), nerespektování biblického učení o dědičném hříchu (svádění k snaze „budete jako bohové, vědouce dobré i zlé“), nesprávné pojetí pokory, domnění, že člověk se nesmí mít rád, je-li křesťan atp.

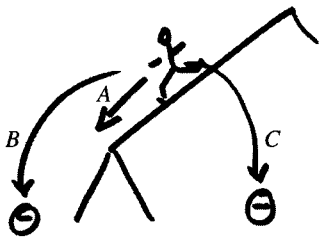
K čemu nás vede pocit méněcennosti

To, k čemu vedou pocity méněcennosti, vyjádřil v přehledu C. W. Ellison (1976). Uvedme to podle jeho zpracování.

Pod vlivem pocitů méněcennosti:

- lidé nemají dost životní energie (životního elánu);
- lidé se cítí příliš slabí k překonávání svých nedostatků;
- mají těžkosti uspokojivě vycházet s druhými lidmi;
- snadněji se cítí citově zraněni;
- mají těžkosti otevírat se druhým lidem (komunikovat s nimi);
- mají nižší sebeúctu a sebedůvěru;
- cítí se sociálně izolováni (opuštění, osamoceni, sami);
- zlobí se na druhé lidi, ale neodvažují se jim to říci, aby na sebe neupoutali pozornost;
- jsou závislejší a poddajnější (i proti své vůli);
- jsou méně zvědaví a méně tvořiví;
- jsou neklidnější a nejistější;
- drží se ve společnosti druhých lidí spíše v pozadí;
- jsou častěji předmětem kritiky druhých lidí;
- mají větší strach z druhých lidí;
- mají více sebekritických poznámek (myšlenek) k vlastní osobě;
- sami se nenávidí a odmítají;

- mají častěji deprese;
- mají silnější touhu získat moc, být někým zvláštním a lepším a druhé lidi ovládat;
- mají silnější tendenci s druhými lidmi se hádat, být netolerantní, přecitlivělí;
- obtížněji druhým lidem odpouštějí;
- častěji a více si nařikají;
- neumějí přijímat pochvalu a uznání;
- neumějí přijímat projevy lásky (nevědí dost dobře, co to vlastně láska je);
- jsou horšími posluchači;
- špatně snášejí prohru.



7. Zdravé sebevědomí

A ... nadějně zaměřený život (životní cesty)

B ... nebezpečí upadnutí v osidla pýchy a namyšlenosti

C ... nebezpečí zachycení se do tenat komplexů méněcennosti

Kdy je sebevědomí zdravé? Když je život zaměřen nadějným směrem a daří se odolávat silám, které nás mohou vést k upadnutí buď do B nebo C.

pýcha a namyšlenost pocity, myšlenky a komplexy méněcennosti

Pastorální péče o lidi s pocity méněcennosti a poruchami sebepojetí

Co dělat?

1. Zřetelně a jasně je seznamovat s biblickým učením o hodnotě člověka – a o tom s nimi v dialogu hovořit.
2. Být s nimi a povzbuzovat je k intenzivnějšímu sociálnímu životu (interakci s druhými lidmi), zvláště pak k „dávání“ – neboť ten, kdo dává, s větší pravděpodobností též dostává. Dostání daru posiluje povědomí kladného hodnocení.
3. Upozorňovat je, že nejsme stoprocentní zajatci své minulosti (zkušeností z mládí) a že se můžeme změnit – i ve vztahu k hodnocení vlastní hodnoty a vlastních schopností
4. Protože lidé s pocity méněcennosti zdůrazňují až příliš své negativní charakteristiky, vedme je k vyjmenovávání (i písemnému vyjádření) jejich vlastních kladných charakteristik – a pomáhejme jim v tom.
5. Vedme je k jednodušším a lehčím činnostem, v nichž by mohli své klady využít, a tím posílit své sebevědomí (vedme je k zážitku „dokázal jsem to“).

6. Povzbuzujeme je k nacvičení nových dovedností – např. v sociální komunikaci (k aktivnímu naslouchání, ke sdělování vlastního názoru v klidu a s připraveností na to, že nemusí být nutně druhými lidmi přijati), k vyjadřování úcty, uznání a pochvaly druhým lidem (tam, kde to jen je na místě), k děkovným modlitbám, k meditování nad biblí a zvláště pak nad těmi verši, které hovoří o kladné hodnotě člověka v Božích očích atp.
7. Učme je myslet nejen na negativní věci, ale – přednostně – na kladné věci o světě, druhých lidech i o sobě.
8. Modleme se s nimi i za ně (viz Jk 5,16).
9. Vedme je k odpouštění druhým lidem a pomozme jim zbavit se negativního zvyku „samí sobě si nic neodpustit“.
10. Vedme je ke stanovování krátkodobých cílů a k realistické formulaci těchto cílů (aby byly splnitelné). Dlouhodobé cíle se jim totiž budou zdát příliš velké a nesplnitelné. Proto od nich budou ustupovat a utíkat se k „nicděláním“. Zdůrazňujme jim přitom, že dělat by měli to, o čem se domnívají, že je správné, a probírejte s nimi v dialogu, co to znamená dělat to, co je správné.

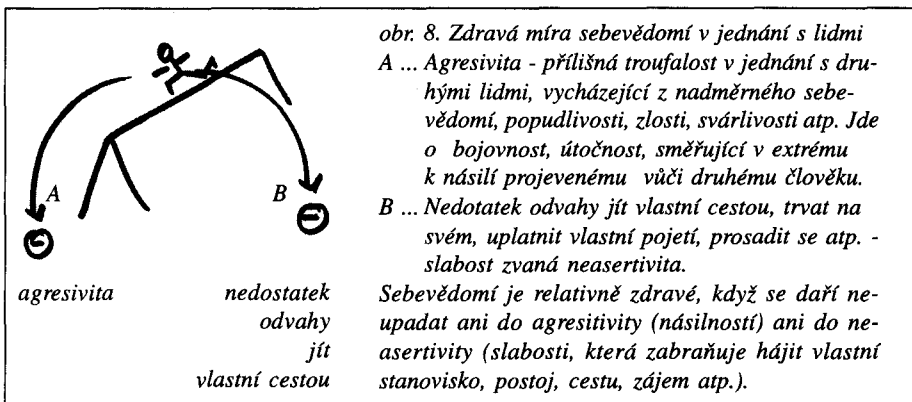
V rozhovoru s lidmi s pocity méněcennosti nezapomeňme, že tito lidé jsou přecitlivělí na lehkavá povzbuzování a chlácholení. To je jen utvrzuje v tom, že je to s nimi zlé. Zde je na místě jen skutečně upřímně míněná pochvala s reálným podkladem v pozadí. Zároveň je třeba si uvědomit, že takového povzbuzování je zapotřebí stále (dlouhodobě), neboť zdravé kladné sebevědomí se z poníženého stavu vzchopí obvykle velice pomalu.

Prevence – předcházení pocitům méněcennosti

- a. Pomoc rodinné výchově, aby brala ohled na tvorbu zdravého sebepojetí a sebevědomí dětí v nejranější době jejich života.
- b. Pomáhat dětem vyrovnávat se zdravě s pocity méněcennosti, které se rodí v průběhu jejich školní docházky a dospívání (v jejich zážitcích v kolektivu, týmu, partě atp.)
- c. Snažit se zařadit se do aktivního života sboru, kde podle staré písně „bratr bratra mile vítá, vyšší nižším nepomítá...“
- d. Potlačovat nezdravé tendence v mezilidském styku:
 - být šokován problémy, které před námi vyvstávají, místo abychom je vítali jako výzvy;
 - zlobit se vždy na nepříjemné a bolestivé věci, místo akceptovat je (přijímat je jako realitu);

- rozzlobit se, když ztrácíme kontrolu nad situací;
- zlobit se na sebe, když se dostáváme do těžké situace;
- okamžitě se vzdát všeho, když se ukáže, že jednáme nesprávně;
- ztrnout a znehybnět (být paralyzován), když na nás spadne strach;
- jednat s lidmi jako s předměty (prostředky) – místo abychom je viděli jako cíle jednání (Uvedeno podle Maurice Wagnera, 1975).

e. Dát si práci s poznáním biblického učení o hodnotě člověka a možnostech posilování zdravého kladného sebevědomí i boje proti nadměrnému nerealistickému sebehodnocení (pýše).



7. POMOC V OTÁZKÁCH UTRPENÍ

Utrpení je realitou. Nepříjemnou, těžkou skutečností v životě. Setkáváme se s ním ve vlastním životě i u lidí kolem nás. Otázkou je, jak se k němu stavět a jak se s ním vyrovnávat, jsme-li křesťany.

Co se rozumí utrpením?

Slovník nám říká, že utrpením se rozumí „být postižen vlivem nepříznivých okolností nebo být postižen nepříznivým zásahem“. Být nemocný, chorý, zdravotně či jinak postižen. Být zraněn, soužen, poškozen. Být sužován, trpět, strádat a zkusit mnoho bolesti. Mnoho trpět, utrpět škodu, své si vytrpět a mnohé v bolesti protřpět. Mnohé si vystát, mnoho zkusit – např. bolesti, úzkostí a strachu. Projít mnohým strádáním. Prožívat útrapy přerůzného druhu.

Utrpení bylo, je a zřejmě bude i v budoucnu. Patří k nejtěžším otázkám, kterými se vůbec kdy lidé zabývali. Není tedy divu, že se otázkami utrpení trápilo mnoho lidí – i význačných filozofů, teologů, lékařů, psychologů atp. V jedné z nejobsáhlejších současných prací o pastorální teologii Thomas C. Oden (1993) uvádí (na str.248) přehled výsledků těchto zamyšlení nad otázkami utrpení tak, jak se s nimi setkáváme u celkem 19 klasických “Otců víry” (např. Ireneus, Athanagoras, Origenes, Cyprian, Hermes, Klementis, Salvian, Tomáš Akvinský, Augustin, Erasmus, Luther, Kalvín, Jan z Kříže, Leibnitz, J. Wesley atp.). Zároveň uvádí hlavní myšlenky 21 relativně moderních a soudobých autorů (např. Kierkegaarda, B.Niebuha, V.E.Frankla, T.Bonhöffera, Toynbeeho atp.). Zde se chceme tohoto pramenu přidržet a upozornit na nejdůležitější poznatky přicházející z těchto zdrojů.

Theodicea – oč jde?

Pro tu oblast zamyšlení, která se zabývá problematikou křesťanské víry tváří v tvář utrpení, je v odborné teologické literatuře ražen termín „theodicea“. V tomto termínu slyšíme jednak „theos“ – Bůh, jednak „dike“ – spravedlnost. Doslovný překlad by tedy zněl “Hovořit spravedlivě o Pánu Bohu tváří v tvář realitě utrpení“. Jinak: ptát se, proč Pán Bůh dovolil či umožnil existenci utrpení, zla, bolesti smrti atp, říká-li nám bible, že nás Pán Bůh má rád a že je všemohoucí? Volněji pak: Hledat smysl utrpení v kontextu křesťanské víry. Není třeba připomínat, že jde o jednu z nejtěžších otázek víry a přitom o otázku, která není jen teoretická, ale má bezprostřední dosah do skutečného života (reality).

Základní otázka theodiceje

- A. Jako křesťané věříme, že Pán Bůh je všemohoucí.
- B. Jako křesťané věříme, že Pán Bůh je láska a miluje nás (každého z nás).
- C. Utrpení je skutečností – jak tělesné utrpení (např. nemoci, choroby, bolesti atp.), tak utrpení duševní – (např. snížené míry sebehodnocení, sebe–úcty, sebe–vážení atp.) i sociální – (např. šikanování, odcizení, nevěrnost v manželství, chudoba, příslušnost k sociální menšině, nezaměstnanost atp.) – Existenci utrpení dokládá přítomnost bolesti (fyzické i psychické), stresů, konfliktů, ústrků, ponižování, pomluv, diktatury, katastrof atp.

Nezralá řešení

Dojdeme-li k závěru, že výše uvedené tři skutečnosti (A,B a C), jsou jako trojjediný celek nesrovnatelné, je možno – nezrale a neoprávněně – nalézt zkratkovité řešení typu:

- a. Pán Bůh není všemohoucí – např. není s to zabránit tomu či onomu zdroji utrpení.
- b. Pán Bůh nás nemá rád – např. dovolí, aby maminka zemřela, a to by nikdo nedovolil, kdo mne má rád.
- c. Utrpení neexistuje, je to jen naše vymyšlená představa – viz např. učení některých sekt (např. Křesťanská věda M. Baker-Eddyové).

Zralejší řešení

Pohlédneme-li do dílny těch, kteří se otázkami utrpení zabývali, vidíme, že jejich myšlení vykazuje určité obecné charakteristiky:

- a. Snaží se nepodlehnout zjednodušenému pohledu na utrpení, ale vidět je naopak v širších souvislostech (Jde o tzv. multifacetický, mnohostránkový pohled na otázky utrpení).

Snaží se vidět ne jen jednu jedinou příčinu utrpení, ale vidět dané utrpení jako „soutok“ řady pramenů (příčin).

- b. Snaží se nechápat utrpení jen po výtce individuálně (např. vidět souvislost mezi kouřením daného člověka a rakovinou plic, souvislost mezi pacientovou promiskuitou a AIDS, atp.), ale vidět vzájemné vztahy mezi tím, co zlého dělá jednotlivý člověk, ale má to dopad na širší okruh lidí. Vidí i vztah mezi tím, co společnost dělá ze zdravotního hlediska nežádoucího, ale má to dopad na daného člověka. Zároveň chápe tyto vztahy v časovém rozměru (to, co dnes konstatujeme jako nežádoucí, může být důsledkem toho, co se dělalo včera atp.)

- c. Vychází se z hlubšího poznání toho, co se rozumí termínem „hřích“ a co se rozumí termínem „svoboda člověka“.

Hřích se přitom chápe obrazně jako odchýlení letu šípů od správného směru letu k cíli – ať jde o svévolný čin jednotlivce nebo skupiny lidí.

Svobodná vůle člověka je přitom chápána jako vzácný Boží dar člověku, kterého je možno využít, ale i zneužít (při opomíjení odpovědnosti za to, co děláme).

- d. Jednoznačný důraz je kladen na biblické učení o tom, že Pán Bůh zlo sám nechce, ale dovoluje svobodné rozhodování lidí (tzv. svévoli), které vede přitom k mnohému zlému. Jde o tzv. svobodnou determinaci, tj. dělání toho či onoho podle vlastního uvážení člověka. V pozadí je učení o odmítnutí striktní kauzální determinace (příčinného–mechanického stoprocentního určení každého činu člověka) lidské činnosti Pánem Bohem při stvoření. Myšlení, chování a jednání člověka podle tohoto pojetí není naprogramováno – jak tomu je např. v činnosti samočinného počítače. Člověku byla do vínku dána svobodná vůle. Tu může užít či zneužít. Využít k dobrému či ke zlému. Tato svoboda je mu dána. Není např. vybaven instinkty (jako zvířata), aby musel dělat jen to, co tyto instinkty mu poroučí. Zároveň se zde však hovoří

i o dědičném hříchu. Ten je některými autory (Dr. Scott Peck) chápán jako geneticky podmíněná neschopnost jednat stoprocentně ve shodě s Boží vůlí.

- e. Souhlasně všichni autoři upozorňují na to, že člověk není sám, kdo trpí, a není sám, když prochází utrpením. Podle bible trpí i Pán Bůh – a trpí spolu s námi; viz např. Ž 2,9; 2 K 3,10; Fp 3,10; Ř 8,18; Mt 27,28; 1 Pt 4,12 nn atp. Podle těchto výroků Pán Bůh je s námi v utrpení, trpí spolu s námi, ale zaslíbil též vítězství nad utrpením a odstranění utrpení v životě věčném.

V průběhu staletí meditací křesťanů nad otázkami utrpení vykrystalizovalo několik pojetí, která nám mohou být pomocí v naší vlastní práci nad pochopením utrpení. Chceme se zde na ně podívat s využitím toho, co důkladně zpracoval Thomas C. Oden (1992). K tomuto základnímu pramenu odkazujeme ty, kteří by chtěli jít do větších detailů.

Dvanáct pohledů křesťanských myslitelů na otázky utrpení

1. *Utrpení není Božím záměrem.* Bible nám hned v první kapitole říká, že ve chvíli, kdy Pán Bůh stvořil tento svět, „všecko bylo dobré.“ Zároveň nám naznačuje, že Pán Bůh se o tento svět stará jako zahradník o svou zahradu. To zlé vstoupilo do tohoto světa zneužitím svobody rozhodování člověkem. Pán Bůh dal člověku svobodu rozhodovat se tak či onak, a tím vlastně připustil zneužití svobody člověkem. Umožnil tak zrození zla a existenci důsledků hříchů (nejen momentální důsledky, ale i jeho důsledky v dlouhodobé perspektivě).

To, že se Pán Bůh snaží pomáhat nám v naší situaci, je možno demonstrovat např. v existenci tzv. úzdravných procesů v medicíně (např. toho, že se nám rány hojí, že existují tzv. spontánní uzdravení, to, že existuje tzv. placebo efekt – úzdravný vliv přesvědčení člověka o pomocné síle toho či onoho vlivu atp). Výstižně to vyjadřuje jádro výroku: „Lékař léčí, Pán Bůh uzdravuje.“

2. *Zneužití svobody rozhodování člověkem.* Neexistuje možnost svobodného rozhodování bez možnosti zneužití této svobody – a tvorby zla. Pán Bůh vzal na sebe toto riziko, když stvořil člověka a dal mu do vínku „svobodu“. To znamená, že Pán Bůh nestvořil zlo, ale umožnil lidem zlo produkovat – dělat to, co je zlé. Dal člověku však zároveň možnost toto zlo svobodným rozhodováním omezovat, odstraňovat a preventivně zabránit jeho vzniku.

Setkáme-li se se zlem, je dobré si uvědomit, že v protikladu k němu existuje dobro, které bylo a je Božím záměrem. A k tomu, aby toto dobro vítězilo, můžeme něčím přispět.

3. *Pán Bůh může učinit něco dobrého z jakéhokoliv zla a utrpení.* Z toho, co čteme v bibli, je možno vidět, že Pán Bůh častokrát to zlé obrátil v dobré. Příkladem může být otroctví Izraelitů v Egyptě a vyvedení Izraelitů z Egypta pod vedením Mojžíše. Jiným příkladem může být zajetí Izraelitů v Babyloně a jejich návrat – s kladnou změnou v jejich zbožnosti. Obdobně by bylo možno hovořit o Jobovi, ale i o Pavlovi, učednicích atp. V tomto směru je možno uvést i ukřižování Pána Ježíše Krista a jeho následné nanebevstoupení.

V tomto pohledu jde o překonání (transcendenci) našeho příliš úzkého zorného úhlu vidění dané situace utrpení. Jde o to uvědomit si, že to, co dnes vidíme a chápeme jako zlé, se v širší časové perspektivě může změnit v dobré. V pozadí je pojetí Boha jako Otce, který dovoluje, aby v určité době působily důsledky zla, ale jako otec, který má své děti rád, vyvádí je v dobrém ze zlého.

4. *Zlo neomezuje Boží moc.* Tomáš Akvinský na jednom místě říká: „Bůh, který by byl méně všemocný, by si nemohl dovolit, aby se proti němu postavily jiné síly zla (vzbuzené lidským hříchem).“ Podobně píše J. Wesley: „Jen Bůh, který je všemohoucí, mohl stvořit takovýto svět.“

Ve Starém zákoně např. čteme (Ex 9,16) o tom, že Pán Bůh nejdříve dovolil faraónovi, aby vládl. Když pak vládl příliš krutě nad Izraelem (zneužil své moci), Pán Bůh umožnil, aby faraó okusil důsledky své zatvzelenosti ve zlu. Pán Bůh se však nedívá nečinně na to, jak se zlo ve světě rozšiřuje. Dává nám znát svou vůli a volá nás zpět ke správnému zaměření života.

5. *Očistná funkce utrpení.* J. Kalvín upozorňuje, že utrpení je možno někdy chápat jako „očistnou koupel“, která člověka něčeho nežádoucího zbaví. Svědomí se probouzí, dobrý duch zesílí, morální úsilí nabyde větší moci a síly. Podobně Cyprián říkal: „Utrpení v dlouhodobé perspektivě posiluje zdraví.“ Tím, že procházíme zkouškami, rosteme (zrajeme, dospíváme). I když hned nevidíme klady těžkostí, kterými procházíme, můžeme věřit, že to, co prožíváme, nám bude k dobrému.

Příklady, kdy lidé, kteří prošli utrpením a zesílili jak v morálním smyslu, tak ve víře, je mnoho. Dorostli v utrpení v plnější obraz plnosti Božího obrazu. Kolik lidí, kteří prošli utrpením, vyznávalo spolu s biblickým svědkem: „K dobrému mi to bylo, že jsem pobyl v trápení.“ (Ž 119,7)

My obvykle nevidíme tento aspekt kladu utrpení ve chvíli, kdy se v utrpení nacházíme, kdy nás to bolí a pláčeme. Teprve v určitém časovém odstupu se nám ujasní, že bylo dobré, že jsme tím či oním utrpením prošli. Toto poznání je pak často spojeno s novou silou ke zvládnání těžkostí, větší odvahou do boje s těžkostmi a větší mírou pokoje. Tento pohled v odstupu času umožňuje i lepší pochopení smyslu utrpení.

To, co bylo řečeno o očištné funkci utrpení, by se však nikdy nemělo brát jako podnět k masochismu či sadismu. *Masochismem* se obvykle rozumí záměrné dělání si bolesti (svévolné způsobování si bolestivých zážitků). *Sadismem* se pak rozumí záměrné způsobování bolestivých zážitků druhým osobám (svévolné trápení druhých lidí).

6. *Výchovné pojetí utrpení.* Oproti pojetí utrpení jako trestu za hřích stojí biblické pojetí utrpení jako výchovného zásahu. V Žd 12,6 se hovoří o tom, že „koho Pán Bůh miluje, toho přísně vychovává...“ Božím záměrem není udělat mu bolest, ale „navodit korekci (nápravu) životního běhu“, jak říká John Knox). V evangeliu podle Lukáše čteme (L 13,4-5) o lidech, které zabila věž v Siloe, která se na ně zřítíla. Pán Ježíš Kristus k tomu poznamenává, že by nás zpráva o takovéto události měla vést k pokání“ – vychovávat nás. Pán Bůh nás může někdy prostřednictvím utrpení vést k odstranění nežádoucích momentů z našeho života. Může nás utrpením odvrátit od přerůzných model (pokuseň) a přivést k sobě blíže. V starokřesťanské tradici je utrpení někdy chápáno jako Boží disciplinární prostředek (z latinského *discere* – učit) pochází i slovo *disciplina* a žák – *discipulus*).

Cyprian píše: „Duch svatý se snaží – i prostřednictvím utrpení – pomoci nám, abychom hlouběji chápali věci tohoto světa ve světle víry, abychom byli silnější ve víře a lepšími misionáři.“

7. *Osobní utrpení je často sociálně podmíněno.* Mnoho zla, způsobeného lidským hříchem, spočívá v sociálních strukturách a působí z generace na generaci. Takto zrozené zlo může pak působit na naše zcela osobní utrpení. My však obvykle máme dosti malé povědomí o tom, co se zlého ve společnosti v minulosti stalo a na nás se to nyní projevuje. Ve Starém zákoně čteme např. o nevěrnosti otců, která se poté projevila těžkostmi a utrpením v dalších generacích.

Solipsismem se rozumí myšlení, které považuje každé utrpení jen za důsledek vlastního, osobního hříchu a ničeho jiného. Toto učení je odmítáno jako nesprávné. V životě se ukazuje, jak často děti trpí v důsledku toho, jak se k nim jejich rodiče chovali v době jejich mládí. Může jít o negativní vlivy jak záměrné, tak nevědomé – chtěné i nevědomé. Platí však, že společenské, kulturní, historické atp. vlivy nejsou konečnými činiteli. Pán Ježíš Kristus přemohl zlo i v této podobě. Proto nás povědomí o negativních společenských vlivech nemá vést k zoufalství.

8. *Utrpení může rozšířit náš pohled na život.* Oč jde, to je možno znázornit existencí disonance či disharmonie v jinak harmonickém sledu, např. symfonie. Tento pohled na utrpení jeho existenci nepopírá, ale chápe je jako něco, co je sice vybočením ze žádoucího stavu světa, ale co se však v dalším životě ukáže jako organická součást

celku, která životu dává širší a hlubší význam. V podstatě jde o vidění utrpení jako dočasné, avšak v celku života smysluplné disonance, která je organicky zakomponována (integrována) do celku obrazu života.

Nikdo z nás nemá rád utrpení. Když však k němu dojde, mohlo by rozšířit naši schopnost vidět věci v celku životního obrazu jako něco, co náš pohled na život do určité míry změnilo a obohatilo. S tímto pojetím je však třeba zacházet v pastorální péči dosti opatrně a moc ho neužívat. Zvláště ne tam, kde utrpení dosahuje vrcholu a zvrát je v nedohlednu. Tento pohled nabývá smyslu obvykle až po té, co utrpení odeznělo, a na to, co bylo, se díváme z odstupu času.

9. *Hodnota utrpení v rámci pojetí zrání člověka.* Zrání člověka, jeho osobnosti, morální stránky a víry neprobíhá hladce. Ukazuje se však, že na toto zrání člověka má značný vliv způsob zvládání životních těžkostí – jak vývojových, tak situačních. Utrpení je pak možno chápat jako jednu z takovýchto překážek, na nichž může člověk dozrát. Může tomu tak být tehdy, když se mu podaří utrpení zvládnout a smysluplně je zařadit do celku života.

Na nadějně zvládání utrpení má značný vliv vidění utrpení jako výzvy. Výzvou se přitom rozumí chápání situace vyžadující řešení jako úkolu – obdobně jak tomu je u školního úkolu, který máme řešit. Když se životním úkolům vyhýbáme nebo když je neřešíme, stagnujeme (zastaví se náš růst). Je tomu u člověka jako u svalů, který když necvičí (nepracuje), slábne. Toto pojetí nechápe utrpení jako něco jen a jen zlého. Vidí je i jako něco, co se může stát – podaří-li se nám ho zvládnout – důležitým momentem našeho osobnostního růstu a růstu naší víry.

10. *Poměr velikosti utrpení a našich schopností utrpení zvládnout.* Utrpení, s nímž se v životě setkáváme, může být různě veliké. Podobně různě veliké mohou být i schopnosti toho, kdo trpí, toto utrpení zvládnout i naše schopnost přijímat Boží sílu v utrpení. Tomáš Akvinský k tomu poznamenává: „Pán Bůh poskytuje tolik své dobroty nám lidem, jak velká je naše kapacita tuto dobrotu přijmout.“ My však jsme lidmi všelijak nedokonalými a omezenými v tom či onom směru, že přijímáme Boží dobrotu jen v omezené a ne plné míře.

Z bible nám k tomu zní slova Pavlova listu do Korintu (1 K 10,11-13): „Nepotkala vás zkouška nad lidské síly. Bůh je věrný. Nedopustí, abyste byli podrobeni zkoušce, kterou byste nemohli vydržet, nýbrž se zkouškou vám připraví i východisko a dá vám sílu, abyste mohli obstát.“

11. *Pojetí zla a utrpení jako zbavení dobra.* Augustin přišel s pozoruhodným pojetím utrpení. Sám je nazývá „privatio boni“ – zbavení dobra v utrpení.

V pozadí tohoto pojetí je představa, že Pán Bůh učinil tento svět dobrý, avšak hřích část tohoto dobra zabral (odebral) pro sebe. Nemůže však vzít všechno dobro. Vždy ho určitá část zůstává. Augustin to nazývá „natura incorruptibilis“ (nezničitelná podstata). To znamená, že na všem, co jest, je možno vidět určitou míru dobrého. Tento pohled stojí proti našemu pojetí zla v utrpení, kdy se nám zdá, že „všechno je zlé a nic není dobrého.“ Toto pojetí neodstraňuje zlé, ale vidí je v určité širší souvislosti.

Tento postoj nás vede k tomu vidět vždy ještě něco dobrého i tam, kde se nám v utrpení zdá, že vše je špatné. Tak tomu bývá obvykle tam, kde danou situaci hodnotíme v poměru k ideálu. Vidíme např. nemoc v poměru k ideálnímu zdraví a nevidíme, že vzdor tomu, že nemoc nám to či ono znemožňuje, přece jen ještě něco nám dobře funguje. A z toho bychom se měli radovat.

12. *Existence utrpení v nejlepším možném světě.* Leibnitz svého času přišel s myšlenkou, která říká, že tento svět je tím nejlepším světem, který může být. Nic lepšího nemohl Pán Bůh stvořit – je-li skutečně dobrý a všemocný. Proto tento svět obsahuje největší možné (potenciální) dobro. Tento výrok se však týká světa (kosmu) jako celku a ne našeho osobního (egocentrického) pohledu. Pokud nám jde o osobní stav a jeho hodnocení, pak nutně musíme vzít v úvahu Boží rozhodnutí o udělení svobody rozhodování člověku a možnosti zneužití této svobody. Nevidíme-li takto tento stav světa, je to např. tím, že máme omezené schopnosti poznání.

Toto Leibnitzovo pojetí bere vážně jak přírodní zákonitost, tak realitu zla, bolesti atp. Přitom odpovídá kladně na všechny tři základní teze theodicee.

Shrnutí

Uvedli jsme klasických 12 pohledů na utrpení. Je třeba je chápat jako snahu pomoci těm, kteří se zamýšlejí nad utrpením a jeho smyslem. Nemělo by se těchto pohledů používat v pastorální péči „hlava – nehlava“, tj. jako logických argumentů bez ohledu na situaci utrpení. Pak by naše řeč mohla být příliš tvrdá a bez lásky. Tyto pohledy nejsou zázračným duchovním lékem na utrpení. Jsou jen vyjádřením výsledků zamýšlení řady křesťanů nad problematikou utrpení.

8. POMOC V OTÁZKÁCH NEMOCI

Jsou slova, která rádi slyšíme. Jsou však i jiná slova, která tak moc rádi neslyšíme. Příkladem slov, která patří do první skupiny, může být radost, mládí, zdraví, pokoj, potěšení, nadšení atp. Do druhé skupiny patří např. slova zármutek, bolest, utrpení, nemoc, stáří, choroba, deprese, tělesné (smyslové, mentální atp.) zdravotní postižení (hendikep – handicap), opuštění, osiření, ovdovění a smrt. To prvé naznačuje věci kladné (pozitivní), žádoucí, potěšitelné. Charakterizuje „šťastnou“ stránku života. To druhé naznačuje věci záporné (negativní), nežádoucí, zarmucující. Naznačuje to omezenost našich možností a schopností a neschopnost zvládat v životě vše „na úrovni“. Nejen to. Ukazuje to i na naši konečnost – smrtelnost. A to nejsou věci příjemné.

Bylo by krásné, kdybychom v životě nacházeli hojnost toho, co patří do první skupiny – věci pro nás dobré, příjemné a potěšitelné. Skutečnost je však jiná. Ukazuje se, že do života patří jak věci z prvé, tak z druhé skupiny. Domněnka, že život by se měl skládat jen z věcí dobrých a příjemných je zřejmě nerealistickým přáním. Věci z první skupiny přijímáme obvykle s naprostou samozřejmostí. Častokrát si ani neuvědomujeme, že jsou to nezasloužené dary, a nejsme za ně vděční (např. neděkujeme za ně v modlitbě). O věcech z druhé skupiny – o věcech nepříjemných a zlých – neradi slyšíme, neradi o nich mluvíme a neradi se jimi zabýváme. Vzdor tomu do života patří – ať chceme nebo nechceme. K životu patří i naučit se tyto věci přijímat, akceptovat je a s nimi žít, případně je zvládat a s nimi statečně bojovat. Nenaučíme-li se to, pak se v našem životě s velkou pravděpodobností začne objevovat stále více toho negativního.

Všichni se musíme naučit vyrovnávat s touto skutečností (realitou) života – ať jsme mladí nebo staří, zdraví nebo nemocní. Otázkou je „jak“?

Co nám bible říká o utrpení, bolesti a nemoci

1. Bible je velice realistická – vidí život takový, jaký skutečně je. Vidí radosti života i jeho „odvrácenou tvář“. Nekreslí nám lidi víry jako stoprocentně zdravé, mladé, veselé a stále šťastné. Popisuje nám např. ve Starém zákoně změněný zdravotní stav Jákoba, nemoci, kterými byli postiženi Egypťané v době, kdy tam byli Izraelci. Sleduje nemoc a uzdravení Námána syrského (aramejského krále) i Nabuchodonozora. Vidí nemocnou Miriam i Davidova syna. Velkou pozornost věnuje bolestem a nemocem – utrpení Joba atp.

Nový zákon jde ještě dále. Téměř jedna pětina textu evangelií pojednává o věcech zdraví a nemoci, o různém utrpení lidí, s nimiž Ježíš přišel do styku, a o jejich uzdravení. Lékaři čtoucí Nový zákon napočítali tam např. 16 druhů nemocí, o nichž se tam

píše. Další část Nového zákona ukazuje, jak apoštolé vzali tuto stránku svého života víry („uzdravovati nemocné“) za svou a jak se prvotní církev starala o nemocné.

2. Vztah mezi utrpením, bolestí a nemocí na jedné straně a křesťanskou vírou na straně druhé je možno sledovat v celém biblickém textu. V Mojžíšových knihách je možno sledovat tendenci k černobílému vidění této skutečnosti. Není divu. Palestina byla zemí s poměrně zdravým životním prostředím, a když se tam objevila nemoc, hledalo se hned, „odkud se vzala.“

Příkladem tohoto postoje může být 28. kapitola páté knihy Mojžíšovy, která pojednává o požehnání plnitelů zákona a zlořečenství přestupníků zákona. V části, která pojednává o těch, kteří se nesnaží Mojžíšův zákon plnit, se dočteme o mnohých zdravotních těžkostech, které je obtěžují a trápí (viz. v. 21, 22, 27, 28, 35 atp.). Tyto zdravotní těžkosti jsou přitom dávány do úzké spojitosti s neposlušností zákona (jde do určité míry o obdobu současného uvažování o vztahu mezi kouřením a rakovinou plic, pitím vína a cirhózou jater, pitím alkoholu a alkoholismem atp). Z toho by mohl vzniknouti názor, který nacházíme např. i u Jobových „přátel“. Ten ve zkratce říká: „Nemoc a utrpení jsou odplatou za neposlušnost Božího zákona.“

Jak silně byl tento názor zakořeněn v Izraeli (a jak silně je zakořeněn dodnes v mysli některých lidí), to ukazuje např. otázka Ježíšových učedníků tváří v tvář muži, který byl od narození slepý (J 9,1-11): „Pane, kdo zhrěšil? On nebo jeho rodiče?“ Na tuto jejich výše uvedeným názorem ovlivněnou otázku jim musí Pán Ježíš Kristus vysvětlit, že takto jednoduše se věci nemají, že není možno z existence určité nemoci zjednodušeně usuzovat na spáchání hříchu daným člověkem nebo jeho rodiči. Věci mohou být podstatně složitější a není nám vždy dáno, abychom pronikli do přediava příčin daného utrpení, bolesti a nemoci. K tomuto poznatku se musel bolestně dopracovat i starozákonní trpitel Job. Přijmout to museli i Jobovi přátelé (Jb 39,34 a Jb 42,2-7).

Na druhé straně jsou to právě evangelia, která ukazují, jak úzký je vztah mezi vírou a uzdravením. Ježíšovy zázraky uzdravování jsou dokladem (ukázáním, demonstrací) jeho moci a moci víry. Tato moc víry se zde objevuje jak u daného nemocného člověka (Mt 9,20-21), tak u lidí jemu blízkých – u jeho přátel (Mt 13,58). Někdy dokonce chybí doklad o tom, že při Ježíšově uzdravení byla přítomna víra někoho jiného nežli jen jeho vlastní (L 22,50-51).

Ani zde však nejde o automaticky fungující vztah typu „když budeš věřit, budeš uzdraven.“ Naznačuje to např. situace apoštola Pavla. Ten byl postižen určitou chorobou, která mu znesnadňovala život. Třikrát prosil na modlitbách o to, aby této choroby byl zbaven, avšak choroba nezmizela. Bylo mu dokonce řečeno, že ji má chápat jako něco, co je mu pomocí k tomu, aby nebyl moc duchovně namyšlený (2 K 12, 7-10).

Je dobré si uvědomit, že bible nikde neříká, že nemocný člověk je proto nemocný (neuzdravuje se podle našich představ), že nemá dostatek víry. Pán Bůh nikde nezaslíbil, že uzdraví všechny nemocné v tomto našem pozemském životě. Nikde také neřekl, že ten, kdo má pevnou víru, bude okamžitě uzdraven (tak, jak my si to představujeme).

3. Péče o lidi trpící, trápené bolestmi a nemocemi patří nedílně k životu církve (společenství věřících lidí). Platí to o nejjednodušším projevu péče – o podání číše studené vody. Platí to o modlitbách i o praktické pomoci nemocným (Jk 5, 14-16). O jak důležitou věc zde jde, to je možno vyčíst z Ježíšova výroku (Mt 25,39-40) o tom, že návštěva nemocného je v podstatě setkání se s „králem“ (tj. s ním samým – s Ježíšem) a služba nemocnému je službou jemu samému (Ježíši).

4. Biblické výroky o utrpení, bolesti a nemoci, o Boží dobrotě a všemohoucnosti nás staví před řadu otázek (problémů). Ty trápily mnohé – jak lidi prosté, tak i velice slavné teology. Mnozí o těchto otázkách – tzv. theodiceí – uvažovali a výsledky svého zamyšlení zaznamenali. Jiní tyto myšlenky o otázkách typu „odkud pochází to zlé (utrpení, nemoc, trápení atp.) v našem životě“ sepsali a dali nám tak možnost nahlédnout do různých přístupů k vidění této problematiky. Soustavný přehled tohoto uvažování uvádíme v kapitole „Pomoc v utrpení“.

Co se děje s člověkem, který se propadá do nemoci

Přechod ze stavu „úplného zdraví“ do stavu „nemoci“ neprobíhá obvykle skokem (jak tomu je např. u dopravních nehod a úrazů). Obvykle se nemoc delší dobu „připravuje“ a vyvíjí, nežli jsou vidět její zřetelné příznaky. Tak tomu je v těle člověka. Povědomí toho, že se něco „divného“ v těle děje, v duši člověka se též rodí poznenáhlu. Cesta od tohoto nejasného tušení k plnému uvědomění si toho, že jsem (vážně) nemocen, byla sledována u několika tisíc lidí a bylo na ní vytypováno několik charakteristických fází:

- I. Výkřik
- II. Popírání
- III. Intruze (vtíravé myšlenky)
- IV. Vyrovnávání
- V. Smíření

Bližší informace o tom, jak to s člověkem v těchto jednotlivých fázích vypadá, viz Křivohlavý (1985, str. 22-28).

Shrneme-li: Propadá-li se člověk do nemoci, jde o něco, co se týká celého člověka. „Totus homo“ – celý člověk se mění, nejen to či ono v jeho těle. Mění se jeho celkový

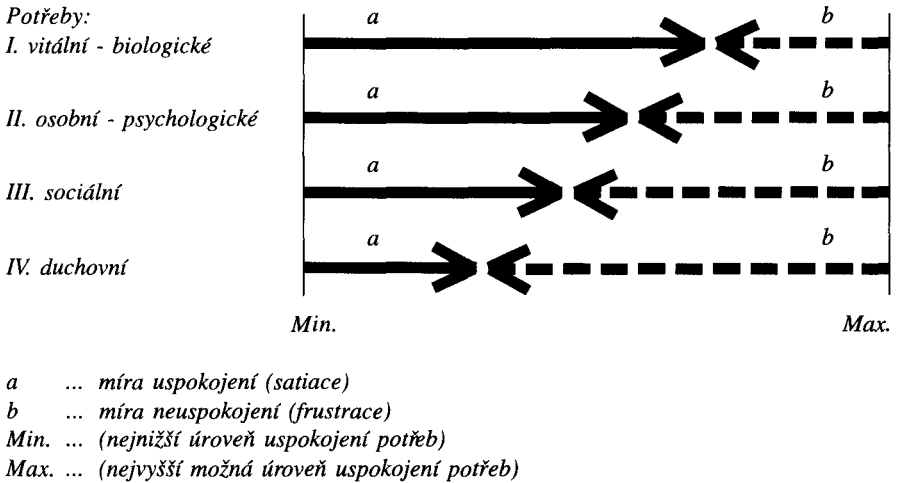
tělesný zdravotní stav. Mění se však i jeho psychika (jeho duševní život). Mění se i jeho duchovní (spirituální) stav. Mění se i jeho sociální život – jeho vztah k rodině, k spolupracovníkům, přátelům atp. Mění se i vztah těchto lidí kolem něho k němu samému – pacientovi.

Jak se od sebe liší situace zdravého a nemocného člověka

Propadá-li se člověk do nemoci, něco se v jeho životě mění: (uvedeno podle Křivohlavý, 1985, str. 16-22):

1. Místo aktivity se pacient propadá do pasivity. Pacient je předmětem aktivity druhých lidí – lékařů, zdravotních sester atp.
2. Místo nezávislosti nastupuje závislost. Pacient musí dělat to, co mu druzí nařídí.
3. Životní rytmus se mění. Řízení vlastní činnosti se pacient vzdává. To, co bude dělat, mu nařizují jiní.
4. Sebedůvěra pacienta klesá, neboť musí dělat činnosti, které nezná a neovládá.
5. Sociální izolace. Pacient je vytržen ze známého (domácího) prostředí a ocitá se mezi jemu neznámými lidmi.
6. Prostedí pacienta se mění. Odchází do nemocnice z domova, ze známého do jemu neznámého prostředí.
7. Zájmy pacienta. Pacientovy zájmy se mění. Nemyslí již tak moc na své pracovní zájmy a na to, co se děje „venku“ – mimo nemocnici. Zajímá se nyní v nemocnici především o věci, které se týkají jeho zdravotního stavu, nemoci a léčení.
8. Fyzický stav. Pacient se mění. Pacient přestává rozumět tomu, co se v něm vlastně děje a ztrácí často vládu nad svým organizmem.
9. Emoce. Citový stav pacienta se mění. Místo radosti nastupují starosti. Místo kladných emocí, emoce negativní – obavy a strach, bolest a utrpení.
10. Žití v čase. Pacient v době nemoci žije převážně v přítomnosti. Myslí na to, co se s ním děje a občas mu přichází na mysl otázky a myšlenky na to, co asi bude dál...
11. Duchovní svět pacienta. V době nemoci se daleko častěji a daleko naléhavěji pacientovi vynořují nejzákladnější otázky života (Křivohlavý, 1994): proč vlastně žije, co je smyslem jeho života, které hodnoty stojí za to a které nestojí za to, aby jim věnoval tolik času a energie atp. Neúprosně musí myslet na budoucnost – i na to, co bude, až třeba přestane žít.

obr. 8. Momentální stav potřeb určitého člověka



S čím je možno se setkat v duši nemocného člověka

- Strach z nejistoty.** V době snímání (hledání) diagnózy (přesného určení druhu onemocnění či choroby) pacient prakticky neví, co s ním je. Je zmaten a s napětím sleduje a zvažuje každou informaci. Když je (naštěstí) diagnóza nalezena, pacient dost dobře neví, co se za jejím latinským názvem nachází, co se v něm děje a s čím by měl počítat. Při začátku léčby pacient neví, jak účinná tato léčba bude, jaké bude mít vedlejší účinky, jak dlouho bude tato terapie trvat, zda se jí podaří zcela odstranit to, co ho trápí, zda uzdravení bude „úplné“, tj. zda po vyléčení bude na tom zdravotně tak dobře jako před onemocněním atp.
- Obavy z neznámých mu lidí** – lékařů, zdravotních sester, zdravotního personálu atp. Pacient se dostává (např. v nemocnici) do společnosti lidí, které nezná a kteří ho neznají (dost dobře nevědí, kým byl tam, kde dosud žil). Jim je nucen se cele svěřit do péče, aniž by věděl, jak jsou kompetentní (jaké jsou jejich znalosti, dovednosti, schopnosti, zkušenosti atp.), jak jsou pečliví, odpovědní a spolehliví atp.
- Strach z poruchy celistvosti vlastního těla** (případně i psychiky). Pacientovi je např. při operaci odebrána „část jeho těla“ (určitá tkáň, orgán atp.) a celistvost jeho těla je tak narušena. Zvláště těžké je to tam, kde jde o operaci na „viditelných“ částech těla (např. na hlavě, v obličeji, na krku, na rukou, nohou atp.). Jak bude

fungovat jeho tělo? Jak se budou na něj druzí lidé dívat? Pacient se může obávat i toho, že po lékařském zásahu se změní jeho psychika (viz např. důsledky některých terapií na neurochirurgii) a jak se na něj budou druzí lidé dívat, když zjistí, že byl např. léčen na psychiatrii?

- d. *Strach ze smrti.* Ať chceme nebo nechceme, každá nemoc je určitým mementem (upozorněním) na to, že nejsme nesmrtelní, že musíme nutně počítat s tím, že jednou přijde konec našeho pozemského života. Naši otcové říkali, že nemoc je „memento mori“ – připomenutím smrti. Tím, že pacient vypadne z běžného života a nemá moc co dělat, má čas na takovéto myšlenky. I když se je snaží zahánět čtením, poslechem radia či televize atp., přece jen se mu tyto myšlenky vtírají do povědomí – např. v noci, kdy ani prášky na spaní mu moc nepomáhají je zahánět.
- e. *Strach pramenící z toho, že pacient chápe svou nemoc jako trest za to, co provedl.* V řadě případů se setkáváme s nesprávným teologickým pojetím viny (o němž jsme v této kapitole výše hovořili). Je tomu tak jak u lidí věřících, tak i – a to zvláště – u lidí na okraji víry, případně i u naprostých ateistů. Pacient v bezesných nocích probírá v mysli své morální poklesky a prohřešky – a plní ho to obavami.
- f. *Bolest.* Velice často bolest upozorní člověka na negativní změnu zdravotního stavu. Bolest pacienta přivádí k lékaři. A je to bolest, co pacienta provází jak při snímání diagnózy, tak při léčbě a případné rehabilitaci. Bolest různě intenzivní (silná), různě dlouho působící, různě často se objevující a provázená přerůznými vedlejšími pocity.
- g. *Obavy o rodinu.* Pacient je (v nemocnici) vytržen z rodinného společenství. Je odloučen od lidí, s nimiž žil a na které myslí – jak se asi obejdou bez něho. Je vytržen z pracovního prostředí a myslí s obavami na to, co se asi v práci děje.
- h. *Stres.* To vše a mnoho jiných dalších momentů působí tlak na pacienta, který se projeví jako distres, tj. nežádoucí, tíživý pocit neschopnosti úspěšně řešit nastalou situaci. Trvá-li tento stav delší dobu, není divu, že dochází k depresi (celkovému útlumu životní energie). Setkáváme se pak s tzv. syndromem HH – helplessness a hopelessness (bezmoci a beznaděje) a se syndromem vyhoření (burnout), tj. ztrátě životní energie (elan vitale), nadšení pro cokoliv, „stažení se ze hry“ (propadem do sociální izolace) a nechutí dále žít. (viz Křivohlavý, 1994, 1997 a 1998).
- ch. *Zlost.* Pacient se často zlobí na sebe např. proto, že si nedal lepší pozor (např. před nehodou), že lépe nepečoval o své zdraví, že nedbal na prevenci, že nešel včas k lékaři, že zanedbal to či ono atp. Zlobí se na to, že se musí léčit v době, kdy by mohl něco jiného (hodnotnějšího) dělat (např. podnikat, vydělávat, stavět atp.) Zlobí se i na to, že to či ono nemůže dělat (jíst, hýbat se atp.). Zlobí se na lékaře i na zdravotní sestry, že nejednají podle jeho očekávání a představ. A často

se na ně zlobí „zástupně“ – protože jsou po ruce a na někom si svou zlost vylít potřebuje (viz kapitolu o pomoci lidem, které trápí zlost a agresivita).

Jak pacient psychicky zvládá bolest a nemoc

Proces zvládání (tzv. coping) těžkých životních situací byl v posledním desetiletí mimořádně intenzivně studován, zvláště v souvislosti se studiem zvládání stresu (viz Křivohlavý, 1994). Výsledkem je relativně nosný model tohoto procesu. Ten ukazuje, že v těžké situaci, do které se člověk dostává, se mu nabízejí dvě možnosti:

I. Zvládací reakce

II. Zvládací postup

Zvládací reakce je do značné míry vrozenou formou chování. Setkáváme se s ní např. při nehodách, úrazech a katastrofách. Postižený se snaží uniknout z ohroženého místa „hlava nehlava“. Snaží se setřásti ze sebe to, co mu škodí. Vymanit se ze spárů toho, co ho svírá atp.

Zvládací postup je postatně složitější. Setkáváme se s ním při vyrovnávání se s těžkou nemocí, např. typu rakoviny. V tomto postupu je možno vyčlenit několik fází:

První fází je tzv. detekce signálu v šumu, tj. hledání příznaků, odchylek od normálního zdravého stavu. Pacient občas soustředí svou pozornost na své tělo a zjišťuje, zda se nevyskytlo něco, co by naznačovalo příchod nemoci, případně zda se to, co zde již ve formě určitého příznaku bylo, změnilo – zhoršilo nebo zlepšilo.

Druhou fází je zvažování rizika. Pacient shromažďuje všechny své znalosti o tom, co ho asi ohrožuje, a „hodnotí“, jak veliké nebezpečí mu hrozí. S tímto zvažováním rizika jde ruku v ruce pocit ohrožení. Ten není obvykle přímo úměrný reálnému nebezpečí (objektivnímu lékařskému nálezu). Jde zde o subjektivní hodnocení situace pacientem. Ten může příznaky podceňovat nebo naopak přeceňovat. Může však též hledat další a další informace, zvyšovat svou znalost toho, co ho ohrožuje – např. rozhovorem s obdobně postiženými lidmi, studiem odborné literatury atp. Tím se zvažování rizika může měnit – v obou směrech.

Co se při nemoci děje v duchovní oblasti pacienta

Lékaři v nemocnici systematicky (soustavně) sledují to, co se děje v těle pacienta. Kliničtí psychologové se zabývají tím, co se děje v psychice pacienta. Co se však děje v duchovní oblasti pacienta?

John Katonah (1992) naznačuje obrazně to, co se odehrává v nejhlubší sféře duše pacienta – v jeho duchovní oblasti. Objasňuje to pomocí pojetí iniciace. Tímto

odborným, latinským termínem „iniciace“ se rozumí obřady, které se konají v různých oblastech světa u tzv. primitivních národů v době, kdy se z dětí stávají dospělí členové kmene. Tyto obřady vypadají z vnějšku různě. Mají však vnitřní řád a charakteristiku, která je u všech iniciačních obřadů u různých primitivních národů obdobná. Ti, kteří se touto otázkou zabývají profesionálně, nacházejí v iniciačních obřadech tři fáze:

- I. Fáze oddělení – separace
- II. Fáze mezivládí
- III. Fáze transformace

Podívejme se na tyto fáze pozorněji:

I. fáze: oddělení – separace

Po dosažení určité věkové hranice je dítě odvedeno od rodiny, případně i z vesnice daného kmene do prostředí, které je pro dítě zcela nové a neznámé. Tam je dítě odloučeno jak od rodiny, tak od dětí, s nimiž dosud žilo. Jedinými lidmi, s nimiž přichází do styku, jsou dospělí. Ti si však berou na sebe slavnostní hábity (kostýmy, kroje, obleky) a iniciační slavnost začíná.

II. fáze: mezivládí

Ve druhé fázi je dítě „mezi proudy“. Nepatří již do rodiny a do dětského kolektivu, avšak nepatří ještě mezi dospělé. Je však mezi dospělými členy kmene zkoušeno a podrobováno všelijakým zkouškám – dovedností, schopností, obratnosti, zručnosti, vytrvalosti, statečnosti, sebedůvěry atp. Má ukázat, co v něm je, a obstát. Je osamoceno mezi lidmi. Ztratilo svou původní identitu (určení kým je), avšak nezískalo dosud identitu novou.

Vrcholem druhé fáze iniciace je osobní setkání zasvěcovaného s „vyšší mocí“. Ta je v různých kulturách odlišně definována. Má však vždy charakter „svatého“, tj. něčeho, co daného člověka převyšuje, co je „vyšší, mocnější, moudřejší, jemu nadřazené a oddělené od něho.“ Při tomto zasvěcování se řada věcí v životě dítěte mění. Dítě dostává nové jméno, které má vystihovat jádro jeho osobnosti a zároveň naznačovat zaměření (smysl) jeho dalšího života. Po setkání s tím, co ho převyšuje, se dítě stává dospělým, zralejším člověkem. Odkládá dětské šaty a obléká kroj dospělého příslušníka kmene. Chlapec je přijat mezi muže – bojovníky kmene. Děvče je přijato mezi dospělé ženy.

III. fáze: transformace – přeměny

Po druhé fázi a setkání s tím, co ho přesahuje (se svatým), se dítě vrací do vesnice kmene s novou identitou (jako nový, jiný člověk). Je uznáno za dospělé. Má jiné společenské postavení (jiný status) a zaujímá jinou roli (např. řadového bojovníka

kmene) . Dělá něco jiného. Je v jádru jiným člověkem. Chlapec si již nehraje, ale cvičí se k boji. Děvče se připravuje na manželství a rodinný život. V jejich životě došlo k radikální změně – transformaci osobnosti. Stará identita odešla a zrodila se nová identita zralého člověka .

Co se duchovně děje s člověkem, který prochází nemocničním léčením

J. Katonah (1992) vidí v obraze (modelu) tohoto ritu iniciace určitou dobu toho, co se duchovně děje s člověkem, který přichází do nemocnice, aby byl např. operován. Do nemocnice odchází z domova , tj. ze společenství lidí jemu blízkých. Přichází do jemu poměrně cizího prostředí – do nemocnice. Stává se pacientem (léčícím se nemocným člověkem). Dostává jiný – nemocniční oblek. Je mezi proudy. Nepatří již ani mezi lidi v „civilu“ ani mezi zdravotníky. Tím, kým byl (např. elektrotechnikem, učitelem, podnikatelem či úředníkem), již není. Ztrácí svou dosavadní, starou identitu. V nemocnici je osamocen. Kontakt s lidmi z rodiny je omezen. Kontakt s novými lidmi v jeho prostředí je však též omezen. Každý z lékařů a zdravotních sester se s ním baví jen o tom, co je zajímavé. Je vyšetřován, podrobován všemožným zkouškám. Zjišťuje se o něm mnohé a on je „předmětem“ těchto zkoušek! Nakonec ho zavezou do „posvátného chrámu“ – na operační sál. Anesteziolog ho uvede do stavu, kdy ztrácí vědomí a něco „tajemného“ se s ním děje – zásahem „vyšší moci“. Děje se s ním něco jemu nesrozumitelného. Probouzí se a je – nejen z tělesného hlediska – poněkud jiným člověkem. Je třeba chudší o tu či onu část tkáně či o ten či onen orgán, ale bohatší o neobvyklý zážitek. Přežil operaci – z určitého hlediska přežil „vlastní smrt“.

Z tohoto pohledu jsou zde dvě fáze, které jsou kriticky důležité z hlediska duchovního života nemocničního pacienta:

- a. *Fáze před operací.* Kdo v této situaci nebyl, těžko si dovede představit, co vše probíhá hlavou a myslí člověka, který má být operován. Z určitého hlediska je pacient stavěn před možnost bytí a nebytí. To si uvědomuje, i když jsou mu známá statistická čísla o pravděpodobnosti úmrtnosti či přežití operace a výskytu pooperačních komplikací. Je konfrontován s něčím, co není v jeho moci a co má moc nad jeho životem.
- b. *Fáze po probuzení – po operaci.* Něco se operací změnilo nejen v těle pacienta a v jeho mysli. Prošel závažným úsekem života a něco zažil. A po tomto zážitku (setkání s tím, co ho převyšuje) je jiným člověkem. V nové situaci se musí zorientovat. Musí přebudovat žebříček hodnot, o které mu nyní půjde – o co mu půjde nejvíce a o co mu půjde také, ale ne zrovna nejnaléhavěji. Musí nově zaměřit

další svůj život. Podle jakého kompasu? A ke které hvězdě? To vše musí nyní zvážit a rozhodnout se, kam směřovat po tomto zážitku další život

Pastýřský dialog s pacientem v nemocnici

Ten, kdo se o pacienta v nemocničním ošetření stará jako jeho pastýř, je s ním jako jeho „doprovázeč“. Tímto termínem (doprovázeč) je třeba rozumět funkci do určité míry obdobnou té, kterou má pianista, který doprovází na klavír sólového zpěváka. Stará se o něho a jeho starost o pacienta je určitým doplňkem (komplementem) starosti zdravotního týmu (starostí lékařů a zdravotních sester). Do této pastorační péče o pacienta patří i jeho rozhovor s pacientem. Jak má však takovýto rozhovor s pacientem v nemocnici vypadat?

J. Katonah (1992) používá k naznačení charakteristiky takového rozhovoru s pacientem v nemocnici antického – sokratovského termínu. Hovoří o maieutickém pomocníku a *maieutickém* dialogu. Tento termín („maieutický“) je převzat ze sokratovské terminologie. Sokratova matka byla porodní asistentkou a Sokrates sám v dialogu Thatetus říká, že asi zdědil její umění – pomáhat něčemu (dětem) na svět. V jeho případě šlo o to pomáhat „pravdě“ na svět, tj. v rozhovoru typu maieutického dialogu odlišit to, co je pravé, od toho, co je falešné. Pomoci „na světlo“ tomu, co je všelijak zakryté a skryté.

J. Katonah (1992) se domnívá, že dialogický rozhovor pastýře s pacientem by měl mít obdobnou podobu jako sokratovský maieutický dialog. Pastýř by měl pacientovi být pomocníkem k tomu, aby ten uviděl svůj život v Božím světle. Kdy a jak? V obou výše uvedených fázích procesu operace (před operací i při probuzení z narkózy). V obou těchto fázích je nebezpečí, že se pacient ztratí v „chaosu“ nemocničního provozu. A na co by se měl pastýř přitom zaměřit?

- a. Vést pacienta k celkovému uvolnění, tj. k tomu „vzdát se“ *vlastní namyšlenosti* (soběstřednosti), tj. své představy, že on sám na vše stačí a nikoho nepotřebuje. V křesťanské terminologii pak: „svěřit se do rukou Božích.“
- b. *Otevřít se tomu, co ho přesahuje*. V křesťanské terminologii: „otevřít se Bohu“, aby proces radikální změny („iniciace“) mohl začít.

Jak je možno pacienta k tomu vést? J. Katonah (1992) ukazuje, že zde nám může být pomocí model či obraz cesty a cestování. Příkladem může být putování Izraele pouští cestou z Egypta do země zaslíbené. Jiným příkladem může být odchod Pána Ježíše Krista na poušť a 40 dní hladovění na poušti před jeho prvním veřejným vystoupením v nové roli (Mk 1,11-12 a Mt 4,1-11). Obdobně bychom mohli uvést např. situaci (cestu) apoštola Pavla po událostech u Damašku (Sk 9,1-19) atp.

Tím, že pastýř pacientovi připomene takovéto biblické příběhy a obdobné úseky života, „cesty“ či „zasvěcovací události“ atp., tím může pacientovi naznačit, že i v jeho životě před ním stojí podobná situace (cesta), např. operace. Příklad takovéto „cesty“ může být vzat i ze života pacienta. J. Katonah uvádí svou pastýřskou zkušenost se ženou, která stála poprvé před operací a které se snažil naznačit, že jde o něco z duchovního hlediska ne tak zcela nepodobného tomu, co zažila předtím při porodu. Z hlediska pastýře jde o to citlivě v modlitbě očekávat na nalezení obrazu, který by pacientovi nejvhodněji mohl pomoci „prožít“ a uvidět to, co se s ním bude dít. Vidět to v jiném, hlubším, „Božím světle“. Podaří-li se to – a vždy je třeba to chápat jako dar a milost – pak se stává pacient aktivnějším spolupracovníkem celého zdravotního týmu. Spolupracovníkem na společném úkolu „obnovení funkčního zdravotního stavu pacienta a jeho znovuzařazení do života.“

obr. 9. Průběh pastoračního setkání I.

A ... osoba potřebující pomoc a hledající u někoho oporu

B ... osoba poskytující pomoc, žádaná o ni, reagující na žádost o pomoc a sdělující ochotu pomoci



I. ... Vyslání signálu - sdělení typu „hledám pomoc“ či „žádám někoho o pomoc“.

Úspěch závisí na ochotě osoby (A) - na její vůli, zda chce nebo nechce o pomoc jakýmkoliv způsobem (verbálně či neverbálně) požádat, na její schopnosti, tj. zda umí či neumí sdělit tuto prosbu druhým lidem, a na její možnosti toto sdělení někomu tlumočit.



II. ... Přijem sdělení osobou (B)

Úspěch tohoto kroku závisí na tom, zda osoba (B) je či není „na příjmu“, tj. může či nemůže vidět, slyšet atp. osobu (A), na tom, zda chce či nechce slyšet to, co jí osoba (A) sděluje (zda se např. staví nevida a neslyše), a na tom, zda sdělení

osoby (A) rozumí či nerozumí - zda je správně chápe (interpretuje).

Pokud jde o první úkol (a), setkáváme se zde s obtíží, která spočívá v tom, že pacient sveršepě lpí na tom, že on vše zvládne sám (že nikoho a nic nepotřebuje). V hlubším pohledu jde o důsledek vykrytalizování představy či myšlenky vlastní nezdolnosti a nesmrtnosti. Pacient nechce připustit, aby někdo zasáhl do jeho vlastního života. Přitom je tato pacientova důvěra v jeho vlastní schopnosti vše zvládnout bez

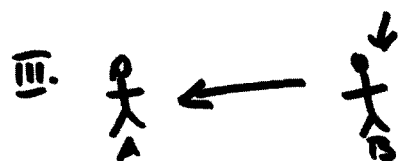
cizí pomoci otřesena. Ochabuje i víra a důvěra v lidi kolem pacienta. To platí nejen o lékařích a ošetrovatelském personálu, ale i o pastýři, ba dokonce i o Pastýři. Prožití tohoto stavu (boje představy o vlastní nadřazenosti s podřazeností) je však nutné k přijetí (akceptaci) jak role pacienta, který se dobrovolně dává do rukou lékaři, tak role člověka, který se svěřuje do Boží milosti. V praxi to může znamenat např. poskytnutí pomoci člověku, kterého trápí zdravotní těžkosti, k tomu, aby se svěřil do rukou zdravotního týmu vzdor pacientově nedůvěře v možnosti a schopnosti těchto zdravotníků. V tomto rozhovoru je někdy vhodné uvést i náznak pravděpodobné pacientovy změny, a to nejen jeho zdravotního stavu, ale i jeho vlastní osobnosti a duchovního zaměření (životního směřování) v průběhu nemocničního léčení.

Při realizaci prvního (a) úkolu dochází někdy k tomu, že se u pacienta setkáváme s tím, že ho trápí těžké myšlenky, že zpochybňuje smysl své vlastní existence, význam své celoživotní práce a problematizování hodnoty všeho svého snažení. Pomocí mu je, když tyto skryté (tajné) myšlenky může někomu „vyjevit“ (sdělit) – když se může někomu z toho vyzpovídat. Nemá-li tuto možnost a nemá-li zároveň možnost slyšet do tohoto „kotle výčitek a sebeobviňování“ slovo naděje (evangelia), může se doba operace stát pro pacienta „peklem“. Velkou pomocí pacientovi v této fázi je, jsou-li mu blízké metody rozvažování a uvažování typu meditace a kontemplace, zvláště pak rozvažování biblických slov povzbuzení a potěšení, ujištění o Boží blízkosti a naději (tzv. modlitební boj o odevzdání se cele do Božích rukou). Soubory takovýchto

obr. 10. Průběh pastoračního setkání II.

A ... osoba potřebující pomoc a hledající u někoho oporu

B ... osoba poskytující pomoc, žádaná o ni, reagující na žádost o pomoc a sdělující ochotu pomoci



III. ... Vyslání signálu - ochota k pomoci

Úspěch závisí na ochotě či neochotě osoby (B), na její možnosti či nemožnosti žádanou pomoc vyslat, na její schopnosti udělat to, oč je žádána, a na její dovednosti být oporou a pomoci (zda to umí nebo neumí).



IV. ... Přijem pomoci

Úspěch tohoto kroku závisí na tom, zda osoba (A) chce či nechce slyšet či přijmout pomoc, zda je či není schopna přijmout oporu a pomoc a zda umí správně interpretovat to, co osoba (B) jí sděluje.

Časový průběh fází: I., II., III. a IV. se může v době vzájemného sdílení i vícekrát opakovat.

biblických míst vhodných k biblické meditaci lidí v těžkých životních situacích jsou uvedeny např. v knize „Křesťanská péče o nemocné a umírající“ (Křivohlavý, 1991).

Při *zvažování druhého (b)* úkolu je vhodné navázat v rozhovoru na osobní zkušenosti pacienta s cestováním, zvláště pak s takovými cestami, kde předem nebylo jasné, zda cíle bude dosaženo. Připomínky (reminiscence) tohoto druhu, kdy si pacient vzpomíná na to, že vždy v jeho životě nebylo vše předem jasné a muselo se „více věřit, nežli vidět“, mohou být pacientovi pomocí a povzbuzením. Příkladem může být zavedení rozhovoru na vzpomínku pacienta o tom, jak jednou v neznámé krajině zabloudil, ztratil cestu a po určitou dobu nevěděl „kudy kam“.

Fáze transformace (III.) se nemusí vždy realizovat v nemocnici. Pacient může dozrát až v době doléčování a rehabilitace. Pacient je v této fázi konfrontován s řadou otázek podstatné důležitosti pro jeho další život a jeho zaměření. Jde např. o otázky typu: „Budu pokračovat v tom, co jsem dělal a oč jsem se snažil, přesně tak a tam, kde jsem byl před operací?“ nebo „Čemu dám nyní, po tom, co jsem zažil, vyšší váhu v žebříčku svých životních hodnot?“; případně „Oč se budu více snažit a oč se tak moc snažit nebudu v další fázi života?“

Výsledky tohoto uvažování a rozhodování se projeví viditelně v dalším životě pacienta. Jednou z možností je, že se pacient stane záduchčivým, zahorklým a depresivním – když se mu nepodaří uspokojivě vyřešit transformační fázi. Může se však též stát člověkem v jádru radostným, plným chuti do života a plným nadšení (pro to či ono, co podle jeho nového vidění světa má dobrý smysl).

Způsoby, jak se pastýři pokoušejí pacientům v nemocnici pomoci v řešení výše uvedených problémů, jsou různé. Někteří postupují zcela civilně. Hovoří s pacientem tak, jak hovoří přítel s přítelem – laskavě, s úctou a důvěrou jak v pacienta, tak v to, co mu naznačují. Jiní používají různých formalizovaných postupů, rituálů a obřadů. Příkladem může být přečtení zcela určitého, předem připraveného biblického místa, vysluhování svaté večeře Páně (eucharistie – svátosti smíření), předem připravená modlitba – buď samotného pastýře nebo modlitba společná (např. Otče náš...) atp. V některých nemocnicích ve světě se vychází této službě vstříc např. tím, že tam ráno a večer zní v nemocniční rozhlasové síti biblická slova, že se zde konají bohoslužby, případně skupinové rozhovory pacientů s pastýřem a členy zdravotnického týmu, že pacienti mají možnost kdykoliv se spojit se svým pastýřem, kterým může být „dobrovolník“, např. někdo z městského okolí nemocnice atp. Někde se nabízejí pacientům walkmeny s magnetofonovými pásky (kazetami), které jsou zaměřeny speciálně k otázkám víry pacientů. Příkladem může být kazeta nazvaná „Neboj se, toliko věř“, kterou namluvil autor této publikace a kterou vydal k tomuto účelu Recording (P. S. 77, Český Těšín, 737 01)

Ve zprávách těch, kteří v tomto způsobu pastýřské péče mají větší zkušenosti, se obvykle uvádí, že alternativa rozhodnutí pro tu či onu možnost dalšího směřování života nemá být pacientovi násilím vnucována (sugerována), ale má mu být dána naprostá svoboda rozhodnout se z vlastní iniciativy. Velkou výhodou je, když pastýř má osobní zkušenost s obdobnou situací, do které se nyní dostává pacient. Jeho slova zní zcela jinak, nežli slova sebelepšího odborníka. Je z nich znát „prověření“ toho, co pastýř říká, jeho osobním zážitkem.

Shrnutí: Hospitalizace (pobyt pacienta v nemocnici) je zvláštním údobím života člověka. Týká se celého člověka. Totus homo – celý člověk je tím ovlivněn. Hospitalizace má svou fyzickou (tělesnou), duševní (psychickou) a duchovní stránku. Je příležitostí k neobvyklému zážitku, k setkání se s tím, co člověka převyšuje. To ho může radikálně změnit. Může mu to pomoci osobnostně „dozrát“ i vše duchovně prožít a „prozřít“ – uvidět vlastní život v Božím světle. A to není málo.

Pravidla pro navštěvování nemocných

Pravdou je, že každý pacient je jiný. O situacích pacienta platí totéž – i ty jsou rozdílné. Vzdor tomu je možno naznačit určitá pravidla, kterými bychom se měli řídit tam, kde v rámci pastorační péče navštívíme nemocného člověka. Uvádíme zde takovýto soubor pravidel, sestavený za využití poznatků z řady zdrojů (G. R. Collins, 1980, Křivohlavý, 1985, 1989, 1991, 1994, a 1995, Křivohlavý - Kaczmarczyk, 1995 aj.).

Co zřejmě platí pro všechny pacienty:

- Navštěvuj pacienty často, avšak vždy jen na přiměřeně krátkou chvíli.
- Před každou návštěvou pacienta se krátce pomodli a pros o Ducha svatého, abys k němu nevnesl ducha nesvatého.
- Dovol pacientovi, aby ti on jako první podal ruku, když ho navštívíš.
- Stoupi si nebo sedni si tak, aby tě pacient mohl snadno vidět a aby ti viděl do obličeje.
- Stoupnout či sednout si po straně postele či stolu je lepší, nežli stoupnout či sednout si čelem proti pacientovi. Není např. dobré sednout si u pacientových nohou, když ten leží v posteli.
- Nezapomeň, že s pacientem mluvíš nejen slovy, ale i výrazem svého obličeje, pohledem svých očí, svou mimikou, gestikulací, postojem a celým svým chováním (tzv. mimoslovními – neverbálními projevy).
- Dopřej pacientovi, aby ten sám vedl rozhovor a hovořil zcela svobodně o tom, o čem on chce hovořit.
- Naslouchej aktivně pacientovi – jak jen můžeš.
- Chovej se k pacientovi vždy uctivě a laskavě – ať on říká či dělá cokoliv.

- Při rozhovoru s pacientem využívej svých křesťanských zdrojů síly, radosti a naděje: modlitby a Božího slova (bible).
- Navrhni pacientovi, zda by se chtěl s tebou pomodlit či zda by chtěl, aby ses ty s ním pomodlil. Zeptej se ho přítom, zda chce, aby tato modlitba byla v tichu nebo nahlas – s ohledem na spolupacienty, situaci a dění v okolí atp.
- Připrav si pro pacienta písemný materiál, který bys mu dal – např. napiš mu na osmerku papíru povzbuzující verš, který bys mu zanechal při odchodu, půjč mu nějakou knížku, časopis atp.
- Nezapomeň na hygienická pravidla chování tam, kde hrozí nebezpečí infekčních (přenosných nemocí).
- Pozoruj, zda pacient není již unaven, tj. jestli není pro něho tvá návštěva již příliš namáhavá – a podle toho jednej.
- Zeptej se pacienta, zda si nepřeje, abys někomu něco vyřídil, abys pro něho nebo za něho něco udělal atp.
- Před ukončením návštěvy ujistit pacienta, že se za něj budeš modlit.
- Po každé návštěvě se doma v klidu zamysli nad tím, co a jak jsi dělal. Zhodnot klady a zápory vlastního chování při návštěvě pacienta a podle toho uprav svou další činnost.

Doporučení – co dělat:

- Snaž se pacienta mít rád – láska i zde koná zázraky.
- Buď přátelský, pln porozumění a naděje.
- Snaž se hovořit s pacientem „mezi čtyřma očima“ – ne před druhými lidmi. Jsou-li u lůžka pacienta spolu s tebou i další lidé, hovoř s pacientem chvíli i před nimi, avšak po krátké chvíli je popros, zda by vás s pacientem nechali o samotě.
- Snaž se pacienta uklidnit.
- Pomáhej pacientovi relaxovat (uvolnit se).
- Jednej tak, abys pacienta ujistil v jeho dobrých úmyslech, myšlenkách a nadějích.
- Snaž se co nejlépe správně rozeznat emocionální stav pacienta – jeho úzkosti, obavy a strachy, projevy zloby a nespokojenosti, pocity viny (např. sebeobviňování, obviňování druhých, hledání obětího beránka atp.), nespokojených přání a očekávání (frustrace), nejistoty a nervozity atp. – a podle toho citlivě jednej.
- Ujisti pacienta o bezpodmínečné Boží lásce – o tom, že na světě není člověka, kterého by Pán Bůh neměl rád.
- Ujisti pacienta o tom, že i jeho má Pán Bůh rád – ať se děje, co se děje.
- Ujisti pacienta o tom, že není sám, že Pán Bůh je s ním vždy a všude a že s ním bude vždy, ať se děje, co se děje.

Doporučení – *co nedělat*:

- Nenavštěvuj pacienta, když ty sám jsi nemocen.
- Nemluv příliš mnoho, nenapovídej toho příliš moc a nemysli si, že mnoho mluvit je to, co pacient při návštěvě od tebe očekává.
- Nemluv o svých vlastních chorobách, bolestech, nemocech a těžkostech – pacientovi to nepomůže.
- Nesnaž se dát odpověď pacientovi na jeho otázku typu „Proč se to stalo zrovna mně?“. Řekni mu např. jen, že jsou věci, které my lidé nevíme, a zůstaň s ním raději chvíli v tichu po té, co on tuto otázku položil.
- Nenuť pacienta, aby stále mluvil – za každou cenu, jen aby řeč nestála. Porozumivé mlčení ve dvou má též svou cenu.
- Nesnaž se vše pacientovi vysvětlit – i to, s čím si sám nevíš rady. Jsou věci, s nimiž si nikdo neví rady, a to je někdy třeba přijmout (akceptovat).
- Nesnaž se pacienta ujišťovat, že ho Pán Bůh jistě uzdraví. Boží vůle může v daném případě být jiná.
- Nemluv s pacientem příliš hlasitě, slyší-li normálně.
- Nemluv s pacientem nepřírozeným tónem.
- Nesedej si na pacientovu postel, ani se na ní nepodepírej.
- Nepovídej si a nešeptej si nic s nikým v místnosti, kde je pacient (před pacientem).
- Nesděluj pacientovi jeho diagnózu. Není to tvým úkolem. To přísluší jen jeho ošetřujícímu lékaři.
- Nevyptávej se zvědavě pacienta na detaily jeho nemoci, bolesti, choroby atp. Dovol mu, aby ti řekl jen to, co on ti sám říci chce.
- Nerad pacientovi ani jeho rodině, jak se rozhodnout v situaci, kdy lékař nabízí několik alternativ dalšího postupu, a je třeba jednu z nich zvolit. Je to jejich věc a jejich odpovědnost
- Nekritizuj před pacientem nemocnici, lékaře, zdravotní sestry a zdravotní personál ani způsob léčení.
- Nerozšiřuj informace o pacientově zdravotním stavu po tom, co jsi ho navštívil. Uvědom si, že to lidé mohou překroutit a zkomolit.

Pravidla pro návštěvu pacientů v nemocnici

Zjisti si před návštěvou (např. telefonem), kde *přesně* (ve které nemocnici či na které klinice, na kterém oddělení, případně i pokoji) daný pacient leží (zda tam ještě je, zda nebyl někam odeslán, přeložen atp.). Zjisti si, kdy je na daném oddělení, kde pacient leží, vhodná doba návštěv, abys nepřišel nevhod – např. ve chvíli některého léčebného zákroku – a měl klid k osobnímu rozhovoru.

Když přijdeš do nemocnice na příslušné oddělení, ohlas se nejprve službu mající zdravotní sestře a požádej ji o dovození návštěvy.

V nemocnici nevstupuj nikdy o své vůli do místnosti, kde je vývěska s nápisem např. „Vstup zakázán“ atp.

Při ukončení návštěvy pacienta v nemocnici ohlas ukončení návštěvy službu konající zdravotní sestře a poděkuj ji za povolení návštěvy a péči o pacienta, kterého jsi navštívil.

Pravidla pro návštěvu pacientů, kteří leží doma

Dříve nežli navštívíš doma ležícího pacienta, zatelefonuj mu, zda ho můžeš přijít navštívit a kdy můžeš za ním přijít.

Muž může navštívit nemocného muže, který leží doma, bez problémů. Obdobně je tomu tam, kde jde navštívit žena nemocnou ženu.

Jde-li muž navštívit nemocnou ženu, měla by s ním jít na tuto návštěvu žena (např. jeho vlastní manželka nebo jiná sestra ze sboru).

Podobně by tomu mělo být tam, kde jde žena navštívit nemocného muže. Neměla by tam jít nikdy sama, ale vždy jen v doprovodu muže.

Chceš-li vést osobní telefonický rozhovor s pacientem, pak se ho nejprve zeptej, zda je tam, kde on volá, vhodná situace k osobnímu rozhovoru.

Pastýřská návštěva pacienta

„Navštěvovati nemocné“ je jedním z činů „víry skrze lásku dělající“, na které upozornil Pán Ježíš Kristus (Mt 25,31-46). Jeho slova „nemocen jsem byl a navštívili jste mne“ (Mt 25,36) prozrazují jinou, hlubší či vyšší rovinu pohledu na vztah mezi nemocným člověkem a tím, kdo ho navštíví. Pán Ježíš Kristus dává zde možnost vidět v pozadí navštíveného pacienta sama sebe. Setkání s nemocným lze tak chápat jako osobní setkání pastýře s Ježíšem Kristem.

Jak by měla taková návštěva pacienta např. v nemocnici vypadat? K tomu, co a jak by mělo být, nám něco napovídá zkušenost mnoha pacientů. Ta říká, že nejlepšími „pastýři“, tj. lidmi, s nimiž je v nemocnici možno otevřeně a důvěrně hovořit, jsou *uklízečky*. Ty přicházejí za pacientem pravidelně, jsou schopny udělat si na pacienta chvíli času, mají své bohaté zkušenosti z řady let práce v nemocnici a dovedou povzbudit a „utrousit“ v dobré víře slovo naděje.

Jak začít? Ukazuje se, že ten, kdo přichází za pacientem na návštěvu, přináší si s sebou svůj vlastní postoj k otázkám zdraví a nemoci, bytí a nebytí. A tento jeho názor a postoj pak často nevědomě pacientovi předkládá. Jsou lidé, kteří se sami bojí bolesti a těžko pak mohou být pomoci pacientovi, kterého trápí bolesti. Jsou pastýři, kteří nemohou vidět krev, kterým se točí hlava, když vidí celou spleť lékařských

zařízení, kterými je těžce nemocný pacient obklopen. Jsou lidé, kteří sami nejsou vyrovnaní s otázkou vlastní smrti. A tato jejich nevyrovnanost pak narušuje jejich hovor o otázce možného exitu (odchodu pacienta). Setkání s těžce nemocným, případně umírajícím pacientem je jim pak šokem. Těžko mu mohou za této situace být pomoci. Proto je zapotřebí osobně se vyrovnávat s otázkami vlastního vztahu k bytí a nebytí, k bolesti a utrpení atp., a to dříve, nežli přistoupíme k pacientovi, kterému chceme být pomoci. Může nám v tom být pomoci modlitební soustředění. Pomocí nám může být i bližší seznámení se se zkušenostmi druhých lidí a seznámení se s tím, co druzí lidé o těchto věcech již zjistili, a nám (např. v písemné formě) zanechali.

Vztah pastýře k pacientovi

Ukazuje se, že vztah pastýře k pacientovi patří ke kritickým momentům setkání (návštěvy nemocného). Přitom se klade důraz na řadu charakteristik postoje a chování pastýře:

Kladem je opravdovost, důvěryhodnost, důvěra, snaha o porozumění pacientovi, citlivost k pacientovi – empatie, tj. vcítění se do pacientovy situace a soucítění s ním, bezpodmínečná úcta (respekt) k pacientovi, vřelý vztah k pacientovi – souhrnně řečeno: jde v prvé řadě o to “mít pacienta opravdu rád.“ *Láska* typu biblické *agape* je zde rozhodujícím činitelem.

Tento vztah k pacientovi se obvykle projevuje velice konkrétně – v tom, co děláme a jak to děláme. Uvedme zde několik pravidel pomoci chování při návštěvě pacienta a několik konkrétních podnětů:

- a. *Při návštěvě pacienta* je dobré pečlivě dávat pozor na to, čeho se pacient obává a čeho se bojí (z čeho má strach). Je dobré ujasnit si, zda jde o strach z „objektivní“ či jen „subjektivní“ ohrožující věci, tj. z toho, co již působí, či z toho, co pacient teprve očekává, že ho bude trápit atp. O tom by bylo třeba hovořit; vytvořit pro takovýto druh hovoru příznivé prostředí, vytvořit pro takovýto rozhovor vhodnou příležitost, aby pacient mohl o svých úzkostech bez obav hovořit. Podaří-li se to, pacientovi se jistě uleví. Pomocí nám zde může být modlitba – za správné pochopení toho, co nám pacient říká, za jeho odvalu nám to říci i za Boží pomoc pacientovi při zvládnání těchto obav.
- b. *Pacientovo sebeobviňování.* V rozhovoru s pacientem je dobré zjišťovat, zda pacienta netrápí pocity viny a nedochází u něho k bolestivému sebeobviňování. Je třeba zjistit, jaké je jeho pojetí vztahu mezi vinou a trestem, zvláště pak „trestem“ typu nemoci, odhalovat falešné představy o tomto vztahu a tlumočit pacientovi osvobozující křesťanské pojetí o odpuštění vin.

- c. *Co pacienta zlobí* a na co (případně na koho) se pacient zlobí. To, co pacienta zlobí, nemá pacient obvykle komu říci. Je proto vhodné, když se podaří na tyto otázky zavést rozhovor a pacienta vyslechnout. Pacientovy výtky a jeho obžaloba se mohou týkat jak zdravotníků (lékařů, zdravotních sester, nemocničního personálu atp.), tak léčebného postupu (průběhu a způsobu léčení). Mohou se však týkat i chování pacientovy rodiny, jeho přátel, příslušných úřadů a institucí atp. Pacient se ve své bolesti a úzkosti může zlobit na cokoli a na kohokoliv – i na Pána Boha. Neměli bychom tím být překvapeni. Pacient se např. nemůže zlobit na své špatně fungující ledviny, a tak si vylívá zlost na lidech kolem sebe a třeba i na tom, který je nad ním. Proč? Např. za to, že ho nechá trpět, že ho nezabaví bolesti, že ho okamžitě zázrakem neuzdraví atp.

Toto vše (tyto zloby) pacient v sobě „má“ a potlačuje to. Tím se však jeho negativní emoce jen zvyšují a jeho vnitřní napětí stoupá. Když se pacientovi podaří toto někomu říci (vylít mu své srdce), uleví se mu. Avšak k tomu, aby se nám pacient s tím vším svěřil, je zapotřebí velikého taktu, citlivosti a velké míry umění aktivního naslouchání (více o tomto umění naslouchat druhému člověku viz Křivohlavý, 1993). Někdy je dobré dát pacientovi najevo, že je zcela přirozené, že se člověk v těžké situaci (podobné té jeho vlastní) zlobí, že takovéto zlobení není nic neobvyklého, že se to stává každému normálnímu člověku. To je dobré pacientovi sdělit. Říkáme mu tím vlastně, že toto jeho rozčilování není ničím neobvyklým. Tím se ulomí hrot jeho sebeobviňování z nenormálního chování.

- d. *Pacientovo naříkání nad sebou samým*. Nemoc není příjemnou záležitostí. Člověk, kterého něco bolí, se dívá na sebe a své tělo jinak nežli ten, kterému nic není. Není divu, že sám sebe lituje, že mu je sama sebe líto, že naříká např. „jaký jsem vyhublý a zesláblý, jaký jsem já ubožák, jaký jsem to lazar atp.“ Tímto sebelitováním se však situace pacienta nezlepší. Právě naopak. Tím, že se lituji a naříkám nad sebou, tím se můj psychický stav jen dále zhoršuje. Co je za této situace možno dělat?

Jedna z možností naznačuje, že je dobré soustředit se na to, co pacient ještě může, když již „nic nemůže.“ Autorovi byla při pastorálních návštěvách nemocných velikou pomocí povídka o člověku, který měl velikou žízeň a někdo mu podal *sklenici vody*. Když tento muž polovinu sklenice vypil, měl dvě možnosti: buď být smutný nad tím, že polovina sklenice vody je již nenávratně pryč, nebo se radovat z toho, že ještě polovinu sklenice vody má. Z technického hlediska jde o totéž, ale duševně je člověku lépe, když se raduje, nežli když naříká.

Věřícímu člověku je někdy uprostřed jeho naříkání nad sebou samým pomocí, když se mu připomene, jak trpěl Pán Ježíš Kristus na Golgátě – i za něj.

e. *Pomoc lidem v osamění.* Zdravý člověk je obvykle neustále mezi lidmi. V nemoci je často od druhých lidí (zvláště od známých) izolován. Není divu, že mu přicházejí na mysl těžké myšlenky o opuštěnosti. Jak mu pomoci?

V první řadě tím, že ho navštěvujeme, a to pokud možno zcela pravidelně. Je mu to neustálým připomínáním toho, že „nikdy není sám.“ Někdo, kdo ho má rád, je mu blízko. Autorovi byla při pastorálních návštěvách pomoci *zednická olovnice*. Ta ukazuje na přítomnost zemské přitažlivosti na každém místě. Tato síla není vidět. Je však možno se o ní přesvědčit a pacientovi názorně ukázat, že i když je sám, přece jen není sám. Toto konstatování může pacienta vést k tomu, aby s tím, který s ním je a který je mu nablízku, byl ve styku, a to v modlitbě a v rozvažování biblických slov.

f. *Pomoc hypochondrickému pacientovi.* Jsou nemoci, u nichž je organická složka velice výrazná. Příkladem může být zranění, např. při autonehodě. Jsou však i jiné nemoci, kde tato organická složka vidět není, avšak lékaři jsou schopni ji zjistit (např. svými přístroji). U některých negativních zdravotních stavů však není možno nijakým způsobem zjistit, zda je v těle něco v nepořádku. Za této situace existuje možnost – i když je to jen jedna z několika možností – že si pacient „vymýšlí“, že mu ve skutečnosti nic není a on se jen domnívá, že mu něco je. Toto domýšlení se typu „že mi něco je“, může být v mezích normálu. Tyto meze to však též může přerůst. Setkáváme se pak s abnormalitou, kterou označujeme termínem „hypochondrie“. I s tím se v pastorální péči můžeme setkat. I takovíto lidé potřebují pomoc. Jak?

Pacienta, kterého trápí představa, že mu něco je, je dobré „dostat“ k lékaři. Nejen obvodnímu, ale i k odbornému lékaři, který může zajistit důkladné vyšetření. Ukázalo se, že toto vyšetření je negativní, tj. nezjistí-li se žádný objektivní patologický nález, je vhodné pacienta vést k psychologickému vyšetření např. s podezřením na psychosomatické onemocnění. Budou-li však pacientovy bolesti úporné i v průběhu této psychoterapie, je zapotřebí opětovně vést pacienta k odbornému lékařskému vyšetření.

Není marné si uvědomit, že z určitého hlediska může být nemoc pro pacienta zdrojem něčeho kladného. V nemoci je mu věnována větší pozornost. Druzí lidé se o něho zajímají. Je-li nemocen, nemusí tak mnoho a tak těžce pracovat. Často dělají druzí lidé za něho jeho práci. Je-li na nemocenské podpoře, pobírá určitou finanční podporu atp. To vše může člověka motivovat k tomu, aby se raději považoval za nemocného nežli za zdravého. V jednání s člověkem, kterého něco trápí, co se nedá objektivně prokázat jako nemoc, je třeba velikého taktu a moudrosti. Na jedné straně ho přílišnou ohleduplností můžeme uvést hlouběji do jeho

hypochondrie, na druhé straně necitlivostí k opravdovému zdravotnímu problému ho můžeme – třeba nevědomky – zdravotně poškodit.

g. *Naděje.* V pastorální péči nejde jen o boj s negativními emocemi (jako je např. strach, hněv a zlost atp.). Patří sem i posilování pozitivních emocí (jako je např. radost, štěstí atp.). Patří mezi ně i naděje a ta je ve středu pozornosti křesťanské péče. Situace, kdy je člověk sevřen těžkostmi, je z určitého hlediska velice vhodná k tomu, aby byl upozorněn na výhled nejen k cíli léčby (k uzdravení), ale ještě dále – ke „křesťanské“ naději, která „nezahanbuje“. Tu je dobré pacientovi připomínat, a to nejen ve chvíli, kdy se propadá do deprese, ale i tehdy, když se v rozhovoru téma zaměří na to, co pravděpodobně bude v krátké i dlouhé časové perspektivě dalšího života pacienta.

h. *Zamyšlení pacienta nad sebou samým.* Jedním z témat pastorálního rozhovoru je zaměření se na nejzávažnější otázky bytí a nebytí. Tyto otázky si pacient klade, a to s tím větší pravděpodobností, čím je jeho zdravotní stav více ohrožen. Když zavedeme na toto téma rozhovor, může se pacientovi ulevit, neboť on sám o tom nemusí začít mluvit. Jde o zamyšlení se nad tím, jaký byl jeho dosavadní život, čemu přisuzoval největší váhu a důležitost v životě, o čem se nejvíce snažil a co ponechával poměrně v pozadí atp.

Je dobré vést pacienta k zamyšlení nad tím, co se v tom všem v jeho životě změnilo v důsledku toho, co při nemoci zažil. Ptát se ho na to, kterým hodnotám chce nyní věnovat prvořadou pozornost – čemu přidat a čemu ubrat čas i energii, co chce postavit do čela svého snažení (které hodnoty, činnosti, zájmy, snahy atp.) a co chce odsunout do pozadí jako ne zrovna tak důležité. Pomocí nám zde může být i to, co jsme uvedli o duchovní změně v průběhu nemoci (pomocí modelu iniciace).

ch. *Rodina pacienta.* Pastorální péče je sice zaměřena prvořadě na pacienta, avšak jeho rodina k němu (i k ní) nedílně patří. Jsou případy, kdy je třeba rodině věnovat více pozornosti nežli pacientovi. Boj s negativními emocemi, který vede pacient, je často obdobně veden i členy jeho rodiny. Právě tak i rodina potřebuje povzbuzení a posílení naděje v průběhu léčby jejího člena. Návštěva rodiny, která má jednoho člena v nemocnici, je často obdobou návštěvy pacienta. I členové rodiny potřebují někomu „vylít své srdce“, postěžovat si, svěřit se někomu s úzkostmi, obavami a strachem. Kolikrát zdraví sourozenci nemocných dětí doma trpí a nikdo si jejich otázek a úzkostí nevšimne!

. *Nejtěžší otázky pastorální péče o nemocné.* Mezi nejtěžší problémy patří otázky typu:

„Proč se to stalo zrovna mně (zcela určitému člověku)?“

„Proč mne to trápí, když jsem nic zlého neudělal?“

„Odkud se bere všechno toto zlo, které mne pronásleduje?“

„Proč existují takové strašné nemoci a choroby, bolesti, trápení atp.?“

„Je to zvládnutelné onemocnění nebo mám počítat s nejhorsším (s úmrtím)?“

„Kdy to vše bude končit (kdy asi zemřu, zemře atp.)?“ atp.

Otázky tohoto druhu může klást sám pacient. Může je klást někdo z jeho rodiny, přátel atp. Někdy jsou tyto otázky řečeny zcela otevřeně (až vyzývavě). Jindy je tušíme, i když zůstávají nevysloveny. Někdy o nich pacient nechce s nikým hovořit, jindy naopak s nimi přichází sám. Kladli si je mnozí před námi. Pařil k nim i Job. Patřili k nim i Jobovi přátelé. Ti všichni – a mnozí jiní se zamýšleli nad otázkou *theodiceje* – „odkud přichází zlo v našem životě?“ Přehled různých, v průběhu staletí nashromážděných pokusů o odpovědi na tyto otázky uvádíme v kapitole o pomoci lidem v utrpení. Dvě věci by nám však mohly být pomocí tam, kde se s takovými otázkami setkáme:

Zaprvé: Je dobré si uvědomit, že často je „příčina“ onemocnění obrazně podobná soutoku celé řady potoků a říček, které vytvoří řeku. Některé „potůčky“ přicházejí z genetického zdroje a ten sám je velice složitý. Jiné přicházejí z vlivů prostředí a z toho, co dělají jiní lidé, a to je též velice složitým předivem nepříznivých vlivů na naše zdraví. Některé „potůčky“ má na svědomí sám pacient – a o těch se dá často s ním těžko hovořit. Chceme tím naznačit, že bychom si měli dát pozor „vinit“ z nemoci jednu jedinou příčinu a domnívat se, že máme celou – stoprocentní pravdu.

Zadruhé: Je dobré si uvědomit, že „Boží cesty“ jsou často nad naši schopnost jim stoprocentně porozumět a je chápat. Jsou vyšší a přesahují naši kapacitu. Nám nezbyvá, nežli je přijmout – v důvěře, že ten, který tak rozhodl, nás má rád a že jeho cesty jsou z vyššího hlediska dobré. A za to, abychom viděli svět v jeho světle (v jeho pohledu), můžeme na modlitbách prosit.

Speciální otázky pastorální péče o nemocné

Uvedli jsme poměrně obecné informace o tom, co znamená pastorální péče o nemocné. Pacienti však mají obvykle zcela konkrétní nemoc. I když tato paleta nemocí je velká (počítá se, že známe asi 10.000 různých druhů nemocí a že je nejméně třikrát tolik dalších nemocí, o nichž toho mnoho nevíme), přece jen některé se vyskytují častěji a trápí větší počet lidí. Pastorální péče se zabývá i otázkami pomoci pacientům se zcela specifickou diagnózou. Zpracování této problematiky je však nad možnosti této publikace. Uvádíme zde proto jen bibliografické odkazy, odkazující čtenáře k bohatším zdrojům poučení v těchto speciálních otázkách.

Pastorace pacientů s postiženou psychikou:

Zdroj: Prof. ThDr. Jiřina Kubíková (1992)

Willard Wagner (str. 151-162 v knize L. E. Holst a M. E. Marty, 1992)

Christa Toegel (str. 429-436 v knize I. Becker et al., 1983)

Speciální psychiatrická témata:

Carl Anderson (str. 163-172 v knize L. E. Holst a M. E. Marty, 1992), speciálně pastorální péče o pacienty, kteří propadli *drogám*. O tomtéž předmětu viz i kapitolu H. Urmoneit (str. 453-468 v knize I. Becker, 1983).

Psychologické těžkosti

Deprese: J. Křivohlavý (1997)

Syndrom vyhoření (burnout): J. Křivohlavý (1998)

Pastorace pacientů se somatickými (tělesnými obtížemi):

Zdroj: L.E. Holst a M.E. Marty (1992) tam viz:

pastorace pacientek na oddělení porodnictví (str. 79-92),

pastorace pacientů na dětském oddělení (str. 93-106) ,

pastorace pacientů na chirurgickém oddělení (str. 107-117),

pastorace pacientů na oddělení rakovinových nádorů (str. 118-126)

pastorace pacientů na koronární jednotce (str. 127-138).

Pastorace zdravotně postižených lidí (handicapovaných)

viz Gottfried Kretzschmar (str. 437-452 v knize I. Becker, 1983)

Pastorace umírajících

Elisabeth Kübler - Rossová (1992a a 1992b)

Marie Svatošová (1995)

Tomáš Halík (1993)

Jaro Křivohlavý a Stanislav Kaczmarczyk (1995)

W. Ninow (1992)

Leroy Joesten (str. 139-150 v knize L. E. Holst a M. E. Marty, 1992)

Eberhard Winkler (str. 405-428 v knize I. Becker, 1983)



III. POMOC V OTÁZKÁCH MANŽELSTVÍ A RODINY

9. POMOC V OTÁZKÁCH MANŽELSTVÍ

Člověk nežije sám. Existuje určité společenské očekávání, že dospělí lidé budou žít ve dvou, tj. že vytvoří dvojici, která zahrnuje dospělého muže a dospělého ženu. Očekává se též, že tato dvojice (dyáda) bude spolu žít relativně déle, dlouho, pokud možno tak dlouho, dokud jeden z nich nezemře. Tak tomu ve velké většině případů jest v manželství. Ukazuje se, že toto soužití muže a ženy v manželství má své kladné i záporné stránky. Jsou to právě tyto negativní stránky manželského soužití, proč se otázkám manželství zde chceme věnovat.

Je možno se ptát „jak mnoho je manželských problémů v dospělé populaci?“ Odpovědí nám může být dotazníkový průzkum (Collins, 1980) u většího počtu lidí, který ukázal následující rozložení problémů, které lidi trápí:

- 12% lidí mělo potíže s dětmi, kde se potřebovali s někým poradit
- 20% lidí mělo ryze osobní potíže (kdy si sami se sebou nevěděli dost dobře rady)
- 42% lidí mělo problémy s manželským soužitím, o nichž by se chtěli s někým poradit

Tato zjištění ukazují, že náš osobní život zdaleka není bez problémů. Mám-li problémy sám se sebou, zřejmě mi budou tyto problémy mluvit i do mého soužití s mým manželským partnerem. K tomu ještě dále přistupují problémy, které s sebou nese sociální interakce – vlastní soužití dvou lidí pod jednou střešou. Za této situace je na místě se ptát: „Proč lidé vstupují do manželství, když se ví, že nebude bez problémů?“

Proč se lidé žení a vdávají?

Odpovědi na tuto otázku jsou přerůzné. Uvedme některé z nich:

- a. Biologicky vzato člověk není individuum (jedinec), ale dvojice (dyáda). Přesněji: člověk existuje ve dvou poněkud odlišných formách – jako muž a žena. Na to je

třeba myslet, hledáme-li definici pojmu „člověk“. Ani muž, ani žena, jsou-li sami o sobě, nejsou schopni zajistit přežití druhu „homo sapiens“. Teprve soužití muže a ženy umožňuje nejen toto přežití lidstva, ale i prožití vlastního života (fyzického, psychického i duchovního) v jeho plnosti.

- b. Řada psychologických šetření ukazuje, že mladí lidé vstupují do manželství poté co se vzbouří proti tomu, jak to vypadá v jejich rodině. Chtějí vytvořit jinou – lepší formu rodinného soužití. Přitom se však – pravděpodobně podvědomě (nevědomky) ohlíží po partnerovi, který vykazuje do značné míry podstatné charakteristiky toho, co bylo příznačné pro výchozí rodinu hledajícího. Křiklavým příkladem jsou zde děti z rodin alkoholiků. Ty utíkají z těchto rodin a hledají si někoho, s kým by vytvořily lepší rodinu. V kolika případech se však ukazuje, že si (nevědomky) zvolí zase alkoholika?
- c. Soužití muže a ženy může být krátkodobé či dlouhodobé. Každá z těchto forem má své klady a zápory. Podívejme se na ně:

Krátkodobé soužití muže a ženy umožňuje rychlé uspokojení některých potřeb – např. sexuálních, finančních, hospodářských, majetkových atp. To je svádivé pro lidi osobnostně nedozrálé (nedospělé), kteří snadno podléhají momentálním tužbám, potřebám a přáním a nemají dostatek síly a sebevlády k tomu, aby se soustředili na dosažení dlouhodobých cílů (viz tzv. psychologickou charakteristiku „delay of gratification“ – nepodlehnutí krátkodobému uspokojení přání v zájmu dosažení většího či vyššího cíle). Tato charakteristika je příznačná pro děti a mládež v pubertě a adolescenci. Vyskytuje-li se u věkem dospělých lidí, svědčí to o jejich osobnostní nedospělosti. Povědomí o tom, že s někým mohou být jen chvíli (krátkou dobu), dává větší možnosti soupeřivému charakteru jednání – jak se prokázalo serií psychologických experimentů (viz jejich přehled v Křivohlavý, 1974). Perspektiva krátkodobého kontaktu vede též k vyššímu počtu konfliktů zájmů, k vyšší neústupnosti v řešení těchto konfliktů a k radikálnějšímu nepřátelským (hostilním) formám řešení konfliktů zájmů. Krátkodobý kontakt dává menší možnost vytvoření vzájemné důvěry, která je jedním z hlavních faktorů sociální opory. Nedůvěra se rodí ve velice krátké chvíli. Důvěra však potřebuje hodně času, aby se plně rozvinula a prohloubila.

Dlouhodobé soužití muže a ženy v manželství umožňuje lepší dosažení závažných životních cílů – např. založení rodiny a výchovy další generace (dětí), kooperativního (spolupracujícího) soužití, založení „hnízda“ (postavení domu) atp. Dlouhodobé soužití muže a ženy v manželství má řadu sociálněpsychologických výhod. Umožňuje rozvinutí spolupráce (kooperace) v rámci dlouhodobého vzájemného jednání muže a ženy. To je pak nejen společnou výhodou, ale i přínosem k osob-

nostnímu růstu, neboť schopnost spolupracovat je jednou z podstatných charakteristik dospělosti (zralé osobnosti). Očekávání dlouhodobé sociální interakce (vzájemného jednání) má i kladný vliv na snižování pravděpodobnosti výskytu neřešitelných vzájemných konfliktů zájmů. Víím-li, že s někým budu žít léta, vede mne to k větší opatrnosti, k tomu, abych neudělal něco, co by perspektivu tohoto dlouhodobého soužití mohlo zničit. Déle trvající soužití dává možnost nejen zrodu, ale i zesílení vzájemné důvěry, která je tak potřebná pro vnitřní klid obou účastníků. Ti se v dlouhodobém soužití mohou lépe poznat, a tak i zjistit, do jaké míry se jeden na druhého může spolehnout, což v krátkodobém kontaktu možné není.

Biblické učení o soužití muže a ženy v manželství

Křesťanské pojetí monogamního celoživotního manželského vztahu muže a ženy

1. *Člověk jako dyáda* (jednota dvou podob existence člověka)

V první knize bible (Gn 1,27) čteme o tom, že Bůh stvořil člověka. Jedním dechem je tam však též uvedeno, koho stvořil: muže a ženu. Podle tohoto pojetí je to *dyáda* (spojení dvou základních podob existence člověka jako muže a ženy), co tvoří „celého člověka“ – Totus homo.

2. *Je-li člověk sám, něco podstatného mu chybí*

V Gn 2,18 ve druhém podání zprávy o stvoření člověka, čteme, že v situaci, kdy Bůh viděl, že Adam je sám, poznal, že mu není dobře. Něco mu chybělo. Proto se rozhodl stvořit Evu, která by s ním byla a která by mu byla pomocí. Podle tohoto pojetí žena nemá být muži soupeřem, nemá s ním bojovat o to, „kdo nad kým zvítězí“, kdo je chytřejší, vtipnější, silnější, lstivější atp. Žena má být muži pomocí. Protože bible nám je v prvé řadě ukazatelem v duchovních otázkách (např. smysluplnosti života), je možno tuto Evinu „pomoc“ Adamovi chápat i jako pomoc v životní orientaci – v duchovním světě.

3. *Adamovo žebro*

Na začátku bible (Gn 2,21-23) je obrazně řečeno, jaký má být vztah ženy k muži – a muže k ženě. Hovoří se tam o tom, že Eva byla stvořena z Adamova žebra. Dnes jsme v pokušení chápat to jako upozornění na to, že žena má blíže k mužovu srdci (k jeho emocím, lásce atp.) nežli k jeho hlavě (rozumu). V tomto smyslu je možno rozumět i arabskému způsobu vyjadřování, kde nejbližší přítel či nejbližší přítelkyně je nazývána „žebrem“. V době, kdy byla bible psána, mělo však srdce jiný symbolický význam. Termínem „srdce“ se tehdy rozumělo zhruba totéž, co rozumíme dnes termínem „osobnost“ člověka, případně přímo „jádro osobnosti“ – v určitém smyslu

to, co dnes rozumíme termínem „já“. Že se zde hovoří o vzájemném vztahu v nejhlubších vrstvách osobnosti (jak muže, tak ženy), to naznačuje i to, že šlo o „žebro“ (kost). Ve staré době se morální vrstvy osobnosti umísťovaly právě do morku kostí.

4. Muž přilne ke své ženě

V druhé kapitole bible je výslovně uvedeno, že muž má při uzavření manželství přilnout ke své ženě. V původním jazyce bible je použito výrazu, kterým bychom dnes označili to, co dělá kvalitní lepidlo, které je schopno tak slepit dva listy papíru, že je již nikdy nebudeme s to od sebe odtrhnout, aniž bychom je hrubě poškodili. Dnes bychom v soudobé terminologii řekli, např. že jde o „svaření dvou kusů železa autogenem“.

5. Jedno tělo

Bible nám v Gn 2,24 říká něco jiného, nežli nám říká biologie. V biologii se učíme, že matka je s dítětem (prvních 9 měsíců života dítěte) jediným biologickým organismem. Bible není učebnicí biologie. Hovoří o vyšších, duchovních rovinách života. K tomu, co se děje při vstupu do manželství, bible říká, že „muž a žena se stanou jedním tělem.“ A termínu „tělo“ je možno zde rozumět obdobně, jak tomu je u člověka – tj. že jde o jednotu fyzickou (tělesnou), psychickou (duševní) i duchovní (spirituální). Např. radost ženy má být i radostí muže, obavy jednoho by měly být i obavami druhého a naděje muže by měla být i nadějí ženy.

V bibli je mimořádně často zdůrazňována potřeba jednoty – viz např. Ef 4,3 – důraz na jednotu v Duchu, J 17,21 – aby byli jedno, J 15,12 – aby se navzájem milovali, Sirach 25,1 – aby žili muž a žena v jednotě, 1 K 12,12-26 atp. Sem patří i biblické důrazy na potřebu a nutnost vzájemné *lásky*, která muže a ženu spojuje – viz např. Ef 5,25-25 – příkaz dávaný mužům, aby své ženy milovali, 1 Pt 3,7 – připomenutí mužům, aby své ženy ctily atp. Tento moment lásky typu *agape* je v jádru odlišný od soudobého běžného názoru potřeby *zamilování*. To je kvalitativně podstatně odlišným jevem. Z fyziologického hlediska je zamilování podmíněno výlevem fenyl-etyl-aminu do krevního řečiště při současném vnímání (vidění, slyšení, cítění atp.) specifických charakteristik druhého pohlaví. Z psychologického hlediska je pak zamilování do značné míry egocentrickým jevem (viz zážitek mého příjemného pocitu, když ty děláš to či ono či jsi takový atp.). *Láska typu agape je oproti tomu čin*, tj. altruistické jednání, *kdy mi jde o to, aby tobě bylo dobře*.

Nedochází-li mezi mužem a ženou k takovéto totální jednotě, tj. k takovému to splynutí či k „harmonii“ nejen duší, ale těl, duší i ducha, ba celých „lidských sfér“, pak Walter Trobisch označuje takové manželství za „nesplněné“. V praxi se dnes můžeme podívat na to, jak to z tohoto hlediska vypadá, např. podle toho, zda a jak muž a žena spolu hovoří (komunikují), zda a jak hospodaří společně či odděleně se

svými penězi, zda a jak spolu tráví volný čas, zda se spolu sdílí nejen ve svých radostech, ale i starostech atp.

6. Kdo se má od koho oddělit

V Gn 2,24 se dočteme o tom, že při vstupu do manželství má „muž opustit svou rodinu (otce i matku)“. Je možno jen konstatovat, že jde o velice moudrou a praktickou radu. O jak důležitou věc jde, to naznačují mnohé případy nešťastných manželů v odborných manželských poradnách. Na vstup do manželství je tak možno se dívat jako na určitou dobu iniciačních slavností, o nichž jsme hovořili v předcházející kapitole (o zvládání nemoci a utrpení). I zde se muž musí rozejít se svou původní rodinou, v níž vyrostl, vyčlenit se z ní a založit vlastní rodinu. Walter Trobisch zde upozorňuje, že teprve úplné oddělení (osamostatnění) mladého páru dává novomanželům možnost osobnostně dozrát a vyrovnat tak jejich vlastní svobodné rozhodnutí příslušnou mírou odpovědnosti. K tomu nemůže dojít, když novomanželé zůstanou bydlet u manželských rodičů nebo když na nich zůstanou být např. finančně závislí. Walter Trobisch hovoří o tzv. „ukradeném manželství“, když manželé tohoto příkazu „opustit rodiče“ neposlechnou a zůstanou pod „vládou“ rodičů ze strany manžela.

7. Muž pánem a hlavou ženy

V bibli čteme o manželství mimo jiné větu, kterou je třeba přesněji, tj. biblicky správně chápat. Na začátku bible (Gn 3,16) čteme o tom, že muž bude „panovati nad ženou.“ Apoštol Pavel píše (Ef 5,23 a 1 K 11,3) o tom, že „muž je hlavou ženy.“ V našem prostředí je termín „hlava“ chápán jako určitá forma nadřazenosti. Apoštol Pavel však v tomtéž verši uvádí význam tohoto pojetí na správnou míru. Hovoří tam obdobně i o Kristu jako hlavě církve. A co Kristus pro církev udělal? „Obětoval se.“ Tím nám naznačuje, jak by mělo „panování“ muže nad ženou vypadat. Vzorem pro toto „panování“ je např. vztah v Trojici – mezi Bohem Otcem, Synem a Duchem svatým.

Pojetí „panování“ jako vlády ve světském, politickém, mocenském, vojenském atp. smyslu je v jádru *nebiblické* (viz např. falešné pojetí muže v manželství jako krále, šacha, diktátora, všemocného vládce či mocnáře, který podle toho, že má ve své ruce veškerou moc, ženě vládne a může svou ženou manipulovat podle své vůle a zvůle).

O jaký vztah v tomto pojetí „hlavy“ a „panování“ jde, to naznačují i některé biblické výroky. Patří sem v prvé řadě slova Pána Ježíše Krista o tom, co to znamená být „první“ – ne sedat na předním místě a nařizovat, ale „být služebníkem druhých“ L 22,26. „Kdož největší jest mezi vámi, budiž jako nejmenší, a kdož vůdce jest, jako sloužící.“ Oč při tom jde, to naznačuje i slovo „více jestiť dáti nežli bráti.“ I on sám přišel ne proto, aby – ve světském slova smyslu – panoval, ale aby *sloužil*

(L 22,27). „Já“ – říká Pán Ježíš Kristus, „mezi vámi jsem jako ten, kterýž slouží.“ O tom, jak vypadalo jeho „panování“, čteme v evangeliích. Podle našeho běžného pojetí šlo spíše o službu a obětování se všem všelijak postiženým a trápeným lidem nežli o „nařizování“, „dávání příkazů“ či „vládnutí“.

Jak má toto panování „hlavy“ manželství a rodiny vypadat zcela konkrétně, čteme v bibli např. v rozhodnutí Jozue (Joz 24,15): „Já a dům můj sloužití budeme Hospodinu.“ V tom byl Jozue „hlavou“, která rozhodla o směřování života celé rodiny správným směrem. O „panování“ hlavy rodiny čteme i v příběhu o Korneliovi (Sk 10). Ten se staral o to, aby život jeho rodiny byl zaměřen správným směrem.

O tom, jak má vypadat tento vztah mezi mužem a ženou, viz např. Pavlovo slovo Ef 5,21 hovořící o tom, že máme být sobě „navzájem poddáni“ a 1K 7,3-5 o povinné vzájemné úctě muže a ženy k sobě navzájem atp. Když tomu takto na počátku bylo, pak o tomto vztahu čteme, že „to bylo dobré“ (Gn 1,31). Adam a Eva se přitom „neměli zač stydět“ – nic před sebou nemuseli skrývat (Gn 2,25).

8. *Vzájemný vztah muže a ženy v manželství*

Bible hovoří na mnoha místech o vzájemných vztazích mezi lidmi. Některé z těchto výroků se týkají vzájemného vztahu mezi mužem a ženou v manželství. Patří sem i slovo apoštola Pavla v dopise do Říma (Ř 15,5-7): „Přijímejte se vespolek, jako i Kristus přijal vás – v slávu Boží.“ Je zde naznačen směr našeho vzájemného soužití – aby vše, co děláme, jak se chováme a jak jednáme – i v manželství – bylo „k slávě Boží.“

9. *Vztahy mezi manželskými páry v bibli*

Bible hovoří na mnoha místech o tom, co se dělo v manželství té či oné biblické osobnosti. Dočteme se tam např. o manželství Abrahama a Sárý, o manželství Izáka a Rebeky, o manželství Jakoba, Joba, Samsona. Davida, Šalomouna atp. Zprávy o tom, jak to bylo v těchto manželstvích a co se v nich odehrávalo, nám mohou být povzbuzením a poučením v naší orientaci.

V bibli máme vykreslen jeden z nejkrásnějších obrazů „bohobojné ženy“ – Př 31, 1-31. Velice pěkně se tam mluví i o Tabitě (Sk 9,36) i o Fében (Ř 16,2). Mnoho krásných slov o ženách čteme v 1 Tm 5,3-10; 1Pt 3,1-5; Tt 2,3; 1 Tm 5,10; Judit 8,8 atp.

10. *Základní úkol a cíl manželství*

V první kapitole bible (Gn 1,27) čteme nejen o stvoření člověka, ale i o tom, k čemu má manželské soužití muže a ženy směřovat. Dočítáme se tam, že Bůh stvořil člověka „k obrazu svému.“ Nejde tedy o náhodný jev, ale o účelný čin. Je zde naznačen „vektor“ (síla, která má nejen počátek a intenzitu, ale i směr). Je to pro manželství

určitá obdoba toho směřování, které platí pro individuální život křesťana. Ten má růst v toho, který je hlavou – v Krista.

Příčiny manželských těžkostí

A. Střety a napětí

Muž a žena vstupují do manželství tak, že každý z nich je vybaven vlastním souhrnem (systémem) představ (kognitivních map), názorů, postojů, hodnot, zvyků, zážitků, zkušeností, tužeb, přání, očekávání atp. Tyto soubory se díky individuálním odlišnostem jejich dosavadního života od sebe liší, což je zcela normální (viz např. odlišné záliby v jídle). Stejně tak normální je, že z tohoto důvodu nutně musí docházet ke střetům (konfrontacím) tam, kde se setkají dva odlišné názory, postoje atp. Zdá se být iluzorní domnívat se, že by v manželství měl být okamžitě vždy a ve všem soulad (harmonie) těchto názorů, představ atp. jen z toho důvodu, že se ti dva mají rádi. K tomuto souladu je třeba se teprve dopracovat a to je těžká práce (doslova dřina).

Při střetu jde v první řadě o poznání odlišnosti (v čem je tvůj názor odlišný od mého atp.) a pak o řešení tohoto rozporu. Výhodou je, když jsou názory obou skladné (kompatibilní). Dají se pak bez těžkostí postavit vedle sebe a mohou vedle sebe existovat, aniž by se střetávaly. Těžší je, když skladné nejsou – když jsou nekompatibilní. Dochází pak k napětím a střetům zájmů, názorů, postojů atp. – k tzv. konfliktům.

Konflikty postojů, názorů a zájmů je možno řešit různým způsobem. Nejjednodušším – i když ne vždy nejlepším – řešením konfliktů je *kompromis* (oboustranná dohoda). Manžel např. ustoupí v jedné věci a manželka v jiné. Tím se míra spokojenosti obou vyrovná a může být v manželství klid a oboustranná spokojenost. Výhodou je, když se nabízejí tzv. *komplementární* řešení, tj. když se při řešení manželé navzájem doplňují (např. jeden je tišší a druhý více mluví). Těžší je to tam, kde se nedaří řešit konflikty ani kompromisem ani komplementárně. I tam se však přece jen nabízejí ještě dvě možnosti – tvořivého a bořivého řešení konfliktu – *kooperace* (spolupráce) či *kompetice* (soupeření). Pohled do manželství nám ukazuje, že se v něm nacházejí všechny výše uvedené formy řešení střetů, napětí a konfliktů.

B. Druhy a typy manželských konfliktů

a) *Konflikty v sexuální soužití.* Pohled do soužití mnohých manželských párů ukazuje, že sexuální konflikty tam patří k nejčastějšímu druhu konfliktů vůbec. Neznamená to, že by se konflikty v manželství musely nutně rodit v této sexuální oblasti. Často jsou konflikty v sexuální oblasti jen projevem (odrazem či obrazem) napětí a střetů v jiných oblastech (např. neshod v otázce výchovy dětí). Často jsou konflikty v sexuální oblasti vnějším projevem daleko hlubších napětí v manželském soužití, o nichž bude

řeč v další části této kapitoly (např. emocionálního zranění, necitlivého poškození sebehodnocení či sebevědomí jednoho z partnerů, nesouladu hodnotového žebříčku atp.).

Ty konflikty, které pramení v sexuální oblasti, jsou často projevem obav a strachu – např. z toho, zda mé sexuální chování odpovídá tvému očekávání, zda ty jsi se mnou spokojen(a) atp. V některých případech jde o konflikt nesterilně silné sexuální touhy (potřeby) u muže a ženy, odlišného přání a očekávání, odlišných představ (např. o tom, co je a co není vhodné, co se musí a co se nesmí atp.). Manželé mohou mít odlišné požadavky na podmínky prostředí, v němž dochází k intimnímu styku. To, co se jednomu zdá být dostatečné (vhodné), se druhému může zdát nedostatečné. Odlišnosti mohou být v názoru na četnost intimních styků, na jejich dobu trvání, na jejich průběh, způsob atp. A to zde ještě nemluvíme o konfliktech v sexuálním soužití manželů, které se rodí při přerůzných zdravotních obtížích manželů a při různých situačních těžkostech (viz např. vliv ztráty zaměstnání – nezaměstnanosti na sexuální život manželů).

Těžkosti v sexuálním soužití pramení často z nadměrné nadřazenosti sexu u jednoho z manželů. Sex se zde stává „vším“. Nic jiného nemá cenu. Manželství se v tomto případě redukuje jen na sex a upadá. Hedonistické hodnoty (slast, požitek, vzrušení, extrémní zážitek, orgasmus atp.) jsou jedinými hodnotami, které mají cenu. Jindy jsou to ideové těžkosti, co dělá obtíže v sexuálním styku. Příkladem může být doznívání manicheismu (myšlenkové hnutí ve 3. století), které – obdobně jako Platon – povyšovalo duchovní oblast nade vše a pohrdalo reálným světem a tělesnými věcmi. Sexuální styk v manželství se podle toho považoval za něco „špinavého“, až „hříšného“, ač biblické učení si váží jeho hodnoty (1 K 5; 1 Te 4,3-5), avšak dává mu jeho patřičné místo v žebříčku hodnot (1K 7,31).

Problémy v sexuální oblasti mohou pramenit i z nerespektování hodnoty ženy – tzv. disrespektu k ženě. Ten se projevuje v devalvací (znehodnocování) a ponižování ženy v poměru k muži např. tím, že se o ženě hovoří pejorativně (ošklivě – snižuje se). Příkladem může být hodnocení ženy jako „kočky“, „slepice“, znehodnocování ženy různými „háklivými“ vtipy atp. Na druhé straně k sexuálnímu těžkostem může docházet z toho důvodu, že si žena osobuje právo „vládnout“, manipulovat mužem podle svého, řídit jeho činnost jako „generál“, činit emocionální nátlak na něj k prosazení vlastních záměrů atp.

Konflikty v sexuálním soužití manželů vedou k přerůzným napětím. Tato napětí se poté mohou projevit např. nespokojeností či neuspokojeností, netrpělivostí, nevrlostí, nervozitou, neklidem, ale i podezřívavostí a ztrátou důvěry. V některých případech vedou ke ztrátě mužské sebedůvěry. Muž si přestane věřit i v jiných nežli sexuálních

projevech. Ztrácí „sílu svého mužství.“ Obdobně i žena ztrácí v důsledku sexuálních nesnází v manželství dobrý pocit své ženské přitažlivosti (ženskosti). Není divu, že se to vše nakonec projeví např. impotencí, frigiditou a mimomanželskými styky.

b) *Konflikty ve finančních věcech.* Druhou oblastí konfliktů – co do četnosti – se zdá být finanční stránka manželského soužití. Manželé mohou mít odlišné názory jak na získávání, tak na vydávání peněz. Jejich představy o tom, co je zbytečné a co je nezbytné, se mohou až diametrálně lišit. Jeden z manželské dvojice může být šetnější, druhý rozhazovačný atp. Protože ekonomická stránka je neodmyslitelným aspektem manželského soužití (obdobně jako je jí i sexuální aspekt), je řešení ekonomických otázek každodenní manželskou záležitostí.

I zde platí obdobná zákonitost jako u sexuálního styku: „Konflikty ve věcech hospodářských se na jedné straně projevují (odrážejí) v těžkostech v jiných stránkách manželského soužití a na druhé straně jsou projevem (obrazem či odrazem) konfliktů v jiných stránkách manželského soužití.“ Kolikrát jde paralelně vedle sebe sexuální frigidita (chabá sexuální aktivita či neexistence intimních manželských styků) s hospodařením manželů typu „každý za své!“ Platí zde i opak: manželé, kteří se dovedou dohodnout ve věcech hospodaření rodiny, se obvykle dovedou dohodnout i v jiných oblastech (např. v otázkách sexuálního soužití).

c) *Konflikty priorit – v oblasti žebříčku hodnot.* V manželství se setkáváme – jako v každém soužití dvou či více lidí – i s konflikty, které nejsou navenek tak zřetelně vidět jako konflikty ve finanční oblasti. Vzдор tomu existují a často jsou podkladem těch konfliktů, které je možno pozorovat na chování manželů. Jde o konflikty ve sféře hodnot, tj. nesrovnalosti v odpovědích na otázky typu: „Co je v životě důležité, a co tak důležité není? Co je podstatné, a co je nepodstatné? Čemu věnovat více času a energie (čemu přidat) a čemu naopak méně (čemu ubrat)? Oč se více snažit a co tak moc intenzivně nedělat? Čeho si všimát (čemu věnovat prvořadou pozornost) a co nechat poměrně stranou?“ atp.

Příkladem tohoto druhu konfliktů v oblasti hodnot může být rozhodování manželů o tom, kolik času věnovat práci (zaměstnání) a kolik času věnovat rodině (např. dětem) – jak mužem, tak ženou. Protože žebříček našich hodnot (pojetí tzv. našich priorit, tj. toho, čemu dáváme přednost) je určujícím činitelem toho, co budeme dělat a jak se budeme chovat, patří řešení těchto otázek k nejdůležitějším nejen v osobním, ale i manželském životě.

d) *Konflikty potřeb a přání.* Tyto otázky patří nedílně k výše uvedeným otázkám hodnot a jejich hierarchie (žebříčku). Existují na jedné straně tzv. obecné (biologické, všelidské atp.) potřeby (např. jíst, pít, spát, potřeba bezpečí, odpočinku atp.) a na

druhé straně potřeby osobní (individuální). V těchto individuálních potřebách jsou mezi námi značné rozdíly. Každý z nás má potřebu seberealizace (něco dělat, pod co bych se mohl podepsat, že jsem to udělal já, co by vedlo k respektu ke mně a dělalo mi to čest). Jak si však já představuji svou formu seberealizace, to je odlišné nejen od toho, jak si mou seberealizaci představuješ ty, ale i od toho, jak ty si představuješ svou seberealizaci.

Obdobně existují i konflikty při střetu tzv. sociálních potřeb. Manžel i manželka se potřebují setkávat s některými (zcela určitými) lidmi, hovořit s nimi, stýkat se s nimi (komunikovat s nimi) atp. Každý z nás si vážíme poněkud jiných lidí, jiní lidé jsou nám tzv. referenční (srovnávací) skupinou. A to nemluvíme ještě o sociální potřebě dominance (řídít a vést), která může být v manželské dvojici odlišně intenzivní, a o potřebě sociálního srovnávání (s kým z druhých lidí se porovnáváme), o potřebě psycho-sociální opory, kterou hledáme nejen u svého partnera či partnerky, ale i u druhých lidí. A tento soubor druhých lidí může být – a obvykle i je – u manželů poněkud odlišný. Příkladem nám zde může být vztah muže a ženy k rodinám manželky a manžela nebo jejich odlišný vztah ke spolupracovníkům muže a ženy v jejich zaměstnání (zájmové činnosti atp.).

e) *Konflikty v duchovní oblasti.* I tato oblast má blízko k otázkám hodnot. Jde zde předně o celkové zaměření života – o jeho směřování k té či oné vedoucí „hvězdě“ – oč nám jde – viděno v dlouhodobé (až celoživotní) perspektivě. Ukazuje se, že právě toto je oblast nejtěžších nedorozumění v manželstvích. Manželovi jde např. o to budovat podnik tak, aby to byl vynikající podnik, a manželce jde o to, aby se s manželem častěji viděla a aby se on více věnoval výchově dětí. Sem patří i rozhodování o tom, komu (a čemu) budeme věřit a volba církve, do které budeme patřit (ve které budeme oba dva, ba celá rodina, doma). Patří sem i dohoda o naší aktivitě v rámci církve, dohoda o návštěvách bohoslužeb, konání domácích bohoslužeb, času věnovaného modlitbám a čtení, rozvažování a meditování nad biblí atp. Konflikty se mohou vynořit v souvislosti s náboženskou výchovou dětí (zvláště v tzv. smíšených manželstvích), v názorech na způsob svěcení dne Páně, ve volbě přátel s odlišným zaměřením života atp.

f) *Konflikty rolí.* Bible stanoví poměrně jasná pravidla pro roli muže a ženy v manželství a rodině. V současné době však dochází v našem prostředí ke značné liberalizaci (uvolnění) těchto biblických norem. Mladí lidé se musí vyrovnávat s otázkami, které společnosti kladou hnutí typu feminismu, sexismu, skupin homosexuálů, nezávazného (nemanželského) či skupinového soužití mužů a žen atp. Každá rodina si musí ujasnit, jakou roli bude v ní mít muž a jakou roli bude mít žena. Zda, kdy a jak budou oba

zaměstnání, kdo ponese za co odpovědnost, o co se kdo z nich bude v rámci života rodiny starat, jak se budou spolupodílet na chodu domácnosti, na výchově dětí atp.

C. Manželé uprostřed konfliktních vnějších tlaků

Konflikty v manželství nevznikají jen z toho, co se v manželství zrodí, ale i jako odezva toho, co se na manželství řítí, hrne a valí. To má přerůznou podobu:

- a. Rodiny manžela a manželky se mohou vměšovat do života svých dětí, které uzavřely manželství. Toto vměšování pak může vést ke konfliktům a těžkostem mezi novomanželi.
- b. Děti mohou vnést do vzájemných vztahů manželů napětí svým chováním (např. ve škole, ve společnosti atp.), svými přáními, svými požadavky, svým jednáním atp.
- c. Přátelé manžela a manželky mohou klást na novomanžele přerůzné požadavky (např. na zaangažování jich do různých mimorodinných aktivit, na úpravu jejich jednání atp.)
- d. Zaměstnání manžela a manželky může je zatěžovat – viz např. únavu z práce, časově nesourodé pracovní směny, odlišnosti míst, kde jsou manželé zaměstnáni, styk manželů s lidmi opačného pohlaví při práci atp.
- e. Situačními změnami širšího rozsahu – ekonomickými, politickými, společenskými atp. – může být manželství negativně ovlivněno. Viz např. vliv hospodářské deprese a její průvodní jevy typu nezaměstnanosti atp., vliv politických změn, např. na výměnu státních úředníků atp.

D. Sociální komunikace zdrojem těžkostí v manželství

Rozhovor mezi mužem a ženou je do určité míry ukazatelem jejich vzájemného vztahu – lásky na jedné straně, apatie (lhostejnosti) a nepřátelství na straně druhé. V čem spočívají tyto problémy?

- a. Manželé spolu nemluví. V nejhorším případě „vůbec“ spolu nehovoří. Z praxe jsou známé případy, kdy léta žijí manželé vedle sebe a nepromluví spolu jediného slova. Mlčení může být i kratšího trvání. Někdy týdny, jindy měsíce.
- b. Zdržování se toho „o něčem“ spolu hovořit. Manželé spolu běžně hovoří, avšak v některých věcech panuje „tabu“ (zákaz hovořit o určitém tématu). Často jsou to právě ty věci, o kterých by si manželé spolu potřebovali nejvíce pohovořit. Jeden druhého tím však „nechtějí zatěžovat“. Příkladem mohou být starosti s dětmi, finanční či podnikatelské starosti atp. Jiným příkladem mohou být vzájemné vztahy mezi manželi – hovor o tom, co by se ve vzájemném styku mělo změnit – viz např. sexuální věci – hovor o tom, co člověku dělá zle či naopak dobře při sexuálním

- styku. To si manželé neřeknou a pak se diví, že se jejich vzájemný sexuální styk nelepší.
- c. Přílišné mlčení. Nejen mlčení, ale i nadměrný hovor (plkání, brebtání, „štěbetání“, slovní „volnoběh“, „drby“ atp.) mohou být příčinou manželských napětí. Příkladem může být manželovo sáhodlouhé vysvětlování detailů sportovních utkání manželce, která o sport nemá zájem, či manželčino popisování přerušných módních střihů a jejich slovní „kreslení“ manželovi, který o módě nemá ponětí.
 - d. Nadměrná kritičnost. Chyb se dopouštíme častěji, nežli bychom si přáli. Na ně je možno upozorňovat přiměřeně nebo nepřiměřeně. Je to právě toto nepřiměřené vytýkání chyb, které z manželského rozhovoru dělá „peklo“.
 - e. Pronášení absolutních soudů – „takto to je a jinak to prostě být nemůže.“ Používání slov typu „nikdy“ – „ty nikdy neumyješ nádobí“ – nebo „vždycky“ – „ty vždycky ušpiniš koberec...“ atp.
 - f. Vnášení nekřesťanských pojetí do manželského soužití – viz např. tvrzení manžela, že „vše, co je člověku příjemné, je v sexuálním styku dovoleno“. Není. Mimo-manželský styk dovolen není. Anální sexuální styk taky ne atp.
 - g. Nelaskavý hovor. Věci, které říkáme, mohou být bolestné. Neměly by však být sdělovány způsobem, který člověka psychicky zraňuje, ale laskavě – tj. empaticky (citlivě) a s láskou. V bibli najdeme řadu směrnic k tomu, jak by měl vypadat náš rozhovor – viz. např. Ř 12,10; Ko 3,12; Ef 4,25 a 31; Ko 3,16; Mt 5,23nn; L 17,3nn atp. (Martin Ralph, 1982).
 - h. Nemluvení plné pravdy – jen polopravdy, zamlčování některých podstatných detailů a upravování informací podle vlastního chtění.
 - ch. Hádky, spory, slovní pře a rozbroje.

K čemu vedou manželské problémy

A. Rozčarování a ztráta iluzí

Muž a žena vstupují do manželství s určitými představami a s určitým očekáváním. Díky těžkostem, s nimiž se v manželství setkávají, tyto iluze ztrácejí. Není divu. Mnohé představy byly vytvořeny nerealisticky a v realitě nemají místa. Příkladem mohou být iluze děvčat a žen o romantické povaze manželského života.

B. Bezradnost a zmatek

Toho, co je v manželství třeba řešit (dělat), není málo. Někdy se toho, co je třeba dělat, nakupí tolik, že jeden či druhý partner „ztrácí hlavu“ (neví si rady) a je z toho nešťastný. Představa šťastného a bezstarostného manželství je tak otřesena.

C. Zoufalství

V manželském životě jsou situace, kdy si uvědomujeme, že snaha o řešení manželských konfliktů má své horní meze. Trvá-li napětí v manželství příliš dlouho a selhávají-li všechny pokusy o řešení této těžké situace, může to vést manžele k zoufalství.

D. Funkční rozpad manželství a rezignace

Zdají-li se všechny pokusy o řešení manželské krize marné a situace se jeví jako bezvýchodná, může se někdo z manželů stáhnout do sociální izolace. Přestane např. mluvit. Obrazně tím vystupuje z manželské interakce. Jedná, jako by do manželského soužití nepatřil. Hovoříme zde o určité formě emocionálního a psychického rozvodu manželů. Ti sice žijí dále vedle sebe, ale ne spolu.

E. Útěk

Tam, kde je rezignace nepřijatelná a další život v manželství se jeví jako nemožný, dochází často k útěku. V nejjednodušší formě utíká např. manželka domů k rodičům. V těžších případech utíká muž. Ten někdy utíká ke kamarádům, jindy – a to je těžší – utíká „do neznáma“ a ztrácí se. Doma zůstává manželka sama – často s dětmi. Opuštěná, bez prostředků a psychicky zraněná.

F. Odloučení – rozluka

Manželé došli k závěru, že další manželské soužití je nemožné, avšak ještě se nerozhodli, že manželství právoplatně zruší. Obvykle manžel se odstěhuje někam jinam. Každý z manželů žije jinde a kontakt mezi nimi je minimální.

G. Rozvod

Rozvod je konečnou právní tečkou za manželstvím. U nás tak končí téměř každé druhé nebo třetí manželství. Rozvod není šťastným řešením. Není ani skutečně konečným řešením vztahů mezi mužem a ženou. Ti se obvykle setkávají u soudu při tzv. majetkovém narovnání a při řešení problémů styku rodičů s dětmi. Rozvod má nejen svou právní stránku, ale i svou psychologickou stránku. Zůstávají po něm „šrámy na duši“ – psychologická zranění a psychologické jizvy. Pocity neúspěchu, pocity viny a následného sebeobviňování.

Rozvod má i svou sociální stránku. Mění se socioekonomická úroveň života obou manželů. Mění se jejich sociální status. Zůstává zde obvykle různě dlouhá opuštěnost jednoho z manželů. Rozvod má i svou duchovní stránku. Na bývalých manželích leží tíha viny za selhání a nerealizaci toho, co si slibovali od společného života při vstupu do manželství.

Varovné signály hrozícího rozpadu manželství

Cesta od uzavření manželství po rozvod je provázena řadou signálů, které naznačují, že se v manželství něco děje. Je tomu do určité míry obdobně jako u nemoci, která se postupně projevuje zřetelněji a zřetelněji. Tyto příznaky (symptomy) hrozícího se manželství se pokusili někteří autoři systematicky uspořádat od nejranějších (nejnevinnějších) po nejzávažnější. Uvedme je zde podle knihy *Divorce: Prevention or Survival*, Philadelphia, Westminster Press, 1977. Je to kniha, kterou napsali: William V. Arnold, Dixie Mc Kie Baird, Joan Trigg Langan a Elisabeth Blakemore Vaughan.

A. Nejranější příznaky toho, že v daném manželství není vše v pořádku:

1. *Popírání toho, že by v manželství něco bylo či mohlo být v nepořádku.* Vylučuje se možnost existence jakéhokoliv napětí, konfliktů a problémů. V nejpříznivějším případě se nabízejí různé formy výmluv.
2. *Vyhýbání se tématu manželských neshod, problémů a napětí v rozhovoru s manželí.* Jakýkoliv dotaz na to, jak se manželům vede a zda u nich není něco v nepořádku, je zodpovězen vyhýbavě.
3. *Odsouvání rozhovoru o manželských problémech „do nekonečna“ („příště“ o tom budeme hovořit – a pak zase „až příště“...)*
4. *Bezvýsledné rozhovory o manželském problému.* O manželských těžkostech se již mezi manželi hovoří, avšak tyto hovory končí vždy bezvýhodně, tj. bez závěrečné dohody o tom co dělat (co změnit).
5. *Marnost nad marnost – všechno je marnost.* Vnitřní odpoutání se od problémů (distancování se) dosahuje té míry, že se dochází k závěru, že „nic nemá cenu.“

B. Vážné příznaky vrcholící manželské krize:

1. *Stop sociální komunikace mezi manželi.* Manželé spolu již přestali mluvit. Občas se však ještě ten či onen projev „vstřícné“ nějakým dárkem, něco udělá nebo přinese domů, co by druhého mohlo potěšit.
2. *Ofenzíva – útoky.* Jeden z manželské dvojice se začne uchýlovat k napadání druhého. Zprvu jen slovně – např. tím, že kritizuje vzezření partnera, že pochybuje o jeho úspěšnosti, že ironizuje jeho snahy, záměry či jeho sexuální aktivitu.
3. *Stažení se ze hry.* U manželů je možno pozorovat naprostý nezájem jednoho o druhého. Každý se soustřeďuje jen na své vlastní věci a o věci druhého se přestává zcela starat. Jeho se věci druhého netýkají. Naprostá apatie vrcholí.
4. *Zborcené sebevědomí.* U některého z manželské dvojice se objevují příznaky sebepodceňování, sebeznehodnocování, sebeobviňování, sníženého sebevědomí atp. Ptá se sám(a) sebe, proč se stalo to, co se stalo, kde se stala chyba, kde selhal(a) a manželství se zhroutilo.

5. *Hledání útěchy u třetí osoby.* Manželé se rozcházejí ke svým známým, přátelům a přítelkyním, aby si jim nejen postěžovali, ale i hledali u nich pomoc, útěchu, porozumění a povzbuzení.
6. *Vzdání se.* Manželé docházejí k závěru, že se s jejich manželstvím zhola nic nedá dělat, že konec je naprosto neodvratný, že všemu je na 100 procent konec.
7. *Totální apatie – naprostá lhostejnost.* Postižení manželé se přestanou zajímat nejen jeden o druhého, ale i sami o sebe. Upadají do lhostejnosti – apatie. Naprosto nic je nezajímá. Vyskytují se příznaky hluboké deprese. Nezajímá je nic ani to, co je, ani to, co bude. Ke všemu se staví naprosto skepticky.

Pastorální péče o manželské dvojice v krizové situaci

Cílem pastorální péče o manžele, jimž se hroubí manželství, je pomoci jim zvládat daný problém „na úrovni“, pomoci jim osobnostně růst i růst ve vzájemných vztazích a růst ve víře. Největším úspěchem pastorální péče v takových případech je, když se nejen podaří uspokojivě vyřešit (tj. zvládnout) daný problém, ale když se i další vývoj tohoto manželství děje v harmonii s křesťanským pojetím manželství.

Podle dobrozdání lidí, kteří se odborně (profesionálně) zabývají lidskými problémy přerůzného druhu, patří manželské poradenství k nejtěžším druhům poradenství vůbec. Toho bychom si měli být vědomi tam, kde se snažíme manželům pomoci v jejich problémech, konfliktech a krizích. Není marné si některé věci přitom uvědomit:

A. *Dát si pozor na vlastní postoje.* Otázky, které nám kladou manželé, kteří jsou v krizové situaci, se mohou týkat věcí, které my sami nemáme zcela ujasněné. Mohou námi otfást. Mohou nabourávat představy, které my sami máme. Proto je třeba pevného zakotvení nejen vlastního osobního života, ale i vlastního manželského života těch, kteří poskytují manželům jakoukoliv formu pomoci.

B. *Lékař léčí, Pán Bůh uzdravuje.* Tato zásada platí nejen v nemocnici, ale i v manželském poradenství. Falešnou je představa, že lékař někoho uzdravil. Obdobně je falešnou představa, že někdo jiný může „uzdravit“ nemocné manželství. Podobně jako lékař léčí tím, že *pomáhá rozvoji uzdravného procesu*, může pastýř být k užítku danému manželství tím, že přerůzným způsobem manželům poskytuje pomoc. Pomáhá tak tomu, aby se úzdravnému procesu „manželství jako organismu vyššího řádu“ odstranily z cesty překážky.

C. *Pozor na vlastní jednání.* Tam, kde přistupujeme k manželské dvojici, která je v kritické situaci, dostáváme se „na horkou půdu.“ Psychologové zde hovoří o nebezpečí *přenosu*. Rozumí se jím přenášení představ např. vlastního otce manžela či manželky

na pastýře. Obdobně se hovoří i o *protipřenosu*. Tím se rozumí přenos obrazu, např. vlastního syna či dcery pastýře na muže či ženu, s nimiž pastýř jedná o jejich bortícím se manželství.

Jedná-li pastýř s manželskou dvojicí, pak je velice pravděpodobné, že se jak muž, tak žena budou snažit získat ho ve sporu na svou vlastní stranu. Tomuto tlaku se musí pastýř bránit. Situace je někdy tak vyhrocená, že – třeba nevědomky – bude se žena snažit pastýře různým způsobem (flirtováním) svádět na svou stranu. Slyšíme zde např. slova manželky z dané dvojice: „Víte, kdyby manžel byl takový chlap jako jste vy, to by byla radost žít s ním v manželství“. Takovým a podobným tlakům se musí pastýř bránit.

D. *Formální pravidla setkávání*. Pastýř musí vyřešit řadu formálních věcí. Musí se rozhodnout, zda se s danou dvojicí setká jen jednou nebo se s ní bude setkávat vícekrát. Při vícenásobném setkání je třeba stanovit, kolikrát asi se setkají. Ve světě existují dosti rozpracované systémy tzv. krátkých pastorálních setkání (Benner, 1992), které počítají s pěti dosti přesně strukturovanými setkáními. Pro tato setkání jsou vydávány nejen učebnice pro pastýře, ale i speciální adresné publikace pro manželské dvojice (pro manželské pastorální poradenství viz např. učebnici: Everett L. Worthington, Jr. a Douglas Mc Murry, 1994 – k této učebnici určené pro pastýře se úzce váže druhá „učebnice“, která je určena manželům v těžkostech – Douglas McMurry a Everett L. Worthington Jr., 1993).

Jiné rozhodnutí se týká toho, zda se pastýř má setkávat s manžely jako s dvojicí (dyádou) nebo s mužem a s ženou zvláště. Obojí má své výhody a nevýhody. Je třeba stanovit i délku trvání jednotlivých setkání. Ukazuje se, že jedna hodina věnovaná jednomu setkání je vhodnou dobou jak pro dvojici, tak pro pastýře. Půldruhé hodiny trvání jednoho jednání bývá uváděno jako oběma stranám přijatelná horní hranice.

Často je třeba, aby s danou manželskou dvojicí byl ve styku nejen jeden pastýř, ale dva lidé. Osvědčuje se, když zde je v akci manželská dvojice pastýřů, která je ve styku s druhou (pochroumanou) manželskou dvojicí.

E. *Stanovení cílů*. Pastorální péče není náhodnou formou jednání. Je to cílevědomá a cílesměrná činnost, která má – jako každá smysluplná činnost – svůj účel a cíl. Tento cíl – jak z hlediska pastýře, tak dané manželské dvojice – je třeba si ujasnit. Uvedme si zde přehled takto obecněji stanovených cílů (podle Collinse, 1980, str.177):

- přesná identifikace problému, který dané manželství tíží;
- hledání příčin, které k dané manželské krizi vedly;
- naučit danou manželskou dvojici lépe (nekonfliktně) spolu navzájem komunikovat a o problému spolu (i s pastýřem) hovořit;

- naučit manželskou dvojici efektivněji řešit problémy a rozhodovat se v situacích, které rozhodnutí nutně potřebují;
- pomoci manželům správně chápat vztahy, které mezi nimi při vzájemném jednání o jejich problému jsou;
- vyučovat manželskou dvojici základům biblicky pojatého manželství;
- udržet dané manželství a pomoci mu k lepšímu fungování.

F. *Obecné zásady přístupu k manželské dvojici.* I když existují speciální problémy v každém manželství, přece jen existuje řada obecných zásad pro přístup ke všem druhům jednání a typům pastorální péče o manžele v krizové situaci (viz např. požadavek mít všelijak rozhněvané manžele bezpodmínečně rád). Uvedme některé z nich:

- ochota naslouchat oběma manželům a vyslechnout je;
- naprostá úcta k oběma manželům za všech okolností;
- opravdovost pastýře v přístupu k manželům;
- trpělivost a klid pastýře;
- neutralita vůči manželům – nestranění ani jednomu ani druhému z manželů;
- snaha správně chápat emoce obou manželů v průběhu všech setkání;
- snaha porozumět frustracím (neuspokojeným potřebám) obou manželů;
- stranění postupům, návrhům a činnostem, které ukazují nadějným směrem (k tvořivému řešení manželského problému);
- empatie – soucítění;
- laskavost v přístupu k oběma manželům za všech okolností;
- „teplo“ atmosféry všech jednání;
- takt a zdvořilost na každém kroku;
- otevřenost pastýře a autenticita jeho emocionálních projevů;
- sdělování pravdy v lásce;
- biblická orientace směřování snah pastýře i vzájemného jednání.

G. *Speciálnost daného problému*

I když se dodržují výše uvedené obecné zásady a jsme si vědomi toho, že i dané dvojici jde o to, aby manželé měli krásné, dobře fungující manželství, přece jen je třeba postup jednání s manželskou dvojicí usměrnit podle toho, co je v dané situaci trápí. Proto je zapotřebí právě na to se těchto manželů ptát – např.: „Co vás v současné době nejvíce trápí ve vašem manželství?“, „Čeho byste chtěli dosáhnout v těchto setkáních?“ nebo „Co byste si vy představovali, že je ve vašem manželství třeba změnit či udělat?“ atp. Je dobré si uvědomit, že mnohé manželské problémy jsou spíše emocionální (citové) nežli racionální (logické či rozumové) povahy. A i ty,

kteří se na první pohled zdají racionální, jsou mnohdy způsobovány osobnostními, temperamentovými či charakterovými vlivy.

H. *Pozornost věnovaná vlastní aktivitě manželů.* Při rozhovorech o těžkostech daného manželství je třeba se informovat o tom, jakým způsobem se tito manželé v minulosti snažili řešit své problémy, abychom poznali jejich repertoár zvládnání těžkostí a mohli jej případně rozšířit – např. upozorněním na jiné možnosti tvořivého řešení konfliktů. Je vhodné sledovat nejen obsah toho, co manželé říkají, když hovoří např. o svých finančních neshodách, ale věnovat pozornost i jejich emocionálnímu stavu přítom, když o dané věci hovoří. Ten se projevuje zvláště výrazně v jejich mimoslovní (nonverbální) komunikaci. Je dobré všimnout si toho, jak se (emocionálně) na manželích projevil dopad toho, co jim bylo v rámci pastorální péče řečeno, naznačeno či doporučeno.

Pozornost je dobré věnovat i tomu, jak manželé spolu navzájem hovoří, na rozdíl od toho, jak hovoří s pastýřem (případně jak hovoří spolu a s druhými lidmi na veřejnosti), jakým způsobem projednávají sporné postoje (názory, postoje, záměry atp.), jak se snaží či nesnaží poznat důvody, které partnera vedou k určitému stanovisku, jakým způsobem (tvořivě či bořivě) kritizují jeden druhého atp.

CH. *Pomoc odborníků.* Je dobré uvědomit si, že manželskému poradenství se v posledních desetiletích věnovalo mnoho pozornosti zvláště ze strany psychologů, psychoterapeutů, psychiatrů, sociologů, pedagogů atp. Tento zájem a odborné studie s ním spojené vedly mimo jiné ke zřízení speciálních poraden zaměřených na manželské a předmanželské problémy obyvatel. Obdobně jako tomu je ve zdravotnictví, kdy s užitkem využíváme odbornosti lékařů a služeb zdravotních středisek, nemocnic a klinik, je vhodné obracet se na tyto odborné (profesionální) manželské a předmanželské poradny všude tam, kde zjišťujeme závažnější těžkosti v manželském soužití lidí, kteří jsou nám svěřeni do péče. I v této oblasti se však – obdobně jako ve zdravotnictví – ukazuje, že čím dříve se přichází s „lčením“, tím větší naděje je na uzdravení.

Prevence manželských problémů

Jak předcházet těžkostem v manželství. Obdobně jako ve zdravotnictví platí i v otázkách manželství, že prevence je neméně důležitá, ne-li důležitější než vlastní léčení. V otázkách manželství je však situace složitá. Chce-li někdo řídit auto, musí nejprve absolvovat řídičský kurz a složit zkoušky ze znalosti dopravních předpisů a z praktické jízdy. Chce-li kdo vstoupit do manželství, nic takového se nevyžaduje. Není pak divu, že se u nás téměř každé druhé manželství rozvádí. Vzdor tomu je možno se setkat s řadou klasických i poměrně nových forem prevence manželských těžkostí.

A. Klasické formy prevence

Otázky vzájemných vztahů mezi lidmi patří k základním otázkám, kterým je věnována pozornost v *kázání*. Tak se otázky vztahů mezi manželi dostávají na pořad pravidelných nedělních bohoslužeb. Obdobně se tyto otázky objevují i v tematice biblických hodin, na stránkách náboženských časopisů (v církevním tisku) atp.

Ve sboru na schůzkách mládeže i na táborech mládeže se otázky manželství objevují jako „evergreen“ – trvalá tematika zájmu mladých lidí. Často ve formě *přednášek*, někdy i ve formě diskusních setkání s odborníky různých oborů.

Těm, kteří jako snoubenci se chystají uzavřít svatbu, se dostává v mnoha sborech možnost účastnit se předsvatebních rozhovorů, případně i *kurzů* s farářem (kazatelem, knězem atp.). Náplň těchto rozhovorů či kurzů je značně odlišná od případu k případu. Jde však o nezanedbatelnou možnost prevence těžkostí, které by se mohly v budoucnosti objevit.

B. Nové soudobé podněty pro prevenci manželských těžkostí

Kurzy pro snoubence a novomanžele. V některých sborech, případně v centru několika sborů se organizují soustavné předmanželské kurzy. Takovýto kurz trvá zhruba půl roku a scházejí se zde snoubenecké dvojice, případně novomanželské dvojice. Pro jednotlivce není kurz přístupný. Účastníci se scházejí jednou za čtrnáct dní večer na půldruhé hodiny. Tematika těchto kursů je velice pestrá. Probírají se zde postupně otázky právní (rodinné právo), zdravotní, hygienické, etické (morální), psychologické, sociologické, pedagogické, duchovní (osobní i společný duchovní život manželů, organizace a vedení rodinných bohoslužeb, začlenění manželské dvojice a rodiny do sboru atp.), ekonomické (vedení domácího hospodářství a hospodaření s penězi), estetické (např. otázky úpravy bytu či domu), otázky stravování (výživy), odívání (péče o šatník) atp. Speciální večery jsou věnovány např. otázkám vzájemných vztahů mezi manželi, verbální i neverbální sociální komunikaci v manželství, tvořivému řešení manželských konfliktů, hlubšímu pohledu do sedmi fází rodinného života atp.

Manželské kurzy. V některých církevních střediscích jsou organizovány soustavné kurzy pro stávající manžele – zvláště pro mladé manžele. Účelem těchto kurzů je umožnit vzájemný rozhovor těm mladým manželům, kteří vstoupili do manželství a setkávají se v něm s otázkami, které je trápí. Ukazuje se, že skupinové rozhovory mají zde nezastupitelné místo. Příkladem mohou být kurzy organizované v Kroměříži a Ostravě-Porubě, centrálně řízené střediskem Péče o rodinu při olomouckém biskupství.

Víkendové kurzy oživení manželství. Ve světě se stále větší pozornosti těší setkání „zralejších“ manželů, zvaná „marriage enrichment“ – obohacení manželství, „mar-

riage refreshing“ – oživení manželství či prostě jen „marriage encounter“ – manželská setkání. Účastníkům se v těchto kurzech dává možnost osvojit si a osvěžit dovednosti, které napomáhají zdokonalování např. sociální komunikace, tvořivého řešení konfliktů, prohlubování kulturního i duchovního života, a tím i zrání manželského života.

Literatura. Neocenitelným pomocníkem pro zlepšování manželství je i odborná literatura, která u nás vychází v pomalu již téměř nepřehledném množství. (Viz např. S. Kratochvíl, 2000)

Manželské a předmanželské poradny. Neocenitelným pomocníkem při řešení manželských těžkostí jsou odborné poradny určené speciálně manželům a novomanželům. Existují dnes již v téměř každém okresním městě a pracují v nich odborní poradci – psychologové, pedagogové, lékaři (zvl. sexuologové), právníci atp. Je dobré o nich vědět a využívat jejich služeb – nejen, když již „hoří“ a dochází k manželské krizi, ale i tam, kde se jen v náznaku ukazuje, že by bylo dobré něco v chodu manželství zlepšit.

Na závěr uveďme jednu myšlenku z knihy Ralphiho Martina (1982): „Manželství, to je život muže a ženy v souladu s Boží vůlí.“

10. POMOC V OTÁZKÁCH RODINY

Problémy máme nejen v osobním životě a v životě manželském, ale i v životě rodinném, tj. tam, kde se ke vzájemným vztahům mezi manželi přiřazují ještě jejich vzájemné vztahy k dětem. Na rodinu je možno se dívat z užšího či širšího hlediska. Je možno za ni považovat tzv. nejužší rodinu, do níž patří jen rodiče a děti (dítě). Na rodinu je možno se však také dívat jako na poměrně rozvětvený rodinný „strom“. Do toho širšího rodinného společenství pak patří jak rodiče s dětmi, tak i prarodiče, ba i strýčkové a tety či sestřenice a bratrance těchto dětí.

Rodinu je možno vidět staticky nebo dynamicky. *Statický* pohled na rodinu vypadá obdobně jako fotografie rodiny. Jsou na ní všichni, kdo do rodiny v dané chvíli patří. Taková fotografie zachycuje však rodinu jen k danému časovému mezníku (datu). Po určité době se na tuto fotografii díváme a říkáme si: „Jaké to tehdy bylo“, neboť od té doby se mnohé změnilo. I co do stáří členů rodiny i co do složení (počtu členů) rodiny.

Dynamický pohled na rodinu respektuje časový rozměr – průběh života rodiny. Dá se lépe vyjádřit filmovým pásem nežli fotografií. Tento film pak zachycuje rodinu

od jejího založení (od chvíle, kdy je uzavíráno manželství) po dobu, kdy jeden z manželů odchází na věčnost. Toto údobí života rodiny je odborníky členěno na několik úseků, fází či období.

Fáze života rodiny:

- I. Novomanželé. Jde o dobu od uzavření sňatku po narození prvního dítěte.
- II. Rodina s předškolními dětmi. Jde o dobu od narození prvního dítěte do jeho vstupu do základní školy.
- III. Rodina se školními dětmi. Jde o dobu od vstupu nejstaršího dítěte do základní školy po jeho opuštění základní školy.
- IV. Rodina s dospívajícími dětmi. Jde o dobu od vstupu nejstaršího dítěte do učení či na střední školu do chvíle, kdy učení či střední školu toto dítě absolvuje (ukončí).
- V. „Prázdné hnízdo“. Děti odcházejí z domova. Jde o dobu od vstupu dítěte do zaměstnání či jeho odchodu z domova na vysokou školu atp. do chvíle, kdy se tento syn žení či dcera vdává.
- VI. Rodina dědečků a babiček. Jde o předposlední dobu života „celé rodiny“, kdy do ní přichází další generace – vnoučata.
- VII. Poslední fáze života rodiny – ukončení života rodiny. Jde o „rodinu“, ve které již zemřel jeden ze zakladatelů, tj. kde zbývá sám již jeden jediný z původních manželů – dědeček nebo babička.

Rodina je dnes předmětem mimořádné pozornosti. Je tomu tak mimo jiné z toho důvodu, že se úkoly i struktura rodiny mění. Po staletí, ba tisíciletí existovala ve všech kulturách „klasická“ forma rodiny, která se od nejstarších dob neměnila (jak ukazují např. vykopávky nejstarších lidských koster celých rodin ve střední východní Africe).

V poslední době se však mění v prvé řadě velikost rodiny a objevuje se tzv. „minimální“ (mikro) rodina – manželé s jedním jediným dítětem. Funkce rodiny se též mění. Rodina není místem, kde by se zajišťovalo hospodářské zabezpečení všech jejích členů – jak tomu bylo u klasické zemědělské rodiny na venkově. Z rodiny se vyčleňuje nejen její hospodářská funkce, ale i její péče o zdraví (často částečně i o stravování), péče o fyzickou – tělesnou aktivitu (např. typu sportovní činnosti), péče o odpočinek (rekreaci) a o výchovu (viz existenci škol a učňovských středisek). Sem patří i vyčleňování péče o duchovní život z rodiny do kostelů, církevních a sborových středisek.

To vše (hospodářská činnost, péče o zdraví, výchovu a duchovní život atp.), co se dříve konalo v rodině, se nyní koná mimo rodinu. Rodina se dnes stává místem,

kde se odehrává minimum toho, co se dříve v rodině konalo. Její členové se sem chodí vyspat, odpočinout si, najíst se a intimně žít. Tyto změny s sebou nesou i řadu problémů, které současná generace musí řešit.

O problémech rodiny a jejich řešení existují dnes stovky knížek a tisíce odborných pojednání. Těmito problémy rodiny se zabývá řada vědních oborů – např. dětské lékařství (pediatrie), vývojová psychologie, psychologie dítěte (viz psychologii předškolního a školního dítěte), pedagogika, pedagogická psychologie, sociální psychologie, sociologie rodiny i sociologie dítěte, dětská psychiatrie (psychopatologie dítěte) atp. O duchovní život dětí se zajímá praktická teologie. Na pomoc rodině přichází řada institucí – viz např. zdravotní dětské poradny, pedagogicko-psychologické poradny, poradny a instituce sociální péče, kojenecké ústavy, dětské domovy atp.

Úkolem tohoto pojednání není podat soustavný přehled všeho, co se dnes o životě rodiny ví. Jde jen o nasměrování pohledu na dva aspekty života rodiny – na otázku výchovy dětí v rodině a na otázku duchovního života rodiny – a v jejím rámci i duchovního života dětí.

Co nám bible říká o rodině

1. Úvodní slovo

Hned na začátku bible – v první její kapitole – se dočteme o jednom ze základních úkolů rodiny: „Plodte se a rozmnožujte a naplňte zemi...(Gn 1,28). V tomto smyslu toto nasměrování pokračuje pak i dále – viz např. slovo určené Evě (Gn 3,16): „Roditi bude děti“ atp.

2. Co nám bible říká o dětech

Děti jsou darem od Pána Boha. Mají být milovány a respektovány jako lidské bytosti.

a. Děti se mají poslušně chovat k rodičům. Děti mají své rodiče poslouchat a ctít. Hovoří se o tom již v desateru Božích přikázání (Ex 20,12). Mluví o tom výslovně i oddíl dopisu, který apoštol Pavel píše do Efezu (Ef 6,1-3). Svě rodiče mají děti respektovat a pečovat o ně. Mají jim naslouchat, slyšet, co jim říkají a co jim přikazují, a podle toho se chovat.

Hovoří se o tom na mnoha místech v bibli – např. Mk 7,10-13; Př 1,8; Př 4,1nn; Př 13,1; Př 23,22; Ř 1,30-31; 2 Tm 3,1-5 atp. Toto poslouchání rodičů není v bibli však chápáno absolutně. Tam, kde by rodiče dítěti přikazovali něco, co je proti Božímu zákonu (proti Boží vůli), tam „více sluší poslouchati Boha, nežli lidí“ (Sk 5,29).

b. Děti mají být chráněny. Děti jsou důležité v Božím plánu a v Božím pohledu na svět. Toho bychom si jako rodiče měli být vědomi a podle toho bychom se

k nim měli i chovat (Ef 6,4; Ž 127,3; Př 10,1; Mt 18,10; Ž 103,13; Tt 2,4; Mt 18,1-6 atp.).

3. Co nám bible říká o rodičích a jejich vztahu k dětem

- a. Co mají rodiče dělat: Svě děti milovat, chovat se k nim laskavě, citlivě (empaticky – cítit s nimi), vyučovat je v bázni Boží, povzbuzovat je a žít před nimi příkladným křesťanským životem – viz Ef 4,1-4; Tt 2,4; Dt 6,1-9; Př 22,6; 2 K 12,14; Ko 3,21 atp. I když je v bibli kladen mimořádný důraz na výchovu dětí, je třeba si – s ohledem na celobiblický kontext – uvědomit, že výchova dětí není jediným úkolem křesťana.
- b. Jak to dělat. Ve Starém zákoně je uveden velice konkrétní „návod“, jak vychovávat děti v bázni Boží (aby se báli Pána Boha svým životem zarmoutit) – viz Dt 6,1-8.

Co máme jako rodiče ve výchově svých dětí dělat

Termín „rodinná výchova“ v češtině naznačuje „jak se máme chovat, když jsou nám svěřeny děti do osobní péče.“ V vizích jazycích se výslovně přitom v termínu „výchova“ hovoří nejen o vedení, ale dokonce i o „vyvedení dětí“ – viz lat. educare – vyvésti (obdobně i anglické education a francouzské l'éducation), německé Erziehung (vytažení) atp. Zde je možno se ptát „vyvést je odkud?“ a „dovést je kam?“. Na tyto otázky je možno slyšet např. následující odpovědi: vyvést je z neznalosti a dovést je ke znalosti, vyvést je z nezralosti a dovést je ke zralosti (osobnostní, sociální, emocionální i duchovní) nebo vyvést je ze zajetí soupeření a dovést je k praxi spolupráce. Tento úkol je možno formulovat i biblicky: dovést děti od nevíry k víře (i když jsme si vědomi toho, že víra je dar).

Cíle výchovy

To, k čemu má výchova směřovat, je možno stanovovat podle toho, kterou oblast máme na mysli – viz např. cíle zdravotní výchovy, cíle kulturní výchovy, cíle tělesné (sportovní) výchovy atp. Pedagogika nám dává bohatý přehled myšlení a uvažování řady významných pedagogů k tomuto tématu. Zde nám jde však především o cíle křesťanské duchovní výchovy. Jak jsou tam tyto cíle výchovy formulovány?

„Vést děti k tomu, aby si zamilovaly Pána Ježíše Krista a chtěly mu sloužit.“ Tak (tj. důrazem na vztah dítěte k Pánu Ježíši Kristu) formuluje cíl křesťanské výchovy Ralph Martin (1978, str.128). Zároveň však dodává „a učit je, aby měly rády druhé lidi jako své bratry a sestry“ (str. 129). Na jiném místě pak upozorňuje na to, jak důležité je pomáhat dětem, „aby viděly svět jinýma očima“ (str.143). Je to do určité

míry v souladu (harmonii) s tím, co jsme uvedli na začátku této knihy jako cíl pastorální péče – „Pomáhat lidem vidět svět v Božím světle“ (tak, jak ho Pán Bůh vidí). Nestačí však jen takto svět vidět. Je třeba i žít podle Boží vůle (chápat, co Pán Bůh chce, abychom dělali, a dělat to). I to patří do definice cíle křesťanské duchovní výchovy. O toto obojí by mělo rodičům jít.

Nasměrování křesťanské výchovy dětí je otázkou číslo jedna. Pomocí nám přitom může být např. rozhovor Pána Ježíše Krista s Petrem (J 6,66-69), kde Petr dochází k závěru: „Ke komu půjdeme? Ty (Pane Ježíši) slova věčného života máš...“ (v. 68). Ten, kdo došel k tomuto závěru, bude se snažit zaměřit život svůj i svých dětí stejným směrem a určovat podle toho i priority (to, co má a co nemá v životě skutečnou hodnotu) – i když si bude vědom toho, že není „všemocným pánem“ a toto nasměrování nemůže provádět mocí či silou (manipulací – násilím).

Kdo má děti vychovávat? Biblická odpověď je jasná: v první řadě *rodiče* (teprve potom učitelé, profesionální vychovatelé atp.). Z rodičů je tento úkol svěřen v první řadě *mužům*. V bibli čteme: „A vy, *otcové*, vychovávejte své děti v cvičení a napomínání Páně“ (Ef 6,4). Není tedy správné, když muž zcela přenechá výchovu svých dětí manželce a věnuje se cele jen své práci (např. podnikání, svému zaměstnání, studiu, vědecké práci atp.), svým zájmům (např. uměleckým), jiným činnostem (včetně činností v křesťanském sboru) atp. Již ve Starém zákoně byla tato funkce otců podrobněji vysána (Dt 6,7-9).

V bibli máme příklad toho, jak to dopadá, když otcové této výzvy neposlechnou (1 S 2,12-4 a 18). Vrchní kněz Eli měl se starat o své dva syny. Měl je vychovávat v bázni Boží (aby se Pána Boha báli zarmoutit). Pravděpodobně to dělal, avšak ne dost důrazně a důsledně. Výsledkem toho bylo nejen to, že se oba jeho synové chovali špatně, ale nakonec celá rodina byla zničena.

Jak to mají rodiče dělat?

- a. Naslouchat dětem. Termín „naslouchat“ však zde neznamená jen poslouchat to, co děti říkají, ale citlivě diagnostikovat, co se děje v dítěti (dětské dušičce). Snažit se to vidět, slyšet, vycítit, pochopit, správně to interpretovat – poznat to.
- b. Poslouchat, co jim (rodičům) do problémů s dětmi říká bible (zvažovat vše v Duchu svatém). Nebýt hluchý k desateru Božích přikázání a zavírat oči před Boží vůlí.
- c. Modelovat svou víru celým svým životem. Žít evangeliem – tak, aby se to Pánu Bohu líbilo. A tím svým dětem svědčit.
- d. Vyučovat děti tomu, co je možno učením z duchovního pokladu křesťanství sdělit. Nesvalovat tento úkol cele na vyučování náboženství ve škole nebo ve sboru (na

faře, v nedělní škole, v biblických hodinách pro děti atp.). Jak názorně to bylo řečeno rodičům v Izraeli (Dt 6)! Moderní pedagogové k tomu jen dodávají, že toto vyučování by mělo být přirozené (rodiče by měli s dětmi o věcech víry hovořit při běžných pracích, na procházkách, když se jich děti na něco zeptají atp.), pilné (ne ledabylé), opakované (nestačí to říci jednou a dost) a osobní (ne neosobně, ale angažovaně – s vnitřním zaujetím).

Proč dochází v rodinách k těžkostem při výchově dětí?

- A. Negativně působící způsob života rodiny
- a. Vztahy mezi rodiči nejsou zdaleka takové, jak by podle evangelia měly být. Disharmonie v manželském soužití rodičů má negativní vliv na děti. Neposlušnost rodičů Božího zákona se odráží i v negativním postoji jejich dětí k Božímu zákonu.
 - b. Rodiče své děti vnitřně odmítají a nemají své děti dostatečně rádi. Jsou k nim chladní a chovají se k nim v řadě případů necitlivě a netečně (nereagují na jejich potřeby, otázky, přání atp.)
 - c. Rodiče dělají hrubé chyby ve výchově dětí. Na jedné straně jsou příliš povolní – dovolují dětem, co by jim povolovat a dovolovat neměli. Na druhé straně děti svazují příliš přísnými pravidly chování tak, že děti nemají dostatek volného prostoru k svobodnému rozhodování. Jak přílišné chránění dětí, tak jejich přílišné omezování neslouží dětem k dobrému vývoji (zrání).
 - d. Rodiče neuspokojují dostatečně nejzákladnější dětské potřeby. Nemáme zde na mysli jejich tělesné (fyzické) potřeby, jako je uspokojení hladu, žízně, spánku atp. Jde zde spíše o základní psychické (osobní) potřeby dítěte. Těmi jsou (podle Johna Dreschera): potřeby bezpečí, přijetí, pochvaly, disciplíny (kázně), kladného osobního hodnocení (dítě potřebuje být „někdo“), důvěry (včetně důvěry v Boží spravování tohoto světa a posilování sebedůvěry dítěte) a lásky (dítě potřebuje být přesvědčeno, že je někdo má rád – někdo z lidí – v první řadě tatínek a maminka, i ten, který je „nad nimi“). Ukazuje se, že tam, kde tyto potřeby nejsou uspokojovány (kde jsou frustrovány), tam neprobíhá proces zrání dítěte dobře.
 - e. Zanedbávání duchovní výchovy. Rodiče nehovoří s dětmi o nejpodstatnějších věcech životního zaměření (o tom, pro co má smysl žít a co za to nestojí, aby se pro to žilo). Rodiče nepomáhají dětem v ujasňování priorit – čemu dávat přednost před čím jiným. Rodiče nemají pravidelné každodenní rodinné pobožnosti, nemodlí se s dětmi, nečtou s dětmi bibli, nevyprávějí jim biblické příběhy, neodpovídají na dětské dotazy o otázkách víry atp.

B. Falešné představy rodičů o výchově dětí.

Falešná představa se liší od správné v tom, že v mnohém má pravdu. V jedné věci však pravdu nemá, a tím – obdobně jako falešná tisícikoruna – ztrácí svou hodnotu. Uvedme zde příklady takovýchto *falešných* představ:

- Dětem se nic nesmí zakazovat. Vše se jim musí dovolovat. Děti se v ničem nesmí omezovat. Děti jsou od přírody dobré a mají smysl pro to, co je správné a co není. Vše, co děti chtějí dělat, se jim musí dovolit, aby to dělaly. Jde o tzv. pojetí *liberální* výchovy, která nadělala v minulém půlstoletí ve světě mnoho škody.
- Děti se mají vychovávat, až mají rozum. Obdobná argumentace se týká i toho např. učit děti modlit se, vyprávět jim něco z bible atp. Ukazuje se však, že děti jsou „inteligentní“ ještě dříve, nežli se narodí (viz studie o prenatální inteligenci dětí).
- Náboženská výchova se týká dospělejších dětí a křesťanská víra je věcí dospělých lidí, ne dětí.
- Rodiče něco jiného říkají slovy a něco jiného sdělují tím, jak žijí (svým životním stylem – způsobem života).
- Rodiče žijí izolovaně od sboru a nemají kontakt s jinými křesťanskými rodinami.
- Rodiče se vymlouvají, že nestudovali pedagogiku (odbornou vědu o výchově), a proto výchově nerozumí.
- Rodiče si myslí, že „bití“ je alfou i omegou výchovy a že z dětí vše zlé musí „vytlouct“.
- Rodiče žijí v domněnku, že děti se mají chovat slušně „jen“ před druhými lidmi, a tak nedělat rodičům ostudu, protože to, co druzí lidé o jejich dětech řeknou, považují za to nejdůležitější (rozhodující).
- Rodiče nemají ponětí o kázni (disciplině), případně mají romantické představy o výchově dětí (jak o tom naivně psal např. Jean Jacques Rousseau) a své děti ke kázni nevedou.
- Rodiče mají strach děti kázeňsky potrestat, neboť se bojí, že by to mohlo negativně ovlivnit duševní život jejich dítěte v dospívání a dospělosti.
- Rodiče se domnívají, že to nejdůležitější pro život, co děti potřebují, je naučit se to, co je v jednotlivých předmětech učí ve škole. Zapomínají přitom na morální výchovu a na výchovu charakteru dítěte jako na hlavní moment výchovy; školní známky dítěte jsou jim „vším“.
- Rodiče se domnívají, že rodina je v první řadě „výchovnou institucí“ a zapomínají na to, že rodina by měla být pro děti v první řadě domovem.
- Rodiče se domnívají, že jsou zde jen proto, aby vychovávali své děti, a zapomínají na to, že rozsah úkolů křesťana na světě je širší.

C. Falešné postupy a praktiky rodičů

Jde o to, že rodiče dělají dobré věci, avšak nedůsledně, jen občas a nesystematicky.

Uvedme některé takovéto postupy:

- Rodiče si uvědomují svou výchovnou úlohu, ale jen sporadicky (občas) – někdy, avšak často na ni zapomínají.
- Rodiče si uvědomují svou autoritu vůči dětem, avšak často ji zneužívají.
- Rodiče dávají dětem svobodu, ale dávají ji tolik, že to jsou děti a ne rodiče, kdo určuje, co se v rodině bude dělat. Děti jsou pak ve skutečnosti pány rodiny.
- Rodiče hovoří se dětmi, avšak bez lásky a nelaskavě.
- Rodiče promítají do dětí svá přání a své nesplněné úkoly (např. při výběru povolání, volbě sportu, zájmové činnosti atp.).
- Rodiče trestají své děti „hlava nehlava“ – nesystematicky, bez valného ohledu na to, co děti udělaly špatně.
- Rodiče nechávají negativní projevy dětí bez kázeňského potrestání.
- Rodiče nedovedou své děti pochválit a odměnit za dobrý čin. Považují jejich dobré chování za samozřejmost a nedají dětem najevo, že s tím, co děti dělají, osobně souhlasí.
- Rodiče posílají své děti na náboženství a do kostela, avšak o tom, co tam děti dělají, co tam prožívají atp. s dětmi nehovoří.
- Rodiče svým dětem nenaslouchají – stále jen k nim hovoří, avšak nehovoří s nimi.
- Rodiče se starají o to, aby děti vypracovávaly své školní úkoly, avšak přetěžují je i dalším učením.
- Rodiče trestají své děti, avšak podle svého momentálního emocionálního vzrušení (jak jsou rozčíleni) a ne podle toho, co dítě špatného udělalo.
- Rodiče se za děti nemodlí, případně modlí se za ně, avšak nejednají podle toho, k čemu je jejich modlitba vede.
- Rodiče zavedli pro děti příliš mnoho pravidel a děti se v nich nevyznají.
- Rodiče dětem neukazují, co se smí a co se nesmí – děti nevidí v životě žádný řád.
- Rodiče se snaží své děti vychovávat, avšak ve výchově dětí nejsou spolu zajedno (manžel chce něco jiného nežli jeho manželka).

Důsledky negativních výchovných zásahů rodičů

Důsledky pro děti – projevy negativních výchovných postupů na dětech. Děti se díky negativním výchovným postupům rodičů dostávají do „špatného stavu“ – cítí se nedobře, jejich sebevědomí a sebehodnocení klesá, děti se chovají vzdorovitě a trucují,

neposlouchají, jsou v nenáladě (jsou náladové), cítí se ponižovány a pokořovány, jsou zahofklé, ustrachované, zakřiknuté, jsou plné obav a strachu, projevuje se u nich nepřátelství (např. vůči sourozencům), sobectví (egoismus), neuznávají své chyby, nemluví, jsou do sebe uzavřené, občas duchem nepřítomné, neochotné, neiniciativní – psychicky zraněné (traumatizované) atp.

Negativní projevy dětí nelze však připsat jen špatným výchovným zásahům rodičů. Děti nejsou jen doma v rodině. Přicházejí do styku se svými vrstevníky, kamarády, spolužáky atp. I tam dochází ke konfliktům, problémům a těžkostem, které se pak odrážejí v duši dítěte. Na děti působí nejen běžné každodenní zážitky, ale i tzv. mimořádné (velké) události. Příkladem může být smrt někoho z příbuzných či přátel, změna bydliště, školy, negativní hodnocení dítěte ve škole (neúspěch ve zkoušce, propadnutí ve škole atp.).

Důsledky relativně stejných negativních událostí na dítě nejsou u všech dětí stejné. Některé děti jsou velice citlivé – zranitelné (odborníci zde hovoří o zranitelnosti – vulnerabilitě dítěte). Jiné děti jsou naopak mimořádně odolné, až nezdolné. Nic s nimi nehne. Nic je nedostane z rovnováhy. Děti mají své osobnostní jádro („duši“) a to jim umožňuje volit vlastní směr a cestu životem i hodnocení jednotlivých událostí. Děti nejsou „automaty“, které by jednaly všechny vždy stejně. Pedagogové dokonce zjišťují, že i z mimořádně špatných výchovných podmínek se rekrutují výrazně kladné postavy v době dospělosti. Neměli bychom se však spoléhat na to, že tomu tak bude i v daném případě. A platí zřejmě i opak!

Nadlimitní negativní důsledky chybných výchovných postupů. Negativní důsledky výchovy se mohou pohybovat v určitých přijatelných mezích. Tyto projevy však mohou někdy přestoupit určitou hranici (mez). Hovoříme pak o abnormálních negativních projevech. V odborné řeči pak o patologických projevech, o nichž pojednává dětská psychiatrie a patopsychologie dítěte. Není marné naznačit, o které projevy jde. Uvádíme je podle mezinárodní klasifikace dětských abnormálních projevů:

1. *Psychoneurotické projevy dětí.* U dětí se projevují nadměrné obavy a strach. Dítě má obtíže se spaním, (zvláště s usínáním), obtíže s jídlem atp. Projevují se u něho tzv. nutkavé projevy a tiky, tj. neustále opakované pohyby, kterým dítě není s to zabránit). Často je možno pozorovat i mimořádně silné pocity viny.
2. *Vývojové obtíže.* Očekávaný postup zvyšování kvality pohybových aktivit se nedostavuje, dítě nemluví tak, jak hovoří jiné děti, jeho myšlení nedosahuje úrovně chronického věku dítěte a sociální aktivity dítěte zaostávají ve vývoji.
3. *Osobnostní těžkosti.* Dítě je moc utlumené nebo naopak moc – až nezdolně výbojně, příliš izolované nebo naopak „totálně“ nezávislé atp.

4. *Deprese.* Dítě je nadměrně smutné, nešťastné, apatické a cítí se ztracené, bez nálady a bez chuti k životu. Nechce jít mezi děti, nechce jíst, utíká ze školy, nařká si na tělesné obtíže, nechce si hrát s druhými dětmi atp.
5. *Delikventní chování.* Dítě je mimořádně agresivní, „moc si dovoluje“ na druhé lidi, jde-li o dospívajícího, pak u něho pozorujeme nadměrnou sexuální impulzivitu, snahu o manipulaci druhými lidmi atp.
6. *Psychosomatické obtíže.* Dítě trpí nadměrnými bolestmi hlavy, pomočuje se, objevuje se u něho astma, žaludeční vředy nebo vředy na dvanácterníku atp.
7. *Psychotické chování.* U dítěte pozorujeme iracionální (nerozumné) myšlení, ztrátu sebekontroly, nadměrný neopodstatněný strach, podivné až podivínské chování nebo naopak stranění se druhých lidí – „stažení se ze hry“, případně až autismus (sociálně-psychologickou izolaci s naprostou netečností k dění kolem dítěte).
8. *Hyperaktivita.* Nadměrná hybnost dítěte, nadměrná vzrušivost, snížená pozornost, zhoršené spaní. Dítě špatně ovládá své impulzní a emocionální chování.
9. *Nadměrné těžkosti s učením.* U dítěte se objevuje disleksie či(a) disgrafie (těžko čte anebo špatně píše), má těžkosti s výslovností, které potřebují logoterapeutické léčení, smyslové vady – obtíže vidění, slyšení atp., snížená obecná inteligence.

Tyto a podobné těžkosti nemusí být jen důsledkem napětí v rodině a výchovných chyb rodičů. Může jít o geneticky ovlivněné těžkosti, vlivy nepřiměřené (hrubé a necitlivé) kritiky, zesměšňování a podceňování dítěte, nepřiměřeného tlaku na dítě ze strany rodičů či učitelů atp.

Pastorální péče o děti

V pastorálním přístupu k dětem nám mohou být pomoci poznatky dětských psychologů a využití jejich způsobů přístupu k dětem. Tento přístup počítá s tím, že děti jsou daleko citlivější k emocionálním (citovým) nežli racionálním (rozumovým) postupům, že jsou oslovitelnější spíše neverbálními (mimoslovními) nežli verbálními (slovními) formami sociální komunikace, že k nim hovoří více jejich vlastní zážitky, případně zážitky druhých lidí jim v příbězích sdělované nežli „dogmatické výrobky“. Tyto poznatky jsou v souladu se základní zásadou pastorálního přístupu k dětem, která říká, že děti potřebují lásku.

Při setkání s dětmi je na místě nejprve je *pozorovat* – jak si hrají, jak se chovají k druhým dětem i k dospělým (rodičům, učitelům cizím lidem atp.). Na místě je dětem více – déle a pozorněji – *naslouchat*, nežli k nim rovnou začít mluvit, rozpoznávat

(diagnostikovat jejich potřeby, přání a očekávání) a *ptát se na jejich starosti* (co je trápí). Vhodné jsou hrové přístupy, např. typu tázání se dětí na jejich tři přání, na to, co jim dělá největší radost a co jim dělá největší starost atp. Mnohé nám děti o sobě, o svém vidění světa řeknou, např. tím, co nakreslí – viz metodu tzv. „začarované rodiny“, kde děti nekreslí osoby v rodině jako lidi, ale jako různá zvířata atp.

V odpovědích na otázku „jak přistupovat k dětem?“ slyšíme často důraz na nutnost projevení osobního zájmu (osobní zainteresovanosti), projevení bezpodmínečné úcty a respektu k dítěti jako k svébytné osobě (člověku *sui generis*), důraz na autentičnost – opravdovost zájmu o dítě, ochotu dítěti pozorně naslouchat a správně interpretovat to, co vidíme a slyšíme. Snažit se pochopit to, co nám sděluje tak, jak to dítě vidí a prožívá, a ne tak, jak se nám to jeví.

V přístupu k dětem je důraz kladen na *laskavost* a ohled na dětské „já“ u vědomí, že děti mají svá vlastní přání, své vlastní představy, své postoje, osobní normy a způsoby jednání, ale i své nejistoty, obavy a strachy, své vnitřní konflikty, psychická napětí a stresy i distresy (bolestná negativní duševní sevření). Proto je kladen takový důraz na *empatii* – *vcítění se* do „duše“ dítěte, do jeho vnitřního – psychického stavu. Odrazováno bývá od použití tzv. direktivních (nařizovacích) způsobů jednání (např. typu vojenských příkazů), vyžadování poslušnosti bez ohledu na porozumění dítěte tomu, co vlastně má dělat a proč to má dělat.

V pastorální péči jde pak zvláště o poznání duchovního života dítěte – jeho zaměření a směřování. Poznat, co je dítěti hodnotou nad hodnoty, co má rádo, co hluboce miluje, oč mu jde, a naopak i to, co je mu lhostejné a co se ho nijak netýká. Důležité je poznat vztah dítěte k rodičům, poznat, do jaké míry dítě podléhá vlivům hodnot šířených medií (televizí, dětskými časopisy, kamarády, partou atp.). Neméně důležité je třeba poznat, jaký je vztah dítěte ke křesťanským hodnotám a zvláště k Pánu Ježíši Kristu.

V pastorálním přístupu k dětem je dobré být si vědom toho, že děti chápou především to, „jak s nimi jednáme a jak se k nim chováme“ – jak je máme rádi. Naše slova mají až druhořadou platnost. *Vzor křesťanského života* je zde nejdůležitějším pastorálním faktorem. V rozhovoru pak to jsou obrazy a příběhy, co k dětem mluví jim srozumitelnou řečí. Proto je tak důležité moudře využívat biblických příběhů a zvláště Ježíšových podobností. Tyto biblické příběhy a tato podobenství je dobré dětem vyprávět nejen jednou, ale mnohokrát – s osobním vnitřním zaujetím. To je pak výrazně ovlivněno modlitbou za děti – jak před setkáním se s nimi, tak i po rozhovoru s nimi. Neměli bychom zapomenout na to, že v pastorální péči jsme my jen pomocníky (služebníky), ale Pánem, který udílí milost porozumění a pochopení biblických pravd, je někdo jiný.

Rozhovory s dětmi. Jednou z věcí, kterou děti potřebují k životu, je rozhovor s někým, kdo je o stupeň dále na cestě k zrání osobnosti a zrání víry. Takovýto rozhovor se však liší od běžného rozhovoru „učitele se žákem“, kde učitel podle svého vede řeč a žák jen poslouchá. Jde o rozhovor, kde vedoucím je dítě. To nastoluje téma a určuje, o čem se bude hovořit. Ten druhý (rodič atp.) zprvu jen naslouchá a snaží se poznat, oč dítěti asi jde, tj. které otázky chce asi dítě nastolit tím, co říká. V takové situaci je moudré nejen více naslouchat, ale i dát si hodně práce s tím, abychom vystihli otázky, obavy, potřeby, nejistoty a strachy, které jsou v pozadí toho, co dítě říká. Jinak se nám snadno stane, že budeme dítěti odpovídat na něco, nač se neptá, a hovořit o něčem jiném. A když již dítěti odpovídáme, nemusíme se obávat toho, že nebudeme hovořit „jako kniha“. Děti snesou, co učitel češtiny neunes – všelijaké naše vyjadřovací obtíže. Unesou i to, když jim řekneme, že to či ono nevíme. Co však neunesou, je neupřímnost, neoprávdovost a to, když pocítí, že je jen odbýváme.

Výchova vlastním životem. Ralph Martin píše: „Rodiče nemohou své děti naučit žádnému životnímu způsobu, který sami nepraktikují“ (str. 138). Zároveň pak k tomu dodává: „Býti křesťanem znamená podstatně více, nežli jen z paměti odříkávat to či ono vyznání víry, které by se pak děti měly naučit nazpaměť. Žít podle toho, čemu věříme, patří rozhodně k tomu, co děti vychovává“ (139). A k tomuto křesťanskému žití rodičů patří jak jejich osobní vztah k Pánu Bohu a k Pánu Ježíši Kristu, tak i duch (Duch), který v rodině vládne, zapojení rodičů do diakonské i misijní práce křesťanského sboru i vztah k spolubratřím a spolusestrám a k lidem, s nimiž rodiče přicházejí kdekoliv do osobního styku. Děti vycítí daleko citlivěji nežli dospělí lidé, zda rodiče (dospělí lidé) berou své křesťanství jen formálně (na lehkou váhu) nebo zda naslouchají evangeliu proto, aby to změnilo (formovalo) jejich způsoby jednání (jejich život).

Žít křesťansky v nekřesťanském světě. Při rozhovorech s dětmi bychom si měli být vědomi toho, že naše děti daleko citlivěji chápou to, že jejich vlastní křesťanská rodina žije jinak, nežli žijí jiné rodiny (děti). Děti vidí tyto rozdíly často zřetelněji nežli rodiče a kladou si nad tím otázky. Na ty bychom měli reagovat. Častokrát se ptají „proč?“ – např. „Proč tatínek dělá to či ono?“ nebo „Proč jiné děti se smí v neděli dívat na televizi (na piškvorky) a já musím jít s rodiči do kostela?“ atp. Takovéto otázky jsou „pracovním polem“ pomoci dětem ujasnit si, co to je křesťanská víra. Často je dobré na těchto rozdílech dětem ukázat, proč rodiče nedělají to či ono, co jiní lidé dělají, případně i umožnit dětem, aby tyto rozdíly mohly vidět.

Duchovní výuka dětí v rodině. Ve Starém zákoně byl rodičům vodítkem příklad výchovy dětí v rodině, který je popsán v Dt 6,7-9. Takovýto kontakt rodičů s dětmi byl doslova

náboženskou výchovou. Rodiče si museli k tomu vzít čas dětem osobně převyprávět biblický příběh a o něm s dětmi hovořit. Nejen to. Museli i přezkoumat, jak tomu, co jim bylo řečeno, děti rozumí – jak to pochopily. Často se toto „vyučování“ dětí konalo večer před tím, nežli děti usnuly. Mnohdy pak na to navazovaly osobní rozhovory matky či otce s dítětem, při nichž bylo možno nejen zjistit, jaké problémy děti trápí, ale i v dialogu (osobním oboustranně zaujatém rozhovoru) uvádět dětské představy v soulad (harmonii) s Božím slovem. Daří-li se to rodičům, pak může dojít k tomu, co Ralph Martin nazývá: „Možností vidět v jiném – Božím světle to, co se v každodenním životě odehrává“ (143).

Častokrát při těchto osobních rozhovorech s dětmi zjišťujeme, že představy dětí jsou odlišné od toho, co očekáváme. Falešná je zřejmě představa, že děti pochopí to, co jim říkáme, přesně tak, jak my to myslíme (že děti fungují jako učící se automaty). Proto je třeba se děti ptát na to, jak rozumí tomu, co jsme jim řekli, případně proč si to, co jim říkáme, představují jinak. Mnohé se tak dozvíme, co by nám jinak bylo utajeno. Mnohým nedorozuměním tak můžeme zabránit dříve, nežli je pozdě. Velikou pomocí nám přitom je širší a hlubší pohled na svět křesťanské víry, kterého se nám – starším – dostalo díky déle trvající duchovní výchově. A právě tím můžeme být dětem v jejich duchovní výchově pomoci.

Pastorální péče o rodiče

- a. Obecné zásady. Uvedme je zde podle G. R. Collinse (1980, str. 211-215).
- Ukaž, že si vážíš snahy dítěte něco se dozvědět o duchovní tematice i toho, že ti chce naslouchat.
 - Řekni dítěti, že chceš s ním spolupracovat (ne ho „poučovat“).
 - Uvědom si, že jsi jen facilitátor (ten, kdo usnadňuje běh dění) a ne diktátor (ten, kdo nařizuje).
 - Nepoužívej při výchově dítěte jen jednoho jediného způsobu, ale přistupuj k dítěti několika, více různými způsoby.
 - Zjišťuj, jaké představy dítě o dané tematice má, a uvědom si, které z nich jsou správné a které naopak falešné (nekřesťanské), případně které jsou mýty (lidskými smyšlenkami) – a taktně se jich dotkni.
 - Buď citlivý k potřebám dětí i k jejich nejistotám, pochybám, obavám ze ztráty lásky, potřebě autority atp.
 - Svým chováním modeluj (předváděj) dítěti způsob křesťanského života i vedení rozhovoru člověka s člověkem – ukazuj (demonstruj) mu umění naslouchat, vyslechnout a porozumět, neskákat druhému do řeči (nechat ho vypovědět, co

řící chce), mluvit k věci (neodbíhat), neznásilňovat druhého, nemanipulovat jím, neuvádět jej do úzkých, nezahanbovat ho atp.

- Uvědom si, že jednou budeš přebytečný – dítě bude stát na vlastních nohou a podle toho jedne.
- Nezapomeň, že rodič je nejlepším pastoračním pracovníkem dítěte. Je lepším nežli cizí člověk. Připravuj rodiče na tuto funkci. Jde o určitou obdobu tzv. *filiální terapie* – léčby, kterou u dítěte provádějí jeho rodiče.

b. Pastorační péče o duchovní oblast výchovy rodičů

Není marné uvědomit si, že v Novém zákoně to, co je psáno o církvi, platí i o rodině. V pozadí tohoto pojetí je *biblická představa „církve, která je v domě tvém.“* V rodině se podle toho mají odehrávat ty činnosti, o nichž se v bibli píše, že se mají dít v křesťanském sboru (církvi). Oč jde?

V prvé řadě o rodinné bohoslužby – o setkání celé rodiny ke společné modlitbě, ke společnému čtení bible a případnému výkladu přečteného oddílu. Je dobré, když sem může patřit i společný zpěv duchovních písní celé rodiny. Patří sem duchovní výchova všech členů rodiny – nejen dětí, ale i rodičů (viz tzv. osobní čtení bible, osobní modlitby jednotlivých členů rodiny atp). Patří sem misijní angažovanost rodiny a diakonská služba rodiny. Patří sem i snaha všech členů rodiny – individuálně i společně – o realizaci (uskutečňování) života osloveného evangeliem.

c. Vzdělávání dětí

Zásady toho, jak provádět vzdělávání dětí, uvádíme zde podle G. R. Collinse (1980, s.214):

- Uč se vidět svět tak, jak ho vidí dítě, s nímž přicházíš do styku.
- Uč se chápat (prožívat) emoce takového druhu, jaké právě v té chvíli prožívá dítě, s nímž jsi ve styku.
- Uč (svým příkladem i slovem) dítě naslouchat druhému člověku, když s ním hovoříš.
- Uč dítě chápat, oč druhému člověku jde – i oč jde tobě, když s ním mluvíš.
- Uč dítě vyjadřovat otevřeně, zřetelně a srozumitelně přání, myšlenky, představy, postoje a názory.
- Uč dítě pravidlům vedení dialogu – a předváděj mu je svým chováním v rozhovoru.
- Uč dítě orientovat se v prioritách – v tom, čemu dávat přednost před čím jiným.

Předcházení – prevence výchovných obtíží v rodině

Mnohým těžkostem v rodinách je možno předejít. Jak?

Vzděláváním rodičů. Pravdou je, že každý rodič prošel nějakou formou výchovy u svých rodičů. S jinými formami výchovy dětí se v životě setkal ve svém mládí. Není

však na škodu dozvědět se něco více – „zvýšit svou výchovnou kvalifikaci“ před tím, nežli se narodí v rodině první dítě, případně i po té – avšak dříve, nežli se v rodině zakoření falešné výchovné praktiky.

Tomuto vzdělávání rodičů slouží výše (v kapitole o manželství) uvedené kurzy pro snoubence a novomanžele, které mají zařazenu tematiku výchovy dětí. O problematice rodiny a výchovy dětí vyšlo u nás celé množství knih, které mohou být rodičům k dobrému. Na některé z nich upozorňujeme v závěru v seznamu doporučené literatury.

Vzdělávání rodičů pomáhá i návštěva bohoslužeb a sledování kázání, zvláště pak těch, jejichž tematika se týká rodiny. V závěru této kapitoly uvádíme příklad tematické náplně takovéhoto biblických uvažování nad desaterem Božích přikázání. V křesťanském společenství (ve sboru) se však též konají občasně přednášky s tematikou křesťanské rodiny. Obdobně je tomu s články v křesťanském tisku – v týdenících, časopisech atp.

Zvláštní – do určité míry moderní formou výchovy rodičů jsou tzv. retreats – setkání rodičů, případně rodičů s dětmi, kde je dávana možnost vzájemného sdílení a sdělování si vlastních (dobrých i špatných) zkušeností v malých kroužcích rodičů. Informace o nich je možno nalézt v křesťanském tisku.

Kurzy. Pro rodiče jsou sbory nebo skupinami sborů organizovány speciální kurzy výcviku – např. umění naslouchat a vedení dialogu – viz např. Anglický vzor Acorn Listening Trust, který je organizován i u nás (viz knihu Křivohlavý, 1993, která je do určité míry učebnicí takového kurzu). Ve světě existují i obdobné kurzy nácviku tvořivého řešení konfliktů, nácviku kázeňských postupů rodičů atp.

Z hlediska prevence mají svou cenu i přerůzné formy *povzbuzování* rodičů v jejich nelehkém úkolu. Toto povzbuzování může a má se dít v prvé řadě při vzájemných setkáních rodičů, kde se sdílejí nejen těžkosti, ale myslí se i na povzbuzení jedné rodiny druhou. Má znít z kazatelen při bohoslužbách i ve shromážděních všeho druhu, kde může mít např. formu projevení vážnosti a respektu k výchovné činnosti rodičů.

Odborné poradny. Na začátku této kapitoly jsme uvedli názvy některých institucí, které rodičům pomáhají v jejich nelehkém úkolu. Je správné vědět o nich, vážit si jich a doporučovat jejich službu rodičům.

Otázky rodičovské disciplíny a kázně

Mnoha těžkostem v rodině je možno předejít tam, kde je v rodině dobrá kázeň. Pravdou však je, že tato tematika nepatří k oblíbeným předmětům jak odborné literatury, tak

rozhovorů. Zároveň je však pravdou, že v málokteré oblasti výchovy dochází k tolika chybám jako v rodinné kázni.

Oč jde? Termín kázeň – disciplina má blízko k termínu „žák“ – latinsky „discipulus“. A žák je tím, kdo se chce (a nejen má) od druhého něčemu naučit. V daném případě pak „naučit se slušně chovat.“ Co to však znamená?

Existence řádu a pravidel. V chaosu je těžké se orientovat. Řád umožňuje lepší přehlednost, srozumitelnost a orientaci v každé oblasti – i v oblasti vzájemného styku lidí. Chceme-li, aby se dítě slušně chovalo v rodině – i mimo ni – pak musíme takovýto řád doma mít, případně jej zavést. Pravdou je, že křesťanské učení nám dává mnohé podněty pro to, jaký by tento řád měl být. Desatero Božích přikázání může být příkladem takovéhoho řádu. Proto mu věnujeme v následující kapitole větší pozornost.

Nestačí jen řád stanovit (mít). Je třeba v rozhovorech tento řád učinit srozumitelným všem členům rodiny a důsledně jej zachovávat. Ne pro řád samý, ale z toho důvodu, že nám je v životě pomoci.

Dodržování řádu je třeba posilovat a případně i vyžadovat. Tam, kde jde o jeho posilování, mluvíme o pochvalách a tam, kde jde o jeho vyžadování, pak o trestech. Obojího je ve výchově zapotřebí.

Pochvaly. Pochvalou se rozumí vyjádření radosti nad tím, že např. dítě se chovalo, jak se – podle rodinného řádu – chovat má. To, že tomu tak bylo a že jsme si toho všimli, je možno vyjádřit různým způsobem. Nemělo by to však uniknout naší pozornosti a neměli bychom kolem toho chodit nevida a neslyše.

Zákonitosti učení nám napovídají, že zprvu by mělo být každé poprvé se objevující poslechnutí řádu odměněno, a to co nejdříve a výrazně. Později můžeme přejít na systém odměny každého druhého, pátého, desátého atp. nebo ještě lépe každého v průměru pátého, desátého atp. žádoucího projevu – jen by se na toto tzv. „*posilování*“ nemělo nikdy zapomenout.

Vhodně udělená pochvala má několikanásobný vliv na dítě. Je mu připomenutím toho, že jej rodiče sledují. Je mu obrazně řečeno „kapkou uznání“ za jeho snahu. Je mu „kamínkem“ do stavby jeho sebehodnocení a to má vliv na jeho zdravou sebeúctu. Že jde zároveň o posílení toho jednání, které bylo podnětem pro pochvalu, to není třeba připomínat.

V poměru k druhému druhu jednání při udržování řádu – k trestům – by měla platit úměra minimálně 5:2, tj. na pět pochval maximálně dva tresty (výtky).

Tresty. Hovořit dnes o trestání dětí je nebezpečné. Není to moderní. Moderní je hovořit jen o tom, že trestání dětí je jejich týráním – a nezmínit se přitom o tom, jak se chovají a čeho se dopouštějí ty děti, které moudrou kázeň v rodině nepoznaly. Moderní

je hovořit o tom, že děti od přirozenosti vědí, co je dobré a správné – i když je to zcela falešná ideologie. Moderní je propagovat zcela liberální formu výchovy, která nezná tresty – a zavírat oči před tím, k čemu tato výchova masově praktikovaná v některých částech světa vedla. Vzdor tomu je možno konstatovat, že v bibli se o trestech při výchově hovoří.

Biblické zmínky o výchově dětí hovoří o řádu a jeho dodržování a obsahují velice konkrétní rady typu „co dělat, když tento řád není dodržen“ – když děti neposlechnou. Na mnoha místech přitom hovoří o „metle“ či „metličce“. Příkladem mohou být některé verše z knihy Přísloví: 3,12; 23,13; 22,15; 13,24; 29,17 atp. Obdobně viz i knihu J. Siracha 30,7-9 a 12 atp. Ralph Martin (1982), který věnuje otázce rodinné kázně mimořádnou pozornost, píše: „Trest slouží k tomu, aby se dítěti ujasnily následky jeho chování, které bylo důsledkem toho, že neuposlechl rodičovské rady“ (str. 146). Tam, kde k tomu je použita ona pověstná metlička, tam to R. Martin chápe jako „podpoření slova rodičů jednoznačným, pro dítě citlivým a rychle provedeným způsobem.“ Přitom pevně drží své pojetí, které říká, že „kázeň je nedílnou složkou rodičovské lásky“ (146). Je mu jasné, že dítě, kterému rodiče nedají zřetelně najevo, že to, co v neposlušnosti udělá, má negativní následky. Tím vlastně rodiče pomohou toto nežádoucí jednání v dítěti zakořenit. Pokud jde o pojetí trestu, je Martinovo přesvědčení jednoznačné: „Rodičovská disciplína tu není proto, aby dítěti způsobila bolest, ale aby jim umožnila prožít další jejich život v klidu a pokoji spravedlivého života“ (148).

Trestání podle tohoto pojetí není libovůlí, ale má zcela přesný řád. Ten říká jasně, co se nesmí a co se na druhé straně musí. Připomeňme si to:

Co se při trestání *nesmí*:

- Nesmí se trestat impulzivně, svévolně a náladově.
- Nikdo nesmí dítě trestat, když je sám rozzlobený.
- Nesmí se trestat bez lásky – nelaskavě (Ef 6,4).
- Nesmí se trestat chladně (strojově), bez vlastní emocionální účasti – empatie trestajícího.
- Nesmí se trestat nespravedlivě, ale vždy jen v souladu s daným řádem.
- Nesmí se trestat tak, aby to dítě ponížilo (snížilo jeho hodnotu v jeho vlastních očích či u druhých lidí).
- Nesmí se trestat nedůsledně – někdy ano, jindy ne.
- Nesmí se trestat tam, kde oba rodiče nejsou zajedno v tom, co se má udělat.
- Nesmí se trestat před druhými lidmi.

Co se při trestání *musí*:

- Vše se musí dít v lásce.
- Dítě musí vědět, za co – proč je trestáno.
- Dítě musí být přesvědčeno, že trest je spravedlivý.
- Trestání musí být zařazeno do rámce laskavého osobního vztahu rodiče a dítěte.
- Dítě musí být přesvědčeno o tom, že trest je spravedlivým upozorněním na jeho neposlušný čin.
- Potrestat může rodič jen tehdy, když si je jist, že druhý rodič s ním plně souhlasí.
- Brát ohled na to, zda dítě neposlušný čin nespáchalo ve chvíli, kdy bylo moc unavené, nemocné, poloospalé, případně bylo přítom negativně ovlivněno svým handicapem (zdravotním postižením).
- Brát ohled na to, zda dítě mohlo pochopit a pochopilo, oč jde, když se projevilo neposlušně.
- Tam, kde rodič omylem či neprávem dítě potrestal, měl by se dítěti za to omluvit a požádat ho o odpuštění.

Kdy – za co – má být dítě trestáno (uvedeno podle R. Martina, 1982, str. 151):

- I. Když rodič dá předem jasný, dítěti dobře srozumitelný příkaz (stanoví přesně, co je třeba dělat, případně co se dělat nesmí) a dítě ho (z vlastní vůle či svévole) neposlechne.
- II. Když dítě svévolně neuposlechne určitého důležitého pravidla či řádu společenského života. – např. dopravního předpisu, který stanoví, jak se mají chodci chovat na frekventované ulici nebo když např. jedno dítě uhodí druhé dítě atp. R. Martin však zároveň říká, že takovýchto pravidel či řádů nesmí být mnoho, aby je dítě stačilo chápat.

Jak trestat:

- a. Co nejdříve po tom, kdy došlo k neposlušnému činu.
- b. Mezi čtyřma očima – bez „publika“, před nímž by trestané dítě bylo trestem poníženo.
- c. Citelně – ne jen symbolicky, avšak nikdy ne tak, aby dítě bylo zraněno.
- d. Slabým proutkem – metličkou, řemenem.
- e. S pocitem vlastní osobní bolesti trestajícího (bolí ho to, že musí své dítě trestat).
- f. S vysvětlením dítěti toho, proč je trestáno – za co (co udělalo)
- g. Mluvit s dítětem o tom, proč trest je považován v daném případě za spravedlivý a nutný.
- h. Laskavý hovor s dítětem po provedení trestu a smíření dítěte s rodičem (včetně žádosti dítěte o odpuštění a udělení odpuštění rodičem).

ch. Ujištění dítěte o tom, že ho rodič, který ho musel potrestat, vzdor tomu, že ho potrestal, má rád a bude ho mít rád i nadále jako své milované dítě.

Dětský smysl pro spravedlnost. Ukazuje se, že děti mají mimořádně vyvinutý smysl pro spravedlnost. Jsou velice citliví k tomu, aby jim nebylo ukřivděno. To je třeba mít na mysli a před trestem citlivě zjišťovat, zda dítě považuje trest, který má dostat, za spravedlivý. Je-li tomu tak, pak je možno zažít opravdové uvolnění vnitřního napětí dítěte, když trestem bylo spravedlnosti učiněno zadost.

Na závěr uvedme některá pravidla pro výchovu dětí podle Landruma Bollinga:

- Přijmi fakt, že být rodičem je jedním z nejdůležitějších tvých úkolů v životě a podle toho si na dítě udělej (dělej) čas a šetři si na to energii (i trpělivost).
- Zamysli se v klidu nad tím, co to asi znamená být rodičem a vychovávat své dítě – i sebe k tomu, abys byl dobrým rodičem.
- Nikdy nepovažuj své děti za prodloužení své vlastní osoby.
- Měj upřímnou radost z toho, že máš děti a ničím si ji nedej vzít.
- Miluj opravdově své děti a cele jim důvěřuj.
- Očekávej „něco“ od svých dětí – a žij v naději.
- Buď k svým dětem upřímný a čestný.
- Nesnaž se své děti „vlastnit“ a dovol jim, aby si stále více – jak jejich věk se zvyšuje – vytvářely svůj vlastní život.
- To nejlepší, co mohou rodiče pro děti udělat, je předávat je Pánu Bohu – a pečovat o ně tak, jak on si to přeje.

11. ŠIRŠÍ POHLED NA RODINU A MANŽELSTVÍ

Z toho, co bylo v předcházejících kapitolách uvedeno o manželství a rodině, by bylo možno se domnívat, že to jediné, co nám křesťanství říká k tomuto tématu, je to, co je uvedeno tam, kde se v bibli výslovně používá slova (termínu) „rodina“ a „manželství“. To by byl však velice zúžený pohled na věc. Křesťanský pohled na rodinu je podstatně širší. V této poslední části chceme naznačit, co rozumíme širším pohledem. Chceme zde ukázat, jak problémy, které se vyskytují v manželství a rodině, je možno (i je třeba) vidět i např. v zorném úhlu Desatera. To má širší „záběr“. Zabývá se větším spektrem problémů nežli jen ty verše o rodině, které jsme výše uvedli. Vzdor tomu je možno se domnívat, že problémy, které se v rodině a manželství vyskytují, řeší

Desatero do větší hloubky. Bohatství toho, co se v rodině odehrává, vystihuje tak podstatně lépe.

Poznámka: Autor byl k tomuto pohledu na pastorální péči o rodinu uveden mimo jiné serií přednášek Johna Turnera v „Edelweis“ ve městě Heiligenkreutz v Rakousku v r. 1997 o aktualizaci a aplikaci starozákonních textů. Rád by poděkoval Johnu Turnerovi za osobně (v r. 1998) sdělené povolení k užití některých z jeho myšlenek v této publikaci. Text však není zápisem těchto přednášek.

Desatero (Ex 20,1-17) – deset podnětů pro nadějně (morální i duchovní) usměrnění našeho života. Deset pohledů na život člověka, jak se jeví v Božím světle. Proč nám bylo desatero dáno? Aby nás ochraňovalo, aby nám bylo pomoci v naší orientaci na křižovatkách života. Postupuje asi tak jako matka, která říká svému dítěti: „Nesahej na plotnu, je horká“ nebo jako dopravní předpisy, které říkají: „Dej přednost vozidlům na hlavní silnici, mohly by do tebe narazit.“ Desatero stanoví řád, pravidla a „mantinely“ v podstatě svobodnému, avšak odpovědnému životu.

Co nám toto Desatero říká dnes pro náš osobní, manželský a rodinný život?

I. Já jsem Hospodin, Bůh tvůj... nebudeš mít jiných bohů přede mnou.

Pořadí rad (příkázání) v desateru není náhodné. To nejdůležitější je zde hned na prvním místě. A říká nám, co máme klást na první místo v žebříčku hodnot i ve svém myšlení a jednání. Jeden pokus se týká naznačení toho, co se rozumí slovem „bůh“, říká: „Rozumí se jím vše, co ovládá tvůj život“.

Když se toto slovo píše s velkým písmenem na začátku („Bůh“), pak se jím v bibli rozumí ten, který je Stvořitelem.

Když se slovo „bůh“ píše s malým písmenem na začátku (b) – bůh jako bůžek, pak je jím to, čemu bible říká „modla“. A modlou se v bibli rozumí jakákoliv hodnota (věc, idea, instituce či člověk v jednotném nebo množném čísle), tj. vše jiné, nežli to, co rozumíme slovem Bůh. Tím, že se tomu dává přednost před hodnotou číslo jedna (před Bohem), tím se to stává v podstatě falešnou (nepravou) hodnotou. Modlou či bohem (bůžkem) může být např. milování peněz „nade všechno“ (touha zbohatnout), něco mít (vlastnit) „za každou cenu“, „mít moc“ (být v čele, na vrcholu, první v řadě, něco řídit, moci někomu něco nařizovat atp.), získat přízeň (lásku, úctu atp.) zcela určitého člověka nebo určité skupiny lidí (v politické straně, v podniku, v zaměstnání atp.), být „někdo“ – rozumějme „někdo, koho druzí pro to či ono obdivují“ (ve sportu, v uměleckém životě, ve škole, v oboru atp.) atp. Bohem s malým „b“ se může stát prostě všechno možné. Mohou se jím stát nejen věci „zlé“ (např. chtít někoho zničit), ale i věci jinak dobré (např. manžel či manželka, případně i rodina

či vlastní dítě atp.), když se stanou tím, co je nám hodnotou nad hodnoty, a když vše ostatní (včetně Pána Boha) se nám stane tím vedlejším.

Za této situace není marné podívat se na naši vlastní stupnici hodnot, na naše priority, tj. na to, čemu dáváme přednost (prius v latině znamená přední, prior pak přednější). Příkladem správné orientace na křížovatkách života nám může být jak slovo ze Starého zákona (Joz 24,14-15), tak slovo Pána Ježíše Krista z Nového zákona (Mt 6,33).

Sonda (vhled, hlubší pohled) do našeho žebříčku hodnot (našich priorit):

A. *Na co a za co vydáváme peníze?* Bible nám zde udává určitý podnět: Dt 14, 22-29. A apoštol Pavel se nás ptá, zda to, za co vydáváme peníze, je „ k slávě Boží“ ? (1 K 10,31).

B. *Jaké jsou naše zájmy* – co motivuje (usměřňuje) naše jednání? Co upoutává naši pozornost, na co myslíme – a na co myslíme nejčastěji (nejvíce)? Co bychom si přáli? Oč usilujeme? Oč opravdu stojíme? Co nás dovede nadchnout a strhnout, svést a vést k určité činnosti? O čem rádi něco slyšíme – co rádi posloucháme? Tak je možno si ujasnit žebříček vlastních hodnot (priorit). Do jaké míry je to v harmonii s biblickým slovem o naději nalezení té nejpodstatnější hodnoty (Jr 29,12-14)?

C. *Naše přátelské vztahy* naznačují též, jaké jsou naše priority – co je nám hodnotou nad hodnoty. Zde je možno se ptát: „Kdo jsou našimi nejbližšími přáteli?“, případně „kdo jsou přáteli našich dětí?“ Koho zveme k nám domů na návštěvu a koho navštěvujeme? Kam mají ti, s nimiž se přátelíme, v životě zaměřeno? Bible nám mluví i do těchto otázek: Př 27,19 a Př 12,26 atp.

D. *Hospodaření s časem.* O tom, co je nám „nade vše drahé“, něco vypovídá i to, čemu věnujeme to nejvzácnější, co na světě máme k dispozici, tj. čas (Ef 5,10-17). Ptáme se, jak moudře (biblicky moudře) využívat času, který nám byl v životě dán k dispozici (darován)? Jak mnoho času věnujeme denně modlitbám, čtení a rozvažování biblického slova (biblické meditaci – meditaci nad Božím slovem), společným rodinným bohoslužbám (sejitím rodiny nad Božím slovem), misijní a diakonské činnosti atp.?

E. *Sociální opora.* V životě jsou chvíle radostné i žalostné. Právě v těch těžkých chvílích hledáme u někoho oporu. Obracíme se na něho v naději, že nás vyslyší, že nám porozumí a že nám pomůže. Otázkou je „Kdo“ je tím, na koho se v takovýchto těžkých životních chvílích obracíme. Nejde však jen o chvíle těžké. Neméně důležité, ba často ještě důležitější je to, na koho myslíme a komu (čemu) děkujeme ve chvílích, kdy jsme šťastni.

II. Nebudeš věřit přeludům

Termínem „přelud“ (idol) se rozumí vše, co odvádí naši pozornost od Pána Boha – i když je to podle řady různých (i křesťanských) měřítek dobré. Slovy „vytvořit si z něčeho či někoho svádívý přelud“ se rozumí vážit si toho v životě více nežli Pána Boha. Ukazuje se, že se vždy najde něco, co si lidé postaví jako cíl či vrchol svého toužení a snažení. Ve Starém zákoně je řada příkladů takovýchto svádívých přeludů. Pohanský bůh Baal byl symbolem sexu. Pohanský bůh Mamon byl symbolem bohatství. Moloch byl symbolem moci a násilí. To bylo. I dnes je možno vidět, jak si lidé vytvářejí takovéto přeludy (tušení žádoucího cíle všeho snažení). Pomáhá jim v tom reklama, televize, rádio, kino, noviny, rozhovory s druhými lidmi atp. I dnes se lidé často až bezhlavě ženou za penězi, za sexem, za vyšším místem, výnosným podnikem, vyšším postavením (společenským statusem) atp. Vyšší efektivita (výkonnost) a zisk se stávají přeludem štěstí, stejně jako vidina velkého zahraničního vozu, domu, chaty či cest do zahraničí atp.

Nejde jen o dospělé lidi. Jde i o děti. I v jejich výchově jde o sdílení žebříčku hodnot a vytváření přeludů. O čem se dětem říká, že to je „to nejdůležitější“? Např. „být úspěšný“ znamená často totéž jako „být šťastný“ – a přece je to přelud, stejně jako domněnka, že být bohatý znamená být šťastný atp.

Proč jsou takovéto přeludy nebezpečné?

A. *Protože jejich slib trvá tak dlouho, nežli se k cíli dostaneme.* Potom obvykle zjistíme, že to nebylo to pravé, že se slibované štěstí nedostavilo. Nevěřit falešným slibům všelijakých přeludů nás může uchránit zklamání. Přeludy (idoly) slibují, co nikdy nemohou splnit (Dt 4,15-16).

B. *Přeludy mají moc uchvátit naši mysl a stát se pánem života* (1 K 12,2). Podaří-li se jim naši mysl obloudit, svedou nás na zcestí a budou nás k sobě neodolatelně táhnout. Kdo se kdy setkal s lidmi, kteří propadli drogám, ví, o čem zde mluvíme. A drogou může být mnohé – nejen to, co má přitažlivou „chemii“. Drogou je např. i hráčská vášň (viz elektronické herní automaty, počítačové hry a lidi, kteří této vášni propadají). Takovýmto přeludem (drogou) se může stát zamilovanému i člověk (milanka nebo milenec), vysoké místo, kariéra, určitý titul, některá hodnota atp. Stejně jako máme dnes alkoholiky, máme i „workholiky“ – lidi, kteří vášnivě rádi pracují. Touhy vytvořené těmito přeludy řídí náš život – podobně jako kočí řídí koňský povoz nebo řidič řídí chod auta. Nic nepomáhá zde tvrzení postiženého (toho, kdo danému přeludu podlehl): „Když budu chtít, okamžitě s tím přestanu.“ Nepřestane. Nemá na to dost síly. Přelud ho drží cele v zajetí.

C. *Přeludy přetvoří, změní, deformují osobnost člověka* (Ž 115,4-8) podle svého vlastního obrazu (přání). To, co je nám tím „nejmilejším“ v životě (co milujeme nade vše), si upraví naši osobnost podle svého obrazu. Kolikrát slyšíme o někom: „Býval to takový veselý a šťastný chlapec, ale teď...“. Něco z této síly přeludů je možno vidět např. na úpravě vzhledu (šatů i vzhledu obličeje) podle módy, podle vzoru filmových hvězd či populárních herců a zpěváků, podle volby aut (dle standardu, který určují lidé z majetnější společenské skupiny) atp. V bibli nám o této změně něco říká příběh s bohatým mládencem, který přišel za Pánem Ježíšem Kristem, avšak neměl dost sil, aby se rozloučil s tím, co měl. Ukazuje se, že přelud nás nejen změní, ale dokonce nám nedovolí, abychom se vrátili na nadějnou cestu života.

D. *Přeludy odvádějí naši pozornost od Boží cesty*. Jsme-li tím či oním přeludem oblouzeni, jsme nepozornými křesťany. Přeludy se neustále tlačí či přímo derou do našeho vědomí a tam opanovávají sféru toho, nač myslíme a čím se řídíme.

Proč si vytváříme takovéto přeludy?

- a. Protože si chceme konkretizovat (zpodobnit a zmotnit) to, co považujeme za to nejdůležitější a nejhodnotnější v životě. Chceme si umístit Pána Boha do nám známé dimenze, a tak ho mít pod kontrolou.
- b. Protože chceme omezit Boží velikost. Svou vlastní lidskou omezeností nejsme s to pochopit Boží dimenzi, a tak si ho představujeme podle svého. Jde vlastně o opak toho, co čteme na začátku bible (Gn 1,27), že „Bůh stvořil člověka k obrazu svému.“ My si tím, že si vytváříme přelud (idol), vyrábíme své vlastní pojetí boha – podle svého obrazu. Upozorňoval na to již Sigmund Freud. Ušlo mu však, že toto není to, co je v jádru křesťanství, ale jen ve falešném postupu myšlení některých lidí. Chceme, aby tento náš přelud (modla) odpovídal našim lidským normám, aby byl jako my. Nechceme, aby byl jiný – svatý – jak o něm mluví bible.
- c. Protože chceme boha, který by nás poslouchal. Nechceme Boha, o němž hovoří bible. Chceme pohádkového džina, tj. mocného ducha, který by nám byl k dispozici, kdykoliv si zamaneme, a pomáhal nám splnit všechna naše přání.

Druhé přikázání desatera nás na tato nebezpečí upozorňuje a varuje nás před nimi – jako dopravní značka, která nám říká: do této ulice nejezdi, je to slepá ulice.

III. Povinná úcta k Božímu jménu – Nevezmeš Boží jméno nadarmo

Oč jde, to pochopíme, když si uvědomíme, jakou hodnotu má pro nás naše vlastní jméno. Bylo tím prvním, čeho se nám v lidské společnosti dostalo. Je tím posledním,

co se lidem o nás sděluje, když odcházíme na věčnost. Setkáme se s ním jak v občanské legitimaci, tak na vysvědčeních, úředních dokumentech (včetně oddacího listu), na rodném listě dětí i na úmrtním oznámení.

Jméno představuje charakter – moderně „image“ (česky „obraz“, tj. symbolickou zkratku kvality člověka). Stačí, když řekneme určité jméno (např. Abraham, Izák, Jákob, Mojžíš, David, Šalomoun, apoštol Pavel, Petr atp.) a vynoří se nám obraz charakteru daného člověka. Je tomu tak i u charakterů všelijak problematických – viz např. jméno Napoleona, Hitlera, Lenina, Stalina, Anatolaha Chomejniho, Sadama Husejna atp. – i u lidí, kteří patří ke kladnému pólu osobností – např. Dr. Albert Schweizer, Matka Teréza atp. Oč jde, to nám naznačuje průpověď o tom, že někdo „dělá svému jménu čest“ (či naopak ostudu). Změna jména, s níž se v bibli setkáváme, znamená obvykle i změnu charakteru – viz změnu jména z Abrama na Abrahama, z Jákoba (toho Istivého) na Izraele (statečně bojujícího s Bohem) atp.

Přísaha

Nemáme v Božím jméně přísahat. Přísaha je příznakem toho, že někde něco není v pořádku. A to bychom neměli Božím jménem zastírat (zamaskovávat). Proč vlastně přísaháme?

- A. *Přísaháme proto, abychom udělali na někoho dojem.* Zdá se, že přísaha byla původně určitou formou modlitby. Tento význam se však časem setřel a zbyla jen liturgická forma přísahy. Je tomu do určité míry obdobně jako s pozdravem „S Bohem“, který byl z počátku smysluplný, avšak časem ztratil svůj hodnotný náboj a stal se zvykovým, avšak prázdným výrazem – „sbohem“.
- B. *Přísaháme proto, abychom se měli na koho vymluvit* (Lv 19,12). Když to, co přísahou slibujeme, nevyjde, pak to svedeme na toho, v jehož jménu jsme přísahali.
- C. *Přísaháme proto, abychom někoho zastrášili.* Při přísahání děláme dojem, jako bychom to, o čem hovoříme, měli předem s Pánem Bohem osobně domluveno. Jako by to, oč jde, byla jasná Boží vůle – nám předem zjevená. Tak při přísaze vlastně hrozíme Božím jménem, že když někdo nebude věřit tomu, co slibujeme, proviní se proti samému Pánu Bohu. Jde o určitou dobu falšování podpisu – o duchovní padělání Božího podpisu.
- D. *Přísaháme proto, abychom druhé lidi uzemnili* a vyšší mocí ujistili, že to myslíme vážně. V podstatě se tak stává Boží jméno určitým klišé – pouhou slovní vazbou.
- E. *Přísaháme proto, abychom dali průchod své impulzivité* (silné emoci a mocné vůli). Slovo Bůh se tak stává pouhým citoslovcem – jako je tomu např. při zvolání „Proboha, nech toho.“ Třetí přikázání nás tak varuje, abychom nepoužívali Božího jména bezmyšlenkovitě a nevyprazdňovali jeho význam (Iz 29,13). K tomu nemusí

docházet jen při přísaze. To se nám může stát i při zpěvu písní (nejen světských, ale i duchovních), při běžném rozhovoru i při modlitbě atp.

V čem spočívá pravá úcta (reverence) k Božímu jménu?

Boží jméno je zvláštní – viz Ex 3,14: „Jsem, který jsem“, případně i – podle Martina Bubera – „Budu takový, jaký budu“. V bibli se vyskytuje toto jméno v různých podobách – EL – ELOHIM – EI ŠADAJ – JEHOVA , ale i ADONAI (Pán, Hospodin atp.), případně Láska (1 J 4, 8) atp.. Je to ten, který byl, jest a bude sám svůj. My jím nedisponujeme. Víme o něm jen to, co on sám nám dal o sobě vědět. Je jiný, nežli jsme my. I to je v pozadí významu slova „svatý“ (tj. od nás odlišný). Jak o něm mluvit s jemu příslušnou úctou?

- a. Hovořit o něm s láskou – mluvit o něm v lásce (Ž 29,1-2)
- b. Hovořit o něm v naději a s očekáváním (Ž 9,10-11)
- c. Vyslovovat jeho jméno nejen slovem, ale i mimoslovně (neverbálně), ba dokonce celým způsobem svého života, tj. tím, co děláme a jak to děláme, jak žijeme a jak se chováme k lidem milým i ne tak milým, ba dokonce i k nepřítelům. Vynořuje se zde otázka, „jakou reklamu děláme svým životem (tj. tím, jak žijeme) Pánu Bohu?“ Lidé slyší nejen to, co my říkáme slovy, ale dívají se i na to, co děláme, a z toho usuzují na to, s kým se stýkáme a kdo tento „jím neznámý“ asi je.
- d. Vyslovovat jeho jméno s postojem plného spoléhání se na něj, na jeho důvěryhodnost a milost Ž 33,11a. Z našeho postoje k němu by měli lidé odečítat, že nám je oporavdu „drahý“.

To, co bylo řečeno o Božím jménu, platí obdobně i pro jméno Pána Ježíše Krista. On je „mostem“ od nás k Pánu Bohu (J 20,31).

Úcta k Božímu jménu v naší řeči (v našem mluvení) nás vede k vyčištění z ní všeho, co tam nepatří. Bylo by však chybou domnívat se, že to je záležitostí jen mluvnice. V podstatě zde jde o zdroj, odkud to vše (naše mluvení) vychází, tj. o naše srdce.

IV. Den Božího pokoje a klidu

Oč jde? Jde o to udělat si čas na Boží věci. A čas má často větší hodnotu nežli peníze. Jde však i o náš postoj k odpočinku. O moudré rozdělení času na čas práce a čas odpočinku. Je falešnou představou, že odpočívání je hřích. V bibli není pro to žádné opodstatnění. V tomto přikázání jde o radu typu: co dělat, abychom se nedostali do stresu a distresu (Křivohlavý, 1994), případně abychom se nepropadli do stavu vyhoření (burnout – viz Křivohlavý, 1997). Pro některé lidi (tzv. workholiky) je to příkaz odpočinout si od drogy zvané práce. O osvobození se od určité obdoby antické ideje sílaka

Atlase, který na svých zádech nesl celou zeměkouli – obrazně pak jde o osvobození se od starosti o celý svět. O blahodárnosti odpočinku pro lidi vážně pracující čteme jak ve Starém zákoně (Ž 23,3), tak v evangeliích (Mk 6,31-32).

Situace je hlubší, nežli by se dalo vyjádřit termínem „zanechání vši práce na 24 hodin.“ Jde o to smířit se s poznáním, že nemohu udělat vše, co bych udělat chtěl a měl, že mé možnosti jsou omezené v porovnání s mými fantaziemi, představami a povinnostmi. Nejen to. Jde i o odpoutání se a vyvázání se z falešné představy, která říká, že člověk je to, co dělá, tj. měření hodnoty člověka podle jeho výkonu (Kaz 7,15).

Proč je třeba dne odpočinku?

- A. Potřebujeme si odpočinout, aby nás nezmohla únava (Mt 11,28-29).
- B. Potřebujeme mít čas pro rodinu (Kaz 9,9). I pro návštěvu bohoslužeb celou rodinou. Průzkum provedený v amerických sborech v posledních letech ukázal, že ti, kteří tam chodí, byli k návštěvě bohoslužeb přivedeni v 15% přáteli, v 40% matkou a v 80% otcem.
- C. Potřebujeme čas na návštěvu přátel a těch, kteří stojí poměrně stranou lidského kontaktu (např. z důvodu těžké nemoci, stáří, osamění atp.)
- D. Potřebujeme čas na návštěvu bohoslužeb (Ž 122,1). Obrazně bychom dnes mohli hovořit o potřebě „změnit rádiovou stanici“ nebo o potřebě zaměřit náš radar nebo gyroskop cele na Pána Boha a na službu bližním (Ž 95,6). Otázkou však je, kam je náš radar zaměřen (na které priority)?

Slyšíme kolikrát větu: „Já jsem pánem svého času.“ Otázkou je, není-li moudřejší nechat nad svým časem panovat Pána Boha a poslechnout, co on nám radí, jak bychom se svým časem měli zacházet. Sobota byla učiněna pro člověka a ne k tomu, aby člověk s ní manipuloval podle svého. Pán Bůh je Pánem soboty.

V. Úcta k rodičům

Úcta (respekt) v mezilidských vztazích se rodí z úcty k rodičům. Pán Bůh nám je postavil viditelně před oči a žádá na nás, abychom měli bezpodmínečnou úctu k nim. Máme k nim mít úctu, i když se nám to či ono na nich nelíbí, i když s něčím nesouhlasíme a máme v něčem jiné představy, názory a postoje. Tato úcta vede ke zdvořilosti. Té se musíme v životě učit – často s vědomím, že 100% ideální není nikdo ani nikdo z rodičů. Průzkumy ukazují, že lidé, kteří si více váží rodičů a mají k nim větší úctu, jsou méně nervózní a nepropadají se tak moc do stresu (Collins, 1980). Opačně je tomu u lidí, kteří říkají: „Mně nikdo nic nebude říkat, co mám dělat.“

Jak se projevuje úcta k rodičům

A. *Poslušností.* Je dobré (zvláště u malých dětí) uvědomit si, že Pán Bůh si použil právě mých vlastních rodičů k tomu, abych se já mohl narodit a abych mohl přežít dobu nejranějšího dětství, kdy dítě je tvorem neschopným samostatné existence. Poslušnost je odpovědí na tuto skutečnost. Pro dospívající je zase dobré zdůraznit, že „mít rodiče“ není tak zcela samozřejmé – a je třeba počítat s tím, že přijde doba, kdy je již mít nebudeme. I to může být podnětem k tomu unést některé z jejich názorů, které jsou odlišné od našich vlastních.

B. *Nasloucháním jim* (Př 23,22) a mluvením s nimi. Jde o minimální projev zdvořilosti, který spočívá v tom, že druhého pustíme ke slovu a nasloucháme mu, když mluví. Jde o to nechat ho říci, co nám říci chce. Dát mu k tomu prostor a čas. Nebyt nepřijemný, když se snaží nám něco říci. Snažit se mu porozumět. Chápat ho, tj. správně interpretovat (z jeho hlediska) to, co nám říká. Tato rada – ctít rodiče – neříká, že s nimi vždy a všude musíme se vším souhlasit. Nechat je nám něco říci a vyslechnout je, však do záměru této rady patří.

C. *Naučit se žít s rodiči v pokoji.* Odpouštět jim. Nezlobit se na ně. Chovat se k nim laskavě. Nepohrdat jimi, nestydět se za ně. Odpouštět jim a smířovat se s nimi. Nezraňovat je, když je máme rádi (Př 20,20). Tím, že rodiče zraníme, zraníme vlastně sami sebe. Platí to pro naše vlastní rodiče, ale zřejmě to platí u mužů i pro rodiče manželky, případně u ženy i pro rodiče manžela.

D. *Radovat se z toho, že rodiče ještě máme* (Dt 26, 11). Velice často si lidé uvědomují, jakým darem jim byli jejich rodiče, až když jejich rodiče zemřou. Pak je ovšem již pozdě.

E. *Vážít si toho, co pro nás rodiče udělali* v době, kdy jsme byli zcela odkázáni na ně a bez nich bychom nepřežili. Patří sem i uvědomění si toho, co je to stálo – v prvé řadě času, energie a péče. V neposlední řadě i peněz. Řekne-li otec či matka dítěti „mé drahé dítě“, nemyslí na peníze. Kdyby však sečetli, co je stálo, nežli vyrostlo, mohli by přijít k částce, kterou vypočítali Američané. Podle jednoho průzkumu dítě stojí ve 20. století v USA rodiče v průměru čtvrt milionu dolarů.

F. *Neopouštět je.* Neodepsat je, nechovat se, jako by jich nebylo. Nestavět se k nim nevida a neslyše. Pečovat o ně, když zestárnou a nemohou se již plně o sebe starat. Tato péče může mít různou formu. Nemusí vždy a bezpodmínečně znamenat, že se děti starají o své staré rodiče doma. I tam, kde se využije nepřímých forem péče, např. sanatorií pro starší lidi, požadavek úcty k rodičům vede jejich děti k návštěvám (neopouštění jich a nezapomout na ně).

Jedno staré přísloví říká: „Chceš-li mít úctu druhých lidí, cti otce svého i matku svou.“

VI. Ochrana života – Nezabiješ

Co máme touto radou rozumět?

A. *Nesáhneš si na život.* V Heidelberském katechismu k první otázce (Co je tvým největším potěšením v životě a v smrti?) je odpověď: „To, že nejsem sám svůj, ale svého věrného Spasitele Pána Ježíše Krista...“

Toto přikázání (Nezabiješ) chce nás upozornit, že bychom si neměli sáhnout na vlastní život, neboť nejsme sami svoji. Je to vlastně v první řadě varování před sebevraždou (suicidiem). Co my víme, jaké plány má s námi ještě Pán Bůh (Jb 14,5)?

B. *Nesáhneš na život nikoho ve tvé rodině.* Proč je to důležité zdůrazňovat? Protože veliké množství kriminálních činů typu vraždy se stane právě tam, kde jí vyvrcholí konflikty v rodinách. Mezi lidmi, kteří jsou si nejbližší a kteří se dostávají do neřešitelných sporů (konfliktů).

C. *Zákaz eutanazie* – umělého ukončení života člověka. Pasivní eutanazií se rozumí nepodání léků či neposkytnutí zdravotní péče tam, kde to je zapotřebí. Aktivní eutanazií se naopak rozumí takový zásah, který ukončí život člověka. Od obojího nás toto přikázání odrazuje (Jb 12,1).

D. *Úcta k počatému lidskému životu* (zákaz abortce – přerušeno těhotenství). Když hovoříme o ještě nenarozeném dítěti, používáme pro ně termínu „fetus“. Tento termín (v latině) však neříká nic jiného, nežli to, že se jedná „o malého člověka (fetus je „malý“). V jednom průzkumu (Collins, 1980) se zjistilo, že v 97 % případů v pozadí žádosti o přerušeno těhotenství byla jednoznačná motivace: daným žadatelům se narození dítěte „nehodí do jejich plánu života.“

E. *Úcta k životu druhého člověka.* Obdobně jako máme být vděční za vlastní život, máme ctít i život druhého člověka. Nejde jen o to nezabít ho, ale ani ho nezranit. A zranit můžeme nejen jeho tělo (viz např. zranění při dopravních nehodách), ale i jeho „duši“!

Co se tímto přikázáním nezamýšlí

Zřejmě nejde o zákaz zabít zvířata, která nám slouží k pokrmu (Gn 9,3), a o zákaz zabíjení mikroorganismů (virů, bakterií atp.) a jiných lidskému zdraví škodlivých organismů.

VII. Mantinely dobrého manželského soužití

Záporná částice (ne-) v tomto přikázání (nesesmilníš) by nás mohla svádět k falešné domněnce, že se zde jedná o omezení naší svobody. Pravý opak je pravdou. Jde zde o ochranu, a to v prvé řadě o ochranu manželského života. Proč se zde mluví o manželství? Patrně proto, že manželství patří k nejdůležitějším věcem v životě člověka. Naznačuje to např. i jeden z dochovaných dopisů Jana Amose Komenského, který píše své manželce „Poklade můj, po Pánu Bohu nejvzácnější...“. Ukazují to i výsledky průzkumů, které říkají, že minimálně 50% životní spokojenosti člověka spočívá v jeho spokojenosti v manželství. A proč se zde mluví o mimomanželské sexuální aktivitě? Patrně proto, že asi nic nenarušuje tak moc manželské soužití jako právě mimomanželský styk toho či onoho z manželů.

Bible nám říká, že Pán Bůh stvořil pro nás mnoho dobrého. Je tedy správné, když toho moudře užíváme. Opakem je tomu však tam, kde se jeho vůli neřídíme. Zřejmě to platí i o manželském životě a o sexuálním styku (Ž 13,4).

Co se rozumí termínem „sexuální“? Slovo „sex“ je odvozeno z latiny. Tam sloveso „seco, secare“ znamená „rozseknout“. Co? Odpovědí je staré antické (a nejen antické) pojetí člověka jako jablka, jehož rozseknutím (rozříznutím) na dvě části dostaneme dvě odlišné půlky. Tak původní význam sexu znamená vlastně odkaz na to, čím jsou muž a žena od sebe odlišní a co je vede k vytvoření jednoho celku (spojení).

Proč dochází k nemanželskému sexuálnímu styku? Důvody jsou přerůzné. Uvedme některé z nich:

A. *Pro neuspokojení (frustraci) sexuální potřeby.* V pastorální péči častokrát zjišťujeme, že např. manželka odmítá sexuální styk manželovi a ten pak hledá satiaci (uspokojení) této potřeby u jiné ženy. Když se dozvíme v pastorálním rozhovoru o mimomanželském styku jednoho z manželů, není marné zjišťovat, jak vypadal v daném manželství sexuální styk před touto událostí. Nikdy bychom se neměli spokojit např. jen s výrokem manželky o tom, jaký je její muž záletník! V praxi se setkáváme např. i s tím, že po dvou letech odmítání sexuálního styku se manželka diví, že její muž podlehl jiné ženě.

B. *Nevyřešené konflikty.* Konfliktem se rozumí střet zájmů. Není divu, že zájmy dvou lidí nejsou totožné. Odlišnost zájmů může dosáhnout takové míry, že se dá vyjádřit protichůdným postojem manželů typu „buď – anebo“. Vyvrcholením takového konfliktu je i rozvod. K němu však nemusí vždy při konfliktech dojít. Konflikt může vyústit i „jen“ v mimomanželský styk – třeba „natruc“ druhému.

C. *Nesplněná očekávání.* Do manželství se může vstupovat s nereálnými představami. Ty mohou být formovány např. televizí, kinem, romány, časopisy, romantickými sny, tím, co kamarádky či přátelé vyprávějí a o čem hovoří atp. Realita manželského

Života se může tak moc odlišovat od toho, co bylo takto (ve fantazii) vysněno, že se pak „romantická láska“, která v daném manželství chybí, hledá mimo manželství. Přitom tato očekávání nemusí být vždy příliš vysoká. Kolikrát např. manžel zapomene na nejzákladnější požadavky úcty k ženě, na laskavost, něžnosti a ohledy a pak se diví, že jeho manželka není v manželství spokojena. A kolikrát se manželka chová k manželovi natolik nadřazeně a panovačně (dominantně) a arogantně (jako pověstná Xantipa), že ten hledá klid a uspokojení u jiné ženy?

D. *Zraněné sebevědomí.* Jedním ze základů dobrého manželského soužití je vzájemná úcta manželů (viz biblický „příkaz“ – „jedni druhé za sebe důstojnější mějte“ a „poddání buďte jedni druhým v bázni Boží“ (Ef 5,21). Tam, kde chybí tato úcta, která se nedá nařídit ani vynutit na druhém, tam se hledá „balzám“ pro všelijak zraněné sebevědomí (sebehodnocení) postiženého mimo manželství. Tato citlivost na nešetrné útoky na sebevědomí může být v mezích normálu. Někdy však může jít o přecitlivělost, kterou zraní každý i sebemenší dotek, pohled nebo i jen domnělá narážka (třeba i jen postiženým tušená).

E. *Krize středního věku.* K mimomanželskému sexuálnímu styku dochází často v době, kdy vrchol mládí je s ohledem na věk již za námi, avšak cítíme se ještě dosti mladí. Žena si chce dokázat, že je ještě tak krásná, že by mohla některého muže svést a začne s ním flirtovat. Když se jí to daří, často to, co rozjela, není pak s to včas zabrzdit. Obdobně i muž si namlouvá, že „muži nestárnou“, a začne si to prověřovat tím, že navazuje „choulostivý styk“ s mladší ženou. Ani on není ze železa. Nedí divu, že pak zle dopadne ten, kdo (podle anglického přísloví) „strká hlavu do tlamy lvu.“

F. *Nuda a zvědavost.* V rozboru příčin manželské nevěry lze najít i tak prosté momenty, jako je např. unuděnost ze stereotypu manželského soužití a touha zažít něco jiného, nežli je to, co má ten či onen z manželů doma. Často je tomu tak tam, kde např. manžel je příliš angažován v podnikání či jiné (např. umělecké či sportovní atp.) činnosti, která člověka cele pohlcuje, a manželka je stále doma sama. Není pak divu, že ji láká každý jiný muž, který ji začne obdivovat a udělá si pro ni čas. Nejinak je tomu tak u muže, který jezdí se svou sekretářkou na služební cesty, je často mimo domov a zkouší ze zvědavosti, jaké by to bylo, kdyby se o něco pokusil.

Co dělat, aby k tomu nedocházelo?

a. Přijmout biblickou normu manželského soužití za svou. Ta říká: Sexuální styk je velkým a krásným Božím darem člověku (viz jeho existenci ještě před vyhnáním Adama a Eva z ráje – a ti nebyli z ráje vyhnáni proto, že měli spolu sexuální

styk!). Avšak „sex patří jen do manželství – ani ne před ně, ani ne vedle něho“ (Ž 119,9 a Př 5,15-20). Jde o to nedat se od tohoto pojetí nikdy a ničím odvést, nedat se svést jinými, všelijak svůdně znějícími, avšak v jádru falešnými představami, praktikami, podněty atp. Manželská věrnost má pak jedno jediné „příkázání“: „*Odolnost k pokušení obou na každém kroku*“. Příkladem tohoto důsledného postoje může být biblický příběh Jozefa sváděného Putifarkou (Gn 39,7-21). Pomocí nám zde může být biblický výrok „Vzepřete se ďáblu a uteče od vás.“ (Jk 4,7)

- b. Předem se zamyslet nad možnými (často nedozírnými) následky odchýlení se od biblické normy – např. na destrukci dobrých vztahů v manželství (rozbití, rozpad i rozvod manželství). Viz Př 6,32-33 a Př 6,26. Pán Bůh si přeje, abychom měli krásné manželství. Neměli bychom si svým jednáním své manželství ničit. Svobodně jsme se pro ně rozhodli. *Míra naší odpovědnosti by měla držet krok s mírou svobody, kterou jsme vzali při vstupu do manželství do vlastních rukou.*
- c. Citlivost k potřebám druhého člena manželství. Míra spokojenosti a manželského štěstí je do značné míry přímoúměrná tomu, jak jeden z manželů uspokojuje potřeby druhého. K tomu, abychom je mohli uspokojovat, bychom je měli předem dobře znát. Tyto potřeby jsou u mužů a žen odlišné. Existuje řada pokusů, které se snaží (na základě průzkumu potřeb a jejich hierarchie – žebříčku) tyto odlišnosti nastínit. Uvedme si zde výsledky jednoho takového průzkumu různých druhů potřeb (očekávání, přání atp.) několika tisíc mužů a žen v manželství – podle Dr. Williama Harleeye:

Co si přeje muž v manželství

1. Sexuální uspokojení.
2. Společnost (někoho příjemného) pro chvíle volna (při rekreaci).
3. Pro něho přitažlivé vzezření ženy (ženský sex-appeal).
4. Dobrou péči o (svou hezkou) domácnost.
5. Obdiv ženy k němu (aby žena vyjádřovala uznání nad tím, jaký je on „muž“)

Co si přeje žena:

1. Lásku (romantickou lásku).
2. Rozhovor (aby s ní někdo mluvil).
3. Otevřenost a upřímnost.
4. Finanční zajištění a zabezpečení.
5. Dobrý vztah manžela k dětem (aby měl rodinu rád).

Srovnání obou stupnic ukazuje, že potřeby žen (obecně) se liší od potřeb mužů. Potíž je často v tom, že si muži myslí, že potřeby (přání, očekávání atp.) žen

jsou stejné jako jejich vlastní mužské potřeby. To je falešná představa. U žen je tomu obdobně. I ty si myslíš, že muži chtějí přesně to, co chtějí ony – a ono je to v životě podstatně jinak. K tomu přistupuje ještě dále individuální odlišnost potřeb (přání, očekávání atp.) To vše však nemění základní poznatek, že *míra spokojenosti lidí v manželství je přímoúměrná míře uspokojování jejich potřeb (přání, očekávání atp.)*

- d. Měj v manželce svou nejlepší přítelkyni – měj v manželovi svého nejlepšího přítele. Jedno pořekadlo říká – a není daleko od pravdy: „*Je možno se rozvést s manželem, ale s tím nejlepším přítelem se žena rozvést nemůže.*“ Platí to nejen pro ženy, ale i pro muže.
- e. Nauč se ovládat své sexuální chování – obdobně jako ses naučil ovládat své chování na silnici při řízení auta. Otázkou je jak:
 1. Nedovol určitým myšlenkám, aby se ti zakořenily v hlavě. Viz myšlenku dr. Martina Luthera: „*Nemůžeme zabránit ptákům, aby nám létali nad hlavou, můžeme jim však zabránit, aby si neudělali hnízdo na naší hlavě*“ (Jk 1,13-15). Pravdou je, že nám sexuální představy doslova „létají nad hlavou“ – viz náplň reklamy, televize, filmů, fotografického materiálu, videa, módy atp. (2 Tm 2,22; Ef 5,3).
 2. Nedomnívej se, že jen tělesná stránka sexuálního intimního styku je to, před čím jsme zde varováni. Emocionální vzrušení při intimním styku je tak silné, že od citové náklonnosti k tělesnému styku je jen malý krůček. Proto účinnou prevencí mimomanželského sexuálního styku je nedovolit rozvinutí citové náklonnosti v mimomanželském setkání (Jb 31,1; Ž 119,37).
 3. Stanov si horní hranici svého jednání, za níž nikdy nepůjdeš – postav si bariéru, kterou nikdy nepřekročíš – a dodržuj to (Mt 5,27-29).
 4. Nenamlouvej si to, o čem víš, že není pravda. Viz. např. výmluvy typu: „Když se dva lidé mají upřímně rádi, tak to nemůže být nic zlého“. Může, jde-li o zamilování přes hranice manželství.
 5. Zachovávej přiměřený odstup a vztah k lidem opačného pohlaví – např. v zaměstnání, ve společenském styku atp. Nezaváděj s nimi řeč na sexuálně ošidná témata a takovými tématům se vyhýbej (i za tu cenu, že by ses včas vzdálil a odešel z dané společnosti). Dej si pozor na jejich sexuální přitažlivost a flirtování, na elektrizující blízkost dotyku, objímání, líbání atp.
 6. Omezuj příležitost k nebezpečným setkáním s člověkem opačného pohlaví – např. na společných služebních cestách, při úzké spolupráci atp. Něco důležitého zde napovídá přísloví: „Nechceš-li dostat žihadlo, nechod' k včelímu úlu“ (1 K 15,33). Sem patří i stará, životem prověřená rada pro pastorální činnost: „Pastorální návštěvy u žen smí vykonávat jen žena nebo muž v doprovodu jiné ženy (nejlépe

vlastní manželky). Obdobně je tomu i u mužů. I za mužem na pastorální návštěvu by měl jít buď muž nebo žena s mužem (nejlépe s *vlastním manželem*).

7. Dej si pozor na poklony (komplimenty) a pochvaly, které přicházejí od někoho opačného pohlaví. Nemenší pozor si dej na flirtování – rádo by nevinné sexuální svádění. Sám se těchto praktik vystříhej (vzdej se jich). Nedělej to. Ušetříš si mnohé těžkosti.

8. Počítej s tím, že mezi lidmi existují sexuální „dravci“ i sexuální maniakové, lidé sexuálně úchylní, sadisté – ukrutní vůči druhým lidem, trápící je, ba i lidé neštítící se „sexuálních“ vražd. Proto se střež dostat se do situací, z nichž „není úniku“. A kdyby se stalo a dostala-li by se žena do rukou neurvalého násilníka, pak se v praxi ukazuje, že bránění se silou jen situaci zhoršuje (je „vodou na jeho mlýn“) a často vede až k usmrcení.

A co když se tento příkaz přestoupí?

Žalm 51 hovoří o takovéto situaci, do níž se dostal král David. V praxi se za této situace doporučují tři kroky:

První krok: Uvědom si, že to, k čemu došlo, je přestoupením přikázání (hříchem).

Druhý krok: Nesnaž to nijakými falešnými představami zlehčovat, bagatelizovat. Neomlouvej se sám před sebou a nevymlouvej se na nic.

Třetí krok: Okamžitě ukonči tento mimomanželský styk a vyhybej se jakémukoliv kontaktu s danou osobou. Nestýkej se s ní osobně, netelefonuj jí, nepiš jí dopisy, nevzkazuj jí nic po druhých osobách atp..

Uvědom si však, že vždy existuje naděje. Nemělo by se však s ní počítat předem. Tato naděje vypadá tak, že ten, který přestoupil tento příkaz, musí činit pokání. A pokání znamená radikální změnu chování (i charakteru). To však na vyřešení celé záležitosti nestačí. Ten druhý mu musí odpustit – a to též není samozřejmé. Kolikrát se v praxi ukázalo, že i ti, kteří se hlásí ke křesťanství, v takovýchto případech druhému nejsou s to odpustit. Ani jedno ani to druhé není lehké. Obecně se ukazuje, že znovunastolení dobrých vzájemných vztahů po takovéto události stojí nepoměrně více, nežli se získalo porušením tohoto příkazu.

Manželství je vzácným darem. Neměli bychom si je svévolným jednáním kazit.

VIII. Prosperovat, avšak moudře – nekrást

Desatero se zaměřuje na nejcitlivější oblasti našeho života. Patří mezi ně nejen manželství (jak jsme to viděli v předcházející kapitole), ale i naše „ekonomické“ chování, náš vztah k penězům a majetku (vlastnictví). V tomto přikázání se vyskytuje slovo „krádež“. Hlubší sonda do jazykovědy ukázala, že např. v angličtině existuje

138 různých slov (tzv. synonym), která vyjadřují zhruba totéž – to, co se myslí tím, když řekneme, že někdo něco ukradl. Zdá se, že čeština zde nezůstává pozadu. Znamená to, že krádež má přerůzné formy:

Různé formy „přemístování“:

- A. Podvádění zákazníků (Am 8,5)
- B. Podvádění zaměstnavatele – např. tzv. „přemístováním“ toho, co je jeho, do naší vlastní kapsy.
- C. Placení se zpožděním (Lv 19,13b).
- D. Neplacení včas půjček – též nevracení včas vypůjčených knih, kazet atp. (Ž 37,21a).
- E. Úprava daňových příznání ve vlastní prospěch (Ř 13,6-7).
- F. Šetření na příspěvcích sboru, na sbírkách potřebným (v kostelech) atp.

Co je v pozadí těchto projevů?

V řadě případů je to snaha nezmenšovat (neporušovat, nesnižovat) osobní vlastnictví, ale naopak je zvyšovat. Nevzdat se toho, co již máme. Touha dostat, co jen je možno dostat – i za nefér cenu či nefér způsobem (tzv. hrabivost). Často je důvodem závist či lenost. Nezanedbatelným důvodem je i vzrušení, které při krádeži v přerůzné formě prožíváme. Překračování tohoto přikázání je pravděpodobně něčím, co každý z nás nejspíše uzná – nejspíše ze všech deseti přikázání.

Proč lidé kradou?

- 1. Nenasytnost – touha mít víc, a když mám víc, pak mám ještě větší touhu mít ještě mnohem více.
- 2. Snaha dostat něco „zadarmo“.
- 3. Očekávání, že takovýmto způsobem rychle zbohatnu.
- 4. Touha být stále bohatší a bohatší.
- 5. Závist – závidění druhému, že něco má, a snaha zbavit ho toho.
- 6. Zážitek typu napětí a dobrodružství.

Proč bychom měli být poctiví?

- a. Pán Bůh nás vidí (Jb 34,21-22). Falešná je představa, že „ono se na to neprijde.“ Přijde se na to. Když ne hned, tak „jednou“.
- b. Co člověk rozsívá, to bude i žít – jak to dobré, tak to zlé. (Ko 6,7; Př 15,27).
- c. Nepoctivost poškozujee charakter člověka (Př 10,2). O tom „zlém“ bible říká, že je to „zloděj“.
- d. Tím, co není „tím pravým“, se člověk nikdy nemůže plně nasýtit – není to „ono“ (Př 28,20).

- e. Pán Bůh nejen vidí to vše, co děláme, ale on je i Soudcem – tím, kdo naše jednání hodnotí.

K čemu vede poctivost?

- A. K většímu vnitřnímu klidu – ke snížení nervového napětí.
B. K větší možnosti plně se soustředit na věci podstatné – přestat se zabývat věcmi nepodstatnými.
C. K plnějšímu životu – věci smysluprázdné jsou z něj vypuštěny.
D. K větší prosperitě v dlouhodobé perspektivě. Průzkum 50 nejlepších amerických firem (Křivohlavý, 1996) ukázal, že poctivost jak v jednání se zákazníky, tak s dodavateli i vlastními zaměstnanci je jedním z charakteristických znaků, kterými se tyto firmy liší od těch, které zkrachovaly.

Kroky na cestě k větší poctivosti:

- a. Kde je to jen trochu možné, navrať vše, co jsi nepoctivě nabyl.
b. Dej Pánu Bohu (např. lidem potřebným) to, co již nemůžeš vrátit těm, kterým bys to vrátit měl.
c. Snaž se žít poctivě (Ef 4,22-32; Ř 13,6-8).
d. Nepodlehni však falešné představě, že budeš-li věřit, budeš finančně automaticky „dítětem šťastným“ (Př 16, 8).

IX. Mluv pravdu – nepromluvíš křivého svědectví

Mnohým lidem se dnes zdá, že mluvit pravdu je nemoderní a netaktické. Průzkum, který byl před nedávnem v USA proveden, zjistil, že 66% lidí je přesvědčeno, že není moudré vždycky říkat pravdu. Tato a obdobná zjištění vedou k představě, že lidé jsou tvorové, kteří se navzájem nepravdivě informují – sdělují si, co není zcela pravdivé. Tato nepravdivost má různé formy.

Jakou podobu má lež:

- A. *Bílá lež* – ta je tam, kde vědomě říkám, co není pravda, kde pouštím do světa záměrně nepravdivou informaci.
B. *Černá lež* – je tam, kde o někom říkám, že řekl to a to, co není pravda, tj. kde druhému člověku vědomě a záměrně podstrkuji lživou výpověď.
C. *Šedivá lež* – je tam, kde říkám, že někdo (druhý člověk) něco řekl, i když nemám jistotu, že tomu tak skutečně bylo.
D. *Poloviční lež* – říkám něco, co je správné a pravdivé, avšak zároveň zamlčuji něco neméně důležitého, ne-li důležitějšího, co je nepříjemné – neříkám celou pravdu.

E. *Milosrdná lež* – vědomě říkám něco nepravdivého, a to z toho důvodu, že se domnívám, že by posluchač celou pravdu neunesl – že by ho „holá pravda“ zranila.

Různé druhy lži:

A. *Pomluvy*. V pozadí vypuštění pomluvy je sdělení něčeho, co by určitého člověka poškodilo, co by ho devalvovalo (snížilo jeho hodnotu v očích druhých lidí), co by mu ublížilo. Důvodem může být závist, nenávisť, snaha vyrovnat se s ním a pomstít se mu či i jen pouhý odpor k tomu člověku, kterého pomlouvám.

B. *Zbabělá lež*. Takovouto nepravdu říkáme proto, abychom unikli společenskému tlaku či nátlaku, tj. abychom unikli něčemu nepříjemnému. Zbabělou lží je slovní projev, kterým se snažíme dostat z nepříjemné situace. Tu bychom pravděpodobně zažili, kdybychom řekli celou pravdu. V pozadí zbabělé lži jsou obavy a strach.

C. *Omráčující lež* – přehánění. Často neříkáme „skutečnou pravdu“ z toho důvodu, že se nám nezdá dost dobrá, že ji považujeme za „málo“ a chceme druhé lidi omráčit něčím velkým. Proto to, co říkáme, zveličujeme. Přeháníme. Je tomu tak zvl. tehdy, kdy nemáme dost silné zdravé sebevědomí, kdy prožíváme pocit méněcennosti a přeháněním si chceme vylepšit svůj obraz v očích druhých lidí (svůj image). Tuto tendenci vyjadřuje např. přísloví: „Ryba roste nejrychleji potom, co byla ulovena.“ S takovouto formou nepravdivého sdělení se setkáváme např. u pacientů, kteří říkají, že je to nebolí, i když je to bolí. Proč? Proto, aby v očích lékaře vypadali jako hrdinové, kteří něco snesou.

D. *Manipulační – věrolomná lež*. S tímto druhem lži se setkáváme tam, kde vědomě říkáme, co není pravdivé, abychom tím získali pro sebe určitou výhodu. Tak je tomu např. u žadatelů o povolání, kteří – jak bylo zjištěno – ve 40% případech zveličují představy o svých znalostech, dovednostech i zkušenostech, jen aby obdrželi určité zaměstnání.

E. *Pohodlná lež*. Neříkáme pravdu i tam, kde sdělení plné pravdy by nám např. zabralo mnoho času či dalo mnoho námahy a my danému sdělení tak moc času a energie věnovat nechceme. Jde o polevení odpovědnosti za pravdivé sdělení (Ž 34,13-14; Př 10,10; Př 28,23).

F. *Výmluva*. Někdy neříkáme pravdu z toho důvodu, abychom se nedostali do těžkých situací – např. v mezilidských vztazích. Neřekneme např. to, co si opravdu myslíme, abychom nemuseli sáhodlouze vysvětlovat, odkud to víme, čím to máme opodstatněné, zda to máme ověřené atp. Prostě řekneme, že to nevíme – i když to víme.

G. *Záludná lež* – předstírání a maskování. Lichocením či podkuřováním je příkladem sdělování toho, co říkáme za účelem získání určitých výhod. Obdobný účel má i

flirtování, tj. předstírání lásky a sexuální náklonnosti tam, kde ta ve skutečnosti není. Zastíráme tak, co je, a stavíme na obdiv to, co není. Jde o falzifikaci – jako u falšování dokladů či peněz. V podstatě jde o sobecké (egoistické) záluďné lži.

Jak říkat pravdu:

- a. *Laskavě – v lásce* (Ef 4,15). Při sdělování toho, co je pravdivé, myslet vždy na dobro (prospěch) toho, komu to říkám. Neříkat mu to neúčastně (emocionálně), neutrálně, nelaskavě, arogantně, namyšleně, povýšeně, agresivně atp., aby se pak naslouchající cítil zahanben, napaden i ohrožen a musel se bránit. Výstižně to formuluje jedno indiánské přísloví, které říká: „Dříve nežli vystřelíš šíp, namoč ho v medu.“
- b. *Taktně*. Citlivě, s ohledem na posluchače a jeho sebevědomí (Př 12, 18) Ne necitlivě „hlava – nehlava“, ne způsobem „padni komu padni.“ Ne tak, jak se říkalo: „Když se kácí les, padají třísky.“ Ne tak, aby tebou sdělovaná pravda způsobila posluchači nežádoucí bolest.
- c. *S rozmyslem*. Předem uvažuj a rozvažuj, co chceš říci a jak bys to měl říci, a teprve potom promluv. Uvaž, zda nyní je vhodná (nejvhodnější) doba k tomu, aby to, co chceš říci, bylo řečeno. Uvaž, zda zde je to nejvhodnější místo, kde by to mělo být řečeno. Uvaž, zda ty jsi právě tím člověkem, který by to, co chceš říci, měl říci. „Nestřílej od boku.“ Nemluv způsobem „co ti slina přinese na jazyk.“ Nesnaž se mluvit způsobem „co na srdci, to na jazyku,“ neboť v lidském srdci jsou často mnohé věci jedovaté.
- d. *Pomalu*. Ne zbrkle. Ne ztřeštěně, ale přiměřeně dané situaci. Pravda by neměla být sdělována ukvapeně a uspěchaně.
- e. *Celou svou bytostí*. Ne jen slovy, ale celým souborem mimoslovních (neverbálních) forem (postojem, výrazem obličeje, přiblížením, gesty atp.). Nejen slovy, ale i celým svým životem (chováním, jednáním atp.) I zde by mohl být vzorem Pán Ježíš Kristus, který o sobě řekl: „Já jsem ta pravda.“ I my bychom měli mluvit „charakterem svého bytí – své existence“ (2 K 8,10).

X. Nauč se být spokojen s tím, co máš – nepožádáš

Reklamy míří přesně opačným směrem. Motivují nás k tomu, abychom se nespokojili s tím, co máme, ale abychom chtěli stále víc a více. Nedávno v USA provedený průzkum ukázal, že 93% žen a dospívajících děvčat nade vše miluje nakupování nových věcí. Nakupování se tak stává drogou – vyjádřením neodolatelné touhy získat něco nového, chtít vlastnit stále více a více.

Jak se projevuje tato touha (nespokojenost)?

- a. *Neexistenci horní hranice.* U jídla a pití existuje určitá hranice, kterou normální člověk nepřekračuje. Existují však lidé, kteří tuto horní hranici příjmu – nejen potravy a pití – necítí, nemají a nerespektují. Nejen při nákupu, ale třeba i při práci (viz tzv. workholiky – lidi dobrovolně se utápějící v určité práci). Bible nás nabádá: „Neštví se za bohatstvím“ (Př 23,4) a „Kdo miluje peníze, nenasytí se jimi“ (Kaz 5,10).
- b. *Neschopností radovat se z toho, co máme.* Nespokojenost není vázána na to, co člověk má. Vyskytuje se jak u lidí chudých, tak u lidí bohatých. Spočívá v neustálém vnitřním chtění „o trochu víc, nežli mám.“
- c. *Nepoměrem mezi tím, co dostáváme, a tím, co dáváme.* Mnozí lidé přijímají (dostávají) úměrně tomu, co dávají. Jsou však též lidé, kteří se domnívají, že mají nárok na víc, nežli (společnosti) dávají. To vede k neutuchající nespokojenosti.
- d. *Nespokojenost dělá člověka nešťastným* (Kaz 5,12).
- e. *Nespokojenost přivádí lidi do těžko řešitelných konfliktů* (Jk 4,1-3).
- f. *Nespokojenost nedovoluje člověku, aby se dlouhodobě radoval.* (Kaz 5,10). To, co takovýto člověk získá, jej naplní jen na chvíli radostí z toho, co získal. Nespokojenost však velice brzy tuto radost utlumí. Je to vidět např. na dětech. Ty se dovedou radovat z nové hračky, avšak za chvíli je tato radost pryč a hračka odhozena a zapomenuta. Obdobně je tomu u získávání módních věcí, nemluvě o střídání manželů u některých hereček atp.

Jak se učít tomu být spokojen

- A. *Braň se srovnávat se s druhými lidmi a snaže „být jako druzí“ – za každou cenu.* Mít vše, co někdo jiný má. Takovéto srovnávání vzbuzuje závist, žádost a touhu, která dělá člověka nešťastným.
Proč se srovnáváme s druhými lidmi? Protože jsme v hloubi srdce nespokojeni sami se sebou a naše sebehodnocení dopadá pak špatně (2 K 10,12; 1 Tm 6, 9-12).
- B. *Raduj se z toho, co máš* (Kaz 5,19). Nedopusť, aby tě uchvátil ten způsob myšlení, který napovídá: „Když získáš to a to, teprve pak budeš úplně šťastný.“ Nebudeš. Poznalo to již mnoho lidí. (Př 15,27). Lépe jest vidět a radovat se z toho, co nám již bylo dáno (Kaz 6,9).
- C. *Sdílej se s druhými lidmi s tím (o to), co máš.* Nechtěj mít vše jen pro sebe sama. Uč se dávat a poznávat, že „Dáti jest více, nežli bráti“ (1 Tm 6,17-19). Nedej se spoutat a uzavřít do pastí „vlastnictví“ (do nadvlády „mít“ nad „být“). Braň se namyšlenosti na to, co máš (vlastníš). Nemáš to na věčnost.

- D. *Dávej s radostí.* Tento vztah je znakem zralosti osobnosti i zralosti víry. Schopnost někomu něco dát je duchovním vítězstvím nad sobeckým materialismem (egoistickým vlastnictvím). To, co máš, to si nemůžeš vzít s sebou na věčnost. Proto není na místě příliš na tom lpět. (Sk 20,35; L 6,38)
- E. *Upřednostňujme ty hodnoty, které mají „nebeskou“ váhu* (2 K 4,18). Zdá se, že falešnou je ta představa, která říká, že „více je ten, kdo více má – více vlastní (rozuměj více peněz, majetku, aut, domů, titulů atp.).“
- F. *Snaž se moudře hospodařit s tím, co máš.* Snaž se vydávat peníze za to, co je biblicky vzato „dobré“. Peníze bezhlavě (nemoudře) nevyhazuj. Poznej, že je kus moudrosti v tom žít spíše poněkud pod nežli nad úroveň, kterou si můžeš dovolit. Nepřeháněj (uzemňuj) svá očekávání – očekávej raději méně a potom se raduj, že jsi dostal více, nežli abys očekával příliš, a byl potom zklamán.

Desatero nás vede k hlubšímu zamyšlení nad tím, jaký je vlastně smysl našeho života – i našeho života manželského a rodinného. Vede nás k zamyšlení nad otázkami typu: „Proč vlastně žiji? Oč mi v životě opravdu jde – a oč nám jde v našem manželském a rodinném životě? Proč mne Pán Bůh postavil v této době na toto místo – co ode mne a od nás očekává? atp.“

Ukazuje se, že opravdové štěstí nepřichází z toho, že něco vlastníme (máme), ale spíše z toho, že poznáme účel a smysl či význam svého života – co bychom měli dělat se dny, které jsou nám dány k dispozici. Ani ne tak „žít z něčeho“ jako spíše „žít pro něco“. Štěstí není zboží, které se dá koupit. Je vedlejším produktem nadějného zaměření (směřování) našeho života (Křivoholavý, 1995). A toto směřování je bojem s pokušením, kterému byli vystaveni již Adam a Eva v ráji. Bylo jim slibováno: „Budete jako bohové.“ Dáme se svést? Desatero nám ukazuje, jak vypadá život člověka v Božím světle. Naznačuje, co dělat, abychom tomuto pokušení „být jako bohové“ nepodlehli.

IV. JAK V LÁSCE PŘISTUPOVAT K DRUHÝM LIDEM

V předmluvě byla citována slova z 25. kapitoly evangelia Matoušova (v. 31-46). Četli jsme tam slova: „Lačněl jsem, žíznil jsem, byl jsem na cestách, byl jsem nahý, byl jsem nemocen, byl jsem ve vězení atp.“ Pohled na tato slova nám (z antropologického hlediska) říká, že jde o výčet základních lidských potřeb člověka. Jedna z věcí, které nám v tomto textu jsou sdělovány, je upozornění na to, že bychom měli být *citliví k potřebám druhých lidí*. Co to znamená?

Znamená to, že bychom si měli být povědomi toho, které různé potřeby lidí existují, že bychom se měli naučit vidět, kdy tyto potřeby u lidí, s nimiž přicházíme do styku, jsou neuspokojeny (frustrovány) – nezavírat před tím oči a uši (nestavět se k nim nevida a neslyše). Zároveň však i hledat možnosti, jak těmto lidem v nouzi pomoci.

Co člověk potřebuje

Podle toho, jak často slyšíme, že si lidé při různých příležitostech přejí „hlavně to zdraví“, mohli bychom se domnívat, že „být zdrav“ je hlavní, ne-li jedinou potřebou člověka. Pravdou je, že zdraví je dobré k mnohému, co v životě děláme a prožíváme, soubor potřeb člověka je však složitější.

Vědy o člověku (antropologie) rozdělují soubor potřeb člověka do několika skupin. Uvedeme si je zde v přehledu podle tohoto pojetí:

I. Biologické – vitální potřeby člověka

Do první skupiny patří ty potřeby, které máme všichni. Proto se nazývají vitálními potřebami – k životu nutnými. Patří sem potřeba zdraví a bezpečí, potřeba příjmu potravy a tekutin (viz existenci hladu a žízně), potřeba tepla, odpočinku a spánku. Patří sem uspokojení potřeb exkretorických (vyměšovacích), potřeba aktivity (činnosti), potřeba podnětů pro naše smyslové orgány (něco vidět, slyšet, čichat, chutnat, dotýkat se, hýbat atp.), potřeba neustále něco dalšího poznávat (tzv. explorační potřeba), potřeba něčeho se odvažovat, mít určité zážitky atp.

II. Osobní, individuální, psychologické potřeby

Do druhé skupiny patří ty potřeby, které jsou vázány na zcela specifického člověka. V těch se liší jeden člověk od druhého. Každou z těchto potřeb má každý z nás poněkud jinou. Patří sem tzv. *sekundární* potřeby. Rozumí se jimi způsob uspokojení těch potřeb, které jsme uvedli v první skupině (tzv. *primárních* potřeb). Např. každý z nás má potřebu se najíst a napít, avšak to, co si někdo zvykl jíst a pít, je odlišné od toho, co si zvykl jíst a pít někdo jiný. On však potřebuje jíst a pít právě to, co si zvykl jíst a pít – nic jiného mu tak „nechutná“ a neuspokojí ho to. Podobně si každý z nás zvykl spát tak, jak si zvykl spát – a jinde a jinak se tak dobře nevyspí.

Mezi osobní potřeby patří i potřeba *poznávat svět* kolem sebe, přicházet věcem na kloub, porozumět a chápat, jak se věci dějí. Hovoříme zde o potřebě smysluplného obrazu světa, v němž žiji, a zaujímat v něm své „dobré“ (smysluplné) místo. Jde o uspokojování potřeby *smysluplnosti* života – mít pro co žít. (Křivohlavý, 1994)

Do souboru osobních potřeb patří i potřeba *tvorivého* sebevyjádření (kreativity), s níž se setkáváme nejen u výtvarných či hudebních umělců, ale i u lidí, kteří si upravují svou zahrádku, rodinný dům, zařízení domova atp. S touto potřebou úzce souvisí i další potřeba – něco udělat a dokázat, podat dobrý výkon, případně i překonat latku, která je výše, nežli byla ta předcházející.

Velice citlivou osobní potřebou je potřeba *identity* – být sám svůj. Nebýt „jako někdo“, ale být „svým vlastním“ – originálem, ne plagiátem (napodobeninou).

Je možné se domnívat, že člověk má nejen touhu, ale dokonce potřebu mít úspěch a být šťasten. Hlubší pohled však ukazuje, že jak úspěch, tak opravdové štěstí jsou vedlejším produktem smysluplného zaměření života (Křivohlavý, 1994). Ten, kdo se domnívá, že úspěchu a štěstí může dosáhnout přímo – zkratkou (že si je možno štěstí koupit), obvykle se setká s nezdarem.

III. Sociální potřeby

Třetí skupina potřeb vychází ze sociální existence člověka. Člověk nežije sám, nýbrž uprostřed druhých lidí. Má-li mu být dobře, potřebuje, aby byly uspokojeny i jeho sociální potřeby, vycházející z jeho existence mezi lidmi a z jeho jednání s lidmi.

Potřeba styku s druhými lidmi (tzv. *afilační* potřeba). I když tím není řečeno, s kým zrovna se daný člověk potřebuje setkávat, přece jen každý z nás má potřebu s někým víc a někým poněkud méně se setkávat. Osamocení je příkladem neuspokojení této potřeby (v biblickém pojetí se na to myslí tam, kde se setkáváme s výrokem „nenavštívili jste mne“).

Potřeba rozhovoru s druhými lidmi (sociální *kommunikace*). Potřebujeme se nejen vidět s druhými lidmi, ale hovořit s nimi. Něco jim říci a slyšet, co oni nám říkají. Vést s nimi rozhovor, a dokonce i dialog.

Potřeba *přátelských* vztahů. Potřebujeme se nejen s lidmi vidět a hovořit s nimi, ale i některým lidem důvěřovat, a to tak, že před nimi můžeme hovořit zcela otevřeně (jak je definován přítel či přítelkyně) a nebát se, že tohoto sebeotevření bude proti nám zneužito.

Do souboru sociálních potřeb patří i potřeba *porovnávat se* s druhými lidmi (případně až s nimi soutěžit) a potřeba s druhými lidmi *spolupracovat* (kooperovat) – hrát s nimi v jednom orchestru. Potřebujeme být někde – v některé skupině lidí – doma (potřeba sociálního *zařazení*), být sociálně „někdo“ člověkem svého druhu – potřeba *sociální identity*), potřebujeme být druhými lidmi kladně hodnoceni, váženi a milováni. A to nemluvíme ještě o potřebě sociálního *bezpečí* (nebát se, že nás někdo vykrade, okrade, zraní, ba zabije).

IV. Duchovní potřeby

Nemáme jen výše uvedené vitální, psychologické a sociální potřeby. Pro člověka je charakteristické, že vedle těchto potřeb má i potřeby, které výše uvedené potřeby přesahují.

Potřeba *nadhledu* – transcendence. Člověk se nespokojí jen s tím, co má na dosah ruky. Obrazně to vyjadřuje výrok „Nejen chlebem živ je člověk“ – biblicky přesněji: „(Hospodin) ti dával poznat, že člověk nežije pouze chlebem, ale že člověk žije vším, co vychází z Hospodinových úst“ (Dt 8,3) a v podání Matoušova evangelia (4,4): „Nejenom chlebem bude člověk živ, ale každým slovem, které vychází z Božích úst“ (EP). Jde o potřebu nejen dílčího, ale celkového „generálního“ zaměření života (základního úběžníku celkové perspektivy života) a odtud i poznávání základní (bazální, celkové) smysluplnosti života. Do určité míry to, oč zde jde, vyjadřovalo heslo Tomáše G. Masaryka: „Vidět svět ze zorného úhlu věčnosti“.

Do souboru duchovních potřeb počítají někteří autoři (např. Benner, 1988) i potřebu *krávy, pravdy a spravedlnosti*. Je možné se domnívat, že v křesťanském pojetí jsou tyto potřeby zahrnuty do základní orientace víry (viz Ježíšův výrok: „Já jsem ta cesta, pravda i život“ J 14,6).

Třetí skupinu duchovních potřeb tvoří potřeba *tajemství* (mysteria). V protikladu k příliš zjednodušenému způsobu myšlení a primitivnímu způsobu života stojí tato potřeba jako upozornění (memento) toho, že život je více nežli jen to, na co je možno si „sáhnout“.

Jak poznat, co člověk potřebuje?

Máme-li někomu pomoci, potřebujeme nejen vědět, jaké potřeby může mít, ale potřebujeme i poznat, zda ta či ona potřeba je hrubě neuspokojena (frustrována). Jak to je možno poznat?

Zde existuje řada možností:

- a. Přicházet s lidmi do osobního styku – nestát mimo (stranou jejich sociálního života).
- b. Dívat se, sledovat je – a vidět, co jim chybí..
- c. Naslouchat jim – nebýt hluchý a slepý.
- d. Učit se z vlastní zkušenosti – zostrňovat si citlivost prožíváním vlastních neuspokojení (frustrací), bolestí a nedostatků.

Třetímu bodu (c.) zde chceme věnovat více pozornosti pro jeho důležitost v pastorační praxi.

Teorie a praxe umění naslouchat

Rozdíl mezi „slyšet“ a „naslouchat“. *Slyšení* je fyziologickým jevem. Pojednává se v něm o vnějším, středním a vnitřním uchu, o nervovém vedení původně akustických podnětů do mozku a zpracování těchto údajů v mozku. *Naslouchání* je psychologickým jevem. Jde v něm o porozumění a pochopení toho, co je nám řečeno. Je možno např. slyšet, že někdo volá, a přitom neporozumět tomu, co volá (např. když to není dost dobře slyšet, když volá v řeči, kterou neznáme atp.). Naslouchání je tak velice náročnou činností. Teologové, kteří se zabývají vědou zvanou *hermeneutika* – vědou o porozumění danému výroku, textu, písemnému sdělení atp., by nám mohli říci, jak těžké je správně porozumět tomu, co nám kdo sděluje. Při naslouchání nejde jen o to slyšet, co kdo říká, ale i správně si vyložit – *interpretovat* to, co nám říká. Nad to pak ještě jde i o to pochopit *záměr* sdělení, tj. úmysl hovořícího (proč nám to říká – čeho chce tím dosáhnout).

Když dva lidé spolu hovoří, mluvíme o vysílání a přijímání – obdobně jako tomu je při vysílání rádiem a zachycení signálu přijímačem. U lidí je však situace složitější. Ten, kdo vysílá, sděluje to „třemi kanály“: slovy, mimoslovně a svými činy. Ten, kdo naslouchá, přijímá to rovněž třemi „cestami“ – slyší to, vidí, co se děje, a „srdcem“ vnímá emocionální podtext sděleného. O jak složité dění jde, to je možno demonstrovat např. na mimoslovním (nonverbálním) sdělování citových stavů (emocí) výrazy obličeje. Ukazuje se, že jsme schopni s poměrně dosti velkou přesností odečítat v *mimice* (výrazech obličeje) celkem sedm druhů (dimenzí – rozměrů) emocionálních stavů:

| | | |
|-------------|---|---------------|
| šťěstí | – | nešťěstí |
| radost | – | smutek |
| klid | – | rozčílení |
| zájem | – | nezájem |
| spokojenost | – | nespokojenost |

neočekávané překvapení – splněné očekávání
bázeň a strach – pocit jistoty

Co je třeba slyšet a pochopit. Ten, kdo nám něco říká, nám sděluje nejen to, co si myslí a co cítí, ale i to, co chce. Dokonce nám dává najevo tím, co a jak sděluje, za koho chce být považován. Říká nám toho obvykle mnoho – věci podstatně důležité i věci málo důležité. Co by nám však v pastorálním rozhovoru nemělo ujít? V první řadě *emocionální stav* toho, s nímž mluvíme. Člověk, který je v situaci nouze (který něco potřebuje), je obvykle v citově (emocionálně) vyjatém stavu. To můžeme odečítat nejen z výrazů jeho obličeje, ale i z charakteru jeho mluvy (hovoří vyšším hlasem, rychleji a s řadou chyb, zámlk a stylistických poruch nebo naopak pomalu, váhavě a s obtížemi vyjadřování). Můžeme to poznat i z jeho chování – pohybu, gest a držení těla.

Být dobrým posluchačem. Umět naslouchat, druhého pochopit a porozumět mu – to je dar a umění. Jako u řady jiných umění je zde však možnost v tomto umění se cvičit (jako se cvičí např. klavírista, i když má hudební nadání). Naše schopnost naslouchat se zlepšuje, když se učíme 100% se soustředit na toho, s nímž hovoříme. Tato schopnost se zlepšuje, když se při naslouchání dovedeme zřici svých předpokladů, svých osobních zájmů a představ. Ti, kteří se odborně zabývají úspěšnými rozhovory, nám předkládají sedm žádoucích charakteristik dobrého posluchače:

úcta k partnerovi
opravdovost
soucítění (empatie)
konkrétnost
vyrovnanost s vlastními problémy
bezprostřednost
zralost (osobnostní, sociální, morální a duchovní)

Na partnera cele soustředěné naslouchání. V pastorálních rozhovorech nám může být pomoci zjištění tří podstatně důležitých charakteristik účastníků rozhovorů, které jsou oběma účastníkům pomoci. Máme na mysli přístup nejen Martina Bubera a Sörena Kierkegaarda, ale dotažení těchto postojů do praxe Karlem C. Rogersem (1998). Uvedme si tři základní charakteristiky jeho na klienta zaměřeného rozhovoru v jeho (autentickém) znění (1998):

1. *Autentičnost.* „První předpoklad může být nazván autentičností, opravdovostí či kongruencí (souhlasem). Čím více je terapeut ve vztahu ke klientovi sám sebou, nevypouští žádnou profesionální mlhu a nenasazuje osobní masku, tím je větší

pravděpodobnost, že se bude klient proměňovat a růst konstruktivním způsobem. To znamená, že terapeut otevřeně prožívá pocity a postoje, které se v něm aktuálně vynořují. Tento předpoklad poměrně přesně vystihuje slovo „autentický“ Terapeut či terapeutka přistupuje ke klientovi otevřeně, a je tak ve vztahu k němu autentický (á). Klient se nesetkává s tím, že by se k němu terapeut choval rezervovaně. Terapeut si uvědomuje to, co prožívá. Může to být ve vzájemném vztahu prožito, a je-li třeba, i komunikováno. Existuje zde tedy úzká provázanost či kongruence mezi tím, co je prožíváno na úrovni organismu, tím, co je obsahem aktuálního vědomí, a tím, co je sdělováno klientovi.

2. *Akceptance – přijetí*. Druhou důležitou podmínkou vytvoření atmosféry změny je akceptance, zájem či důvěra – což já nazývám „*bezpodmínečným pozitivním přijetím*“. Terapeutický posun či změna s větší pravděpodobností nastane, pokud terapeut ve vztahu ke klientovi (ať už je v danou chvíli jakýkoliv) prožívá pozitivní, akceptující postoj. Terapeut připustí, aby byl klient právě takovým, jaké jsou jeho aktuální pocity – rozpaky, odpor, strach, zlost, odvaha, láska nebo pýcha. Tento zájem není ze strany terapeuta hodnotící. Terapeut oceňuje klienta úplně a bezpodmínečně.
3. *Empatické (soucítící) porozumění*. Třetím facilitujícím aspektem vzájemného vztahu je empatické porozumění. To znamená, že si terapeut uvědomuje právě ty pocity a osobní významy, které klient prožívá, a proto své porozumění mu sděluje. V nejlepším případě je terapeut tolik ponořen do vnitřního světa druhého člověka, že dokáže objasnit nejen významy, jež si klient uvědomuje, ale i ty, které se nacházejí pod úrovní vědomí. Takové citlivé a aktivní naslouchání je však v našem světě neobyčejně vzácné. Myslíme, že druhému nasloucháme, ale ve skutečnosti mu jen velmi zřídka nasloucháme s opravdovým porozuměním a empatií. Toto velice vzácné naslouchání je však jednou z nejmocnějších sil podporujících změnu osobnosti, které znám.“ (s. 106 - 107).

Zrcadlení emocí. Jednou z charakteristik tohoto způsobu naslouchání a vedení rozhovoru je příjem sdělení o emocionálním stavu partnera a zpětnovazební sdělování mu toho, co jsme přijali. Jde do určité míry o určitou variantu biblické výzvy: „Radujte se s radujícími a plačte s plačícími“ (Ř 12,15). V Rogersově pojetí jde o pokus o sdělení slovy toho, co partner prožívá. Nesdělít to mimoslovně (neverbálně), ale naopak výslovně verbálně (slovy). Partnerovi se tak dává najevo, že slyšíme nejen jeho slova, ale přijímáme jeho sdělení o tom, jak mu emocionálně je. Toto zrcadlení je jedním druhem empatie. Tou se rozumí soucítění (viz sympatie – sdělování příznivého postoje, antipatie – sdělování nepříznivého postoje a apatie – projevy lhostejnosti). Je však rozdíl mezi soucitem a soucítěním.

Způsoby naslouchání

Umění naslouchat je možno se učit – např. tím, že se cvičíme v třech stupních:

Rezonance. Rezonancí se rozumí „ozvěna“ – jako když se do lesa volá a z lesa se to poté zpět ozývá. Jde o nejjednodušší formu aktivního naslouchání. Partnerovi dáváme najevo, že ho slyšíme, a to občasným přitakáním (např. slovem „ano“) a opakováním jednoho nebo několika posledních slov, které on řekl.

Reflexe. Termínem „reflexe“ se – obdobně jako v optice – rozumí zrcadlení toho, co partner právě prožívá. Nejen v myslí a citech, ale i ve slovním vyjádření. Zde již nejde o pouhé opakování toho, co partner řekl, ale o vyjádření vlastními slovy (tedy jinak, nežli to udělal partner) toho, co partner řekl a prožívá. Když se nám to podaří, partner z toho může vycítit (poznat), že mu rozumíme a že ho opravdu chápeme.

Shrnutí – sumarizace. Trvá-li rozhovor určitou chvílí (déle), je vhodná třetí forma aktivního naslouchání – shrnutí toho, co vše bylo dosud partnerem řečeno do krátkého sumáře (souhrnu). I zde jde o vyjádření toho, co vše jsme porozuměli a pochopili, vlastními slovy. I zde jde o přiblížení se partnerovi tím, že mu ukážeme, jak jsme pochopili to, co nám řekl. Dáme mu tím zároveň možnost opravit to, co jsme nepochopili správně, a tím se mu ještě více přiblížit.

Poznámka: Širší pojednání o umění naslouchat viz v knize J. Křivohlavý: „Povíděj – naslouchám“ (1993).

Jak v lásce hovořit s druhými lidmi

Termín „v lásce“ velice dobře vystihuje postoj a vztah člověka k člověku v průběhu pastorálního rozhovoru. Obtížnější je vystihnout jednotlivé momenty, které tento postoj charakterizují.

„Musíš mít druhého člověka rád“ – tak je možno vyjádřit pastorační postoj. A mít ho rád znamená zcela konkrétně „vidět v něm člověka, kterého Pán Bůh stvořil a za něhož se Pán Ježíš Kristus obětoval.“ Vidět v něm někoho, koho má Pán Bůh rád – vzdor všemu, co mně na něm může být nepříjemné. Nestačí to však jen vidět. Je zapotřebí dát to druhému člověku najevo, a to jak *slovně*, tak *beze slov* (*neverbálně – mimoslovně*). Přesněji: dát mu najevo to, že ho máme rádi, v prvé řadě *činem* – tam, kde čin může být jeho situaci pomoci (viz výše uvedené příklady typu „dát hladovému kousek chleba a dát člověku, kterého trápí žízeň, sklenici vody“). V praxi pastorální péče se však často setkáváme s tím, že není dodržováno toto „*přednostní pravidlo činu*“ (viz obdobu přednostního pravidla, které máme v dopravních předpisech).

Devalvace a evaluace. Požadavek „mít druhého rád“ se v rozhovoru obvykle dobře pozná ve způsobu řeči, tj. podle toho, jak se v řeči objevují projevy vztahující se k druhému člověku – k jeho hodnocení. Používá se zde termínu „devalvace“, kterým se rozumí snižování hodnoty druhého člověka, a termínu „evaluace“, kterým se rozumí zvyšování hodnoty toho, s nímž mluvím.

Příkladem *devalvace* mohou být projevy typu:

- někdo jde kolem mě, a ani si mne nevšimne
- potkám se s někým, koho znám, a on mě nepozdraví, případně mi neodpoví na pozdrav
- mluvím s někým, a on mě neposlouchá (věnuje pozornost něčemu jinému)
- něco říkám, a někdo mi skočí do řeči (jde o projev tzv. intruze)
- někdo se ke mně chová, jako by mě neviděl a neslyšel
- někdo se mnou jedná neuctivě, stroze úředně, formálně, služebně, chladně atp.

Příkladem *evaluace* mohou být projevy typu:

- někdo si mě všimne a pozdraví mě
- někdo se mnou jedná uctivě
- někdo mi naslouchá, a v duchu je se mnou
- někdo mě nechá domluvit, když něco říkám, a neskáče mi do řeči
- někdo o mně hovoří s uznáním
- někdo mne pochválí, když udělám něco chvályhodného
- někdo se mě zastane – i když nejsem přítomen tam, kde se o mně jedná
- někdo se mnou jedná otevřeně a nejedná o mně za mými zády
- někdo mi odpouští to, co jsem mu nepěkného udělal
- někdo mě povzbuzuje, když to potřebuji
- někdo o mně a o to, jak mi je, projevuje zájem
- někdo mi pomáhá dobrovolně, z vlastní vůle a iniciativy
- někdo mě uklidňuje, když jsem rozrušen
- někdo se mnou jedná s úctou a respektem
- někdo se mnou jedná slušně, taktně a citlivě
- někdo kladně oceňuje mou práci (to, co jsem udělal) atp.

Co působí negativně na naše mluvení

Necitlivost k člověku, s nímž mluvím. Nepodaří-li se nám citlivě vystihnout při rozhovoru, jaký je emocionální stav druhého člověka, pak se může stát, že s ním budeme hovořit – obrazně řečeno – jinou, cizí řečí či v jiné tónině. Za takové situace je porozumění často v nedohlednu.

Falešné předpoklady. Do rozhovoru nevstupujeme tak, jako bychom začali psát na nepopsaný list papíru. Dříve, nežli začneme mluvit, máme své vlastní představy o tom, oč jde, o koho se jedná, co on chce atp. Může se stát – a stává se dost často, že tyto naše představy jsou nesprávné (falešné). Těžko pak vše napravujeme.

Soběstřednost – egocentrismus. Často s někým hovoříme, avšak myslíme převážně na sebe, na vlastní úkoly, zájmy, starosti a povinnosti. Uzavírání se do ulity vlastních problémů ztěžuje dorozumění s druhým člověkem.

Obavy a strach. Jsou lidé, kteří se nebojí promluvit s nikým. Na druhé straně je nás mnoho, kteří máme obavy a strach, když máme hovořit s určitými lidmi. A jsou lidé, kteří se vůbec bojí promluvit s kýmkoliv. Strach svazuje nejen ruce, ale i jazyk. Z důvodu obav mnohé bývá nevyřčeno, co by mělo být řečeno.

Nerespektování sebevědomí partnera. Sebevědomí každého z nás je velice křehkou nádobou. Stačí se jí jen trochu necitlivě dotknout a již se hrouť. Necitlivost k sebehodnocení druhého člověka, netaktní dotek toho, co jemu je drahé a vzácné, nešetrná zmínka o něčem, co je mu posvátné atp., mohou druhého ranit a zranit.

Nenáladovost. Jsou situace a chvíle v životě, kdy slunce svítí a je nám dobře. Dobře se nám i s druhými lidmi mluví. Jsou však i situace jiné, kdy naše nálada je pod bodem únosnosti a do ničeho se nám nechce, vše je nám protivné a naše trpělivost je minimální. Je-li to jen trochu možné, měli bychom se v takových chvílích zdržet jakýchkoliv poznámek na adresu druhého člověka.

Uzavřené srdce. Když někdo mluví a hodně mluví, neznamená to ještě, že je k druhému člověku otevřen. Otevřenost v rozhovoru znamená spíše „mít otevřené srdce“, nežli mít otevřená ústa.

Kdy nám lidé rádi naslouchají

V naší snaze v lásce hovořit s druhými lidmi nám mohou být pomocí poznatky o tom, co působí pozitivně v našich rozhovorech. Koho tedy lidé rádi slyší?

Toho, kdo je „někdo“. Termínem „někdo“ vyjadřujeme kladné hodnocení osobnosti druhého člověka. Chceme tím říci, že to je člověk, kterého si vážíme – např. pro jeho morální chování, znalosti, dovednosti, pěkné způsoby jednání s druhými lidmi, ochotu, důvěryhodnost, vstřícnost atp.

Toho, kdo má zdravé sebevědomí. Každý z nás má určité pojetí o sobě a zcela určitý vztah k tomu, jak vidí sebe sama a jak se hodnotí. Někdo se může až příliš pyšně povyšovat. Jiný naopak ponižovat. V obou případech může jít o nezdravé

abnormality. Zdravé sebevědomí se vyznačuje zároveň díky a vděčností za to, kdo jsem, i pokorou před tím, kdo je nade mnou.

Toho, kdo se dovede ovládat. Jsou lidé, kteří v určitých vypjatých situacích ztrácejí vládu nad sebou. Setkáváme se s tím u lidí všelijak popudlivých, u lidí „slabých nervů“, u fanatiků atp. S těmi se nám těžko mluví. Radostí nám je, když můžeme hovořit s lidmi, kteří se přiměřeně ovládají, dovedou být lidštití a neztrácejí nad sebou vládu

Toho, kdo je schopen otevírat se v rozhovoru s druhými lidmi, kdo nezůstává uzavřen např. do úředního tónu, profesionálního postoje a strohého formalismu. Otevíráním se zde rozumí dynamika, kdy se hovořící (pastýř) otevírá vždy o kousek více než partner, s nímž hovoří.

Toho, kdo toho moc nenamluví, ale dovede přiložit ruku k dílu, tam kde je toho zapotřebí, kdo se dovede podílet a sdílet s druhými lidmi, kdo se dovede rozdělit s druhými o poslední kousek chleba.

Toho, kdo má úctu k posluchačům. Jak bychom také mohli rádi naslouchat člověku, který by nám projevoval neúctu!

Poznámka: O způsobech mluvení a jednání s lidmi viz více v knize: J. Křivohlavý: „Tajemství úspěšného jednání“ (1995).

Dialog

Není to debata, při níž jde o to v slovním souboji nad druhým zvítězit. Není to diskuse, v níž jde o to, kriticky rozebrat věc, o níž hovoříme, a nenechat – obrazně řečeno – „kámen na kameni“. Nejvzácnější formou rozhovoru a nejvlastnější formou hovoru v pastorální péči je dialog. Co se jím rozumí?

Ve slovu dialog slyšíme řecké „dia“ – česky skrze (viz např. diapozitiv, tj. sklíčko, které, když prosvítíme, tak nám umožní vidět na plátně „ve sklíčku skrytý obraz“). Ve slovu dialog slyšíme i „logos“ – slovo, řeč, mluvení. Je tedy možno rozumět dialogu jako příležitosti, kdy se můžeme dobírat – v pozadí v rozhovoru užžitých slov – hlubšího významu, smyslu a jádra toho, o čem hovoříme.

Obdobně jako u naslouchání a mluvení i zde je možno se učit dialogické formě vedení rozhovoru. V prvé řadě u klasiků – např. v Platonových dialozích nebo u „filozofa dialogu“ – Martina Bubera (M. Buber, 1973, 1996; G. Wehr, 1995 aj).

Doporučení: Těm, kteří by měli zájem o prohloubení této tematiky, je možno doporučit knihy: Floyd McClung: Otče, sjednoť nás. Logos, Praha, 1991

J. Křivohlavý: Jak si navzájem lépe porozumíme, Praha, Svoboda, 1988

J. Křivohlavý: Tajemství úspěšného jednání, Praha, Grada, 1995

Carl R. Rogers: Způsob bytí, edice Spektrum, Portál, Praha, 1998

V. ZÁVĚR

Na začátku knihy jsme vycházeli ze zjištění, že člověk není na světě sám, že vedle něho existují druzí lidé – jeho bližní. I když má člověk mnoho problémů sám se sebou (a mnohé z nich jsme v této knize otevírali), přece jen by mu problémy, otázky, těžkosti, potřeby, nedostatky a strasti druhých lidí neměly být lhostejné. O to jde každé formě péče o druhé lidi (viz např. zdravotní péči, sociálněekonomickou formu péče atp.). Pastorální péče má k těmto druhům péče ještě něco navíc. Vede nás k ní ten, který je – pro křesťany – nás milujícím „Pánem“. Upozorňuje nás na tajemství, které je z hlediska soběstředného života zcela nepochopitelné – že, „blaze je tomu, kdo dává, ne tomu, kdo bere“ (Sk 20,35). Otevírá nám ve víře oči, abychom viděli svět v jiném světle Ukazuje nám, že člověku není dobře, když žije jen sám pro sebe. Sám nám zde jde příkladem i v pastorální péči. Vybízí nás k ní. Dává nám k ní potřebné schopnosti a možnosti – tzv. „dary“, abychom jimi „těžili“ (viz německé „Gabe ist Aufgabe“ – dar je zároveň i úkolem). I tam, kde jsme si vědomi toho, že naše služba – naše pastorální péče není zdaleka tak dokonalá, jakou by měla být – nám dává radost z toho, že se smíme spolupodílet na jeho díle lásky na tomto světě. A to není málo.



CITOVANÁ LITERATURA

- Anderson, Carl: The Voices of Substance Abuse: A Spiritual Perspective, str. 163 - 172 in Holst and Marty (Eds.), 1992.
- Arnold, F. X.: Handbuch der Pastoraltheologie. Praktische Theologie der Kirche in ihrer Gegenwart, Teil I., II. III. , 1970.
- Arnold, William, V. (Ed.): Divorce: Prevention or Survival. Philadelphia, Westminster Press, 1977.
- Atkinson, David, J.: New Dictionary of Christian Ethics and Pastoral Theology. Inter Varsity Press, Leicester, 1995.
- Becker, Ingeborg et al. (Hrsgb.): Handbuch der Seelsorge, EVA, Berlin, 1983.
- Benner, David, G.: Hojenie emocionálnych poraneni. Nádej, Nitra, 1992.
- Benner, David, G.: Strategic Pastoral Counseling. Baker Books, Grand Rapids, Mich., 1992.
- Blühm, Reinmund: Begriff und Theorie der Seelsorge, s. 21 - 54 in Becker, I. et al (Hrsgb.), 1983.
- Buber, Martin: Já a ty. Votobia, 1996.
- Buber, Martin: Das dialogische Prinzip, Heidelberg, Lambert Schneider, 1973.
- Collins, Gary, R.: Christian Counseling. A Comprehensive Guide. Word Books, Waco., Texas, 1980.
- Crabb, L.: Basic Principles of Biblical Counseling. Zondervan Ministry Resources Library, Grand Rapids, 1975.
- Ellison, Craig, W. (Ed.): Self-esteem. Farmington Hills, MI., Christian Association for Psychological Studies, 1976.
- Foster, Richard, J.: The Challenge of the Disciplined Life. Harper and Row, Publ., San Francisco, 1985.
- Foster, Richard, J.: Celebration of Discipline. The Path to Spiritual Growth. Harper and Row, San Francisco, 1988.
- Fowler, James, W.: Stufen des Glaubens. Gütersloher Verlag, Gütersloh, 1991.
- Grün, Anselm: Proměňující moc víry. Karmelitánské nakladatelství, Kostelní Vydří, 1998.
- Heidbrink, Horst: Psychologie morálního vývoje, Portál, Praha, 1997.
- Hálík, Tomáš: Sedm úvah o službě nemocným a trpícím. Cesta, Brno, 1994.
- Haškvcová, Helena: Spoutaný život. Panorama (Edice Pyramida), Praha, 1985.
- Heller, Jan: Bytí v otázce. Křesťanská revue, LVII., č. 10, s. 220 - 223, 1990.
- Holst, Lawrence, E. and Marty, Martin, E. (Eds.): Hospital Ministry. The Role of the Chaplain Today. Crossroad, New York, 1992.

- Hunter, Rodey, J. (Ed.): Dictionary of Pastoral Care and Counseling. Abigdon Press, Nashville, 1990.
- Hromádka, Josef (Ed.): Pastýřská péče I. Vyd. Synodní rada ČCE, Praha, 1987.
- Hromádka, Josef (Ed.): Pastýřská péče II. Vyd. Synodní rada ČCE, Praha, 1988.
- Joesten, Leroy: The Voices of the Dying and Bereaved: A Bridge Between Loss and Growth, s. 139 - 150 in Holst and Marty (Eds.), 1992.
- Kašparů, Max: Malý kompas víry. Matice cyrilometodějská, Olomouc, 1995.
- Katonah, John: Hospitalization. A Rite of Passage. s. 55 - 67 in Holst and Marty (Eds.), 1992.
- Kratochvíl, Stanislav: Manželská terapie. Portál, Praha, 1999.
- Kretzmar, Gottfried: Seelsorge an Behinderten und deren Angehörigen. S. 437 - 452 in Becker, I. et al. (Hrsg.), 1983.
- Křivohlavý, Jaro: Zwischenmenschliche Konflikte und experimentelle Spiele. Hans Huber Verlag, Bern, 1974.
- Křivohlavý, Jaro: Psychologická rehabilitace zdravotně postižených. Jak zlepšovat psychologický stav nemocných. Avicenum. Zdravotnické nakladatelství, Praha, 1985.
- Křivohlavý, Jaro: Jak si navzájem lépe porozumíme. Kapitoly z psychologie sociální komunikace. Svoboda, Praha, 1988.
- Křivohlavý, Jaro: Vážně nemocný mezi námi. Avicenum, Zdravotnické nakladatelství, Praha, 1989.
- Křivohlavý, Jaro: Křesťanská péče o nemocné. Advent, Praha, 1991.
- Křivohlavý, Jaro: Povědej - naslouchám. Návrat, Praha, 1992.
- Křivohlavý, Jaro: Jak zvládat stres. Grada - Avicenum, Praha, 1994.
- Křivohlavý, Jaro: Rozhovor lékaře s pacientem. Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, Brno, 1995.
- Křivohlavý, Jaro: Tajemství úspěšného jednání. Praha, Grada, 1995.
- Křivohlavý, Jaro: Jak zvládat depresi. Grada - Avicenum, Praha, 1997.
- Křivohlavý, Jaro: Jak neztratit nadšení. Grada-Avicenum, Praha, 1998.
- Křivohlavý, Jaro a Stanislav Kaczmarczyk: Poslední úsek cesty. Návrat domů, Praha, 1995.
- Kübler - Ross, Elisabeth: O smrti a umírání. Nakl. Arica, Turnov, 1992
- Kübler - Ross, Elisabeth: O životě po smrti. Nakl. Arica (Edice Esotera), Turnov, 1992.
- Kubíková, Jiřina: Křesťanský domov. Blahoslav, Praha, 1994.
- Kubíková, Jiřina: Pastorační v mimořádných případech, ECM, Bratislava, 1992.
- Küng, Hans: Existiert Gott? R. Piper Ver., München, 1978.
- Lochman, Jan, Milfč: Otče náš. Kalich, Praha, 1993.
- Mallony, L.M.: Dictionary of Pastoral Care and Counseling. Abingdon Press, Nashville, 1990.
- Martin, Ralph: Man und Frau, Eltern und Kinder. Grundlagen für die christliche Familie. Präsenz Verlag, Gnadenthal, 1982.
- Matějček, Zdeněk: Rodiče a děti. Avicenum, Praha, 1986.
- May, Rollo: The Art of Counseling. Gardner Press, New York, 1989.

- McMurry, Douglas and Worthington, Everett L. Jr.: *Value Your Mate*. Baker Verlag, Grand Rapids, Mich., 1993.
- Moeller, Christian (Hrsgb.): *Geschichte der Seelsorge in Einzelportraits*. Band I., II. und III., Vandenhoeck und Ruprecht, Göttingen, 1994.
- Montgomery, D.: *Practical Counseling Tools*. Pauline Books and Media Publ., Boston, 1996.
- Narramore, S., B.: *Guilt: Christian motivation or neurotic masochism*, *Journal of Psychology and Theology*, 1974, vol. 2., p. 188.
- Niniv, W. (Ed.) *Pastorace u těžce nemocných a umírajících*. Vyd. CESD - MSS (Advent), Ostrava, 1992.
- Oden, Thomas: *Pastoral Theology*, Harper, San Francisco, 1993.
- Plaňava, Ivo: *Jak to spolu mluvíme?* Vyd. Masarykova univerzita, Brno, 1992.
- Pokorný, Petr: *Apoštolské vyznání*. Mlýn, Třebenice, 1994.
- Smolík, Josef: *Pastýřská péče*. Kalich, Praha, 1994.
- Svatošová, Marie: *Hospice a umění doprovázet*. *Ecce homo*, Praha, 1995.
- Šoltész, Štěpán: *Kristus a rodina*. Kalich, Praha, 1967.
- Thurneysen, Eduard: *Die Lehre von der Seelsorge*. Theologischer Verlag, Zürich, 1988.
- Toegel, Christa: *Seelsorge an psychisch Kranken*. S. 429 - 436 in Becker, I. et al. (Hrsgb.). 1983.
- Urmoneit, Hannes: *Seelsorge an Süchtigen und Suchtgefährten*, S. 453- 468 in Becker, I. et al (Hrsgb.) 1983.
- Wagner, Maurice, E.: *The Sensation of Beeing Somebody: Building an Adequate Self-Concept*, Grand Rapids, Zondervan, 1975.
- Wagner, Willard: *The Voices on Psychiatry: Inner Tumult and the Quest for Meaning*. P. 151 - 162 in Holst and Marty (Eds.), 1992
- Wehr, Gerhard: *Buber*. Votobia, 1995.
- Winkler, Eberhard: *Seelsorge an Kranken, Sterbenden und Trauernden*, S. 405 - 428 in Becker, I. et al (Hrsgb.), 1983.
- Worthington, Everett, L., Jr. and Mc Murry, Douglas: *Marrige Conflicts*, Baker Books, Grand Rapids, Mich. 1994.
- Wook, Dietrich: *Krankenbesuch*. EVA, Berlin, 1977.

OBSAH

| | |
|---|-----|
| <i>Předmluva</i> | 5 |
| I. Úvod do pastorální péče | 7 |
| II. Individuální péče | 23 |
| 1. POMOC V DUCHOVNÍ ORIENTACI | 23 |
| 2. POMOC V OTÁZKÁCH KŘESŤANSKÉ VÍRY | 27 |
| 3. POMOC V OTÁZKÁCH VINY | 43 |
| 4. POMOC V OTÁZKÁCH OBAV A STRACHU | 51 |
| 5. POMOC V OTÁZKÁCH ZLOSTI | 58 |
| 6. POMOC V OTÁZKÁCH MĚNĚCENNOSTI | 66 |
| 7. POMOC V OTÁZKÁCH UTRPENÍ | 73 |
| 8. POMOC V OTÁZKÁCH NEMOCI | 81 |
| III. Pomoc v otázkách manželství a rodiny | 105 |
| 9. POMOC V OTÁZKÁCH MANŽELSTVÍ..... | 105 |
| 10. POMOC V OTÁZKÁCH RODINY | 124 |
| 11. ŠIRŠÍ POHLED NA RODINU A MANŽELSTVÍ | 142 |
| IV. Jak v lásce přistupovat k druhým lidem | 163 |
| V. Závěr | 173 |
| CITOVANÁ LITERATURA | 175 |

PASTORÁLNÍ PÉČE

Jaro Křivohlavý

Pro Evangelikální teologický seminář v Praze
vydala Oliva, křesťanské nakladatelství a knihkupectví, s. r. o.,
Soukenická 15, 110 00 Praha 1,
v roce 2000

Obálka: Eva Hanušová

Tisk: VS ČR, Praha

ISBN 80-85942-42-9

