



# Čtyři boje

aneb témata (nejen) pro mladé

---

P. Robert Bergman

## Čtyři boje

Proč ten militantní název? Co je to za ikonu na obálce? O jakých čtyřech bojích asi bude? Takové a možná další otázky napadají čtenáře, který poprvé spatří tuto knihu. Snad se mi podaří v nadcházejících řádcích odpovědět a knihu uvést.

Kdo mě zná, ví, že rád používám citát jednoho kolegy: „Je to boj.“ Někomu se to líbí, někomu ne. Svatému Pavlovi by se asi líbil. Sám píše Timoteovi: „Bojuj dobrý boj víry, abys dosáhl věčného života.“ (1Tim 6,12) I naším úkolem je bojovat.

Ikona na obálce knížky se nazývá Christos Pantokrator – Kristus Vševládcce. Ukazuje, pro koho bojujeme, kdo nás na bojiště života povolal a kdo nás zde provází. Může symbolizovat cestu i cíl všech čtyř bojů.

Následující knihu tvoří články z blogu rob.signal.cz, které se dotýkají čtyř důležitých témat: duchovního života, modlitby, odpuštění a čistoty. Setkávám se s nimi poměrně často v různých rozhovorech a diskuzích. Čtyři témata, čtyři boje. Život není procházkou růžovou zahradou, ale cestou, na níž překonáváme překážky, a bojištěm, kde bojujeme proti zlu, slabosti, a někdy i trochu proti sobě samým. Články byly sepsány v rozmezí několika let. Proto se tu a tam stane, že nějaká myšlenka zazní na více místech.

Dlouze jsem přemýšlel, jestli mám jako čtvrté téma zařadit právě boj o čistotu. Je to oblast náročná a citlivá. A většinou se o ní moc nepíše. Na signálech však byly články o sexualitě samoty hojně čtené, což svědčí o tom, že mnoho věřících toto téma řeší. Jestli jim následující kapitoly v něčem pomohou, Bohu díky za to.

Jak název napovídá, knížka je určena (nejen) mladým lidem. Možná ji ocení i jejich rodiče a kněží, kteří je v těchto bojích duchovně doprovází.

Přijměte tedy pozvání do dobrodružství bojů o duchovní život, o modlitbu, o odpuštění a o čistotu.

## Duchovní život mystika

Kdo chce být vzdělaný, chodí mnoho let do školy. Kdo chce dobře hrát na hudební nástroj, věnuje roky cvičení. Kdo se chce stát dobrým řemeslníkem nebo umělcem, čeká ho spousta let tvrdé práce. A co má dělat ten, kdo se chce stát člověkem Božím, člověkem duchovním, člověkem spaseným?

Ne, nemám teď na mysli povolání k zasvěcenému životu – ale obyčejné prožívání víry. Jsou lidé, kteří neokusili krásu vztahu s Bohem a žijí své křesťanství v jakési setrvačnosti – nad vírou nepřemýšlejí, nemyslí si, že by bylo prospěšné do ní investovat síly a čas. Ty teď také nemám na mysli. Ale mám na mysli lidi, kteří už okusili a poznali Boha a bohatství života v jeho blízkosti skrze víru – ale jako by nemohli a neuměli překročit nějakou tajemnou hranici a jejich víra se neprohlubuje – není to ještě plná víra, ale není to už ani nevíra. Mám na mysli křesťany, kteří na své cestě víry ustrnuli a neví, jak dál.

Spása je dar. V listě Efezským se píše: „Spasení není z vás, je to Boží dar; není z vašich skutků, takže se nikdo nemůže chlubit.“ (Ef 2,9) Je-li ovšem spása dar, musí jej člověk přijmout – a přijmout veliký dar, to už určitou práci vyžaduje. Duchovním člověkem se člověk nestane vlastními silami, ale vlastními silami se o to musí přičinit. Je-li víra vztah mezi člověkem a Bohem, pak je i věcí obou zúčastněných. A stejně jako vztah mezilidský i vztah božsko-lidský vyžaduje čas, úsilí a péči – vyžaduje určitou práci.

V čem může spočívat práce na duchovním životě? Zvláštní otázka. Hodně lidí nechává svůj duchovní život jen tak nějak plynout – jakoby samospádem. Jen jsou pak trochu překvapeni, když po několika letech zjišťují, že jsou v lepším případě stále na stejném místě – v případě horším zjišťují, jak jejich život umírá, proplouvá jim mezi prsty. Zjišťují, že ať dělají, co dělají, tak se Bohu nepřibližují,

nebo se dokonce vzdalují. Ztrácejí motivaci prohlubovat svůj život, nemají inspi-raci, nechce se jim.

Jeden z významných teologů 20. století jezuita Karl Rahner napsal: „Křesťan budoucnosti bude buď mystik, nebo nebude vůbec.“ Ale jak se křesťané 21. století mají stát mystiky? Vždyť většina z nich si možná myslí, že se jednoho krásného dne probudí a budou v nebi – jak pronesla jedna literární postava. Chceme se stát mystiky? Chceme vrústat do vztahu s Bohem? Nebo necháme vše jen volně a bez cíle plynout?

Otázka tedy zůstává: V čem může spočívat práce na duchovním životě? Nedělní mše, Otčenáš před spaním a jednou za dva měsíce zpověď k tomu, aby se člověk stal mystikem evidentně nestačí.

Možná, že prvním krokem je položení si otázky, jestli vůbec chci. Jestli chci prožívat křesťanství ne jako náboženství, ale jako víru – jako konkrétní vztah s konkrétní bytostí – s Bohem. Tento krok předpokládá důvěru, která není samozřejmostí. Důvěru, že když vpustím do svého života Boha, neublíží mi a nesebere nic, co by mě skutečně činilo šťastným. Každý vztah proměňuje. Nejen zamilované mladé, ale i zamilované staré, nejen muže zamilovaného do ženy, nejen ženu zamilovanou do muže. Mění vztahy rodičů k dětem, dětí k rodičům, dokonce i vztahy přátel. A v neposlední (vlastně v první) řadě i vztah člověka s Bohem a Boha s člověkem. Boha jeho vztah s člověkem také proměnil – stačí se podívat na kříž a nahlédneme, co je to za proměnu lásky, kdy Boží Syn z lásky k člověku visí na dřevě kříže.

Setkávám se s křesťany, kteří žijí svou víru etapově – od akce k akci, od zpovědi ke zpovědi – jako by čas mezi akcemi byl hluchý a prázdný. Mezi jednotlivými vrcholy je toho žalostně málo. A myslím, že je to velká škoda, protože čas rychle utíká a na člověka

se bezmocně dívá Bůh s náručí plnou milostí, o kterých nikdo neví a o které nikdo nestojí.

Zadruhé se můžeme zeptat: „Co jsem ochoten mému Bohu nabídnout?“ Většinou nejde ani tak o to, co uděláme my, ale o to, jaký prostor přenecháme Bohu k tomu, aby v našem životě mohl působit On. Zapomeňme na duchovní život bez toho, že Bohu nabídneme nějaký prostor. Stejně tak jako nefunguje rodina, ve které spolu manželé netráví čas a neřídí směr své rodiny. Nechám Boha mluvit do uspořádání mého času? Do mých hodnot? Do mých návyků? To není nic snadného – a podobně jako u první otázky to nepůjde bez důvěry v Boží vedení a v Boží neublížení.

Třetí otázka by mohla znít: „Kdo mě tou cestou s Bohem provede?“ Ano, to je otázka po duchovním doprovázení. Praxe víry ukazuje, že mít vedle sebe někoho, kdo duchovní cestou už jde a je o kousek dál, je velmi praktické. Někdy může být tato úloha reprezentována zpovědníkem – ale neodehrává se jen v samotné zpovědi, ale při duchovním rozhovoru v reflexi života víry a životních událostí. Duchovní průvodce není guru, který člověku říká, co má a co nemá dělat. Průvodce je ten, kdo ukazuje možné cesty, a protože mnohými z nich prošel i on sám, tak ví, co na které čeká (případně číhá). Dokáže vést člověka v modlitbě, poradit v případných nesnázích, pomoci pojmenovat aspekty duchovního života. Dokáže člověka vzpamatovat, pohládit i nakopnout – vše v pravý čas. Nebojí se pokládat otázky, které se bojí pokládat jeho svěřenec. A v neposlední řadě doprovází svého člověka i modlitbou. Duchovní doprovázení (vedení) pomůže člověku v tom, že tak snadno nepřikryje svou cestu za Bohem všednodenními událostmi a že jeho víra nebude sérií chvilkových vzplanutí a následných zhasnutí.

Ježíš mluví v evangeliu o zakopaných hřivnách – o bohatství, které zůstane ležet ladem a nepřinese žádný užitek (viz Mt 25,14-

30). Obsazení tohoto podobenství je jasné – služebníci jsme my, pán je Bůh. A tak si říkám, jestli ti směnárníci, nebo podnikatelé, kteří dokážou rozmnožovat a přitahovat Boží hřivny, nejsou právě duchovní průvodci – kteří jsou v těchto Ježíšových slovech ukryti mezi řádky. Převědeme-li rozměr ekonomický na rozměr duchovní, pak uvidíme, že i nás se Ježíš může ptát na to, kdo nám ty naše hřivny pomůže rozmnožit a kolik do toho vneseme svého úsilí. Trochu mi v tom podobenství chybí slovo lenost, protože zakopat hřivnu je vždycky snadnější, než jít a něco s ní podniknout.

Kéž jsme my, křesťané 21. století, mystiky – lidmi, kteří už vstoupili do intenzivního, tajemného a krásného vztahu s živým Bohem.

## **Netoužím po vodě, toužím po Prameni**

O Letnicích si Církev připomíná událost seslání Ducha Svatého a při té příležitosti také prosí. Jenže oč? Už několikrát jsem se setkal s takovými divnými formulacemi, které mě nejprve přivedly k přemýšlení a následně i rozčílily. „Prosme o dary Ducha Svatého, vypočítávání z katechismu, kolik a co to vlastně dary Ducha Svatého jsou...“

Vzpomínám si na jednu příhodu z dětství. Když jsem ještě snad ani nechodil do školy, moje maminka dělala dálkově nějakou školu v Praze. Vždycky když se vracela, přivezla mi nějaký dárek. Drobnost, hračku za pár korun – a já jsem za to byl moc vděčný. Viděl jsem v tom, že na mě maminka myslí, i když je daleko. Pamatuju si, jak jsem hodiny seděl u okna a vyhlížel autobus. Jednou jí to nějak nevyšlo, pospíchala, a nestihla mi nic koupit. A já byl velmi zklamaný a našťvaný na celý svět. Až když jsem pobral trochu toho rozumu, poznal jsem, že největším dárkem pro mě není nějaká hračka, hloupost za pár korun, ale to, že maminku vůbec mám, že mě má ráda a že se v pořádku vrátila domů.

Proč o tom píšu? Já se bojím, že někteří současní křesťané jsou ve stejném stádiu nezralosti. Prosíme o dary – moudrosti, rozumu, rady, síly a všechny možné další citované v katechismu... Ale neuvědomujeme si, že Duch Svatý není bohatý strýček z Ameriky (z nebe), ani maminka, která vozí svým dětem dárky z výletu, ale že je to osoba. Duch Svatý je Bůh. Z oněch formulací a proseb jsem měl pocit, že nám nejde o to mít Ducha, ale že se spokojíme s dary Ducha. A to mi přijde tragické, protože redukuje osobu na dárky.

Je to Duch Ježíšův. Ten, kterého nám chce poslat Ježíš poté, co se vrátil ke svému Otci. Je to Duch, ve kterém může Bůh pokračovat ve svém díle na zemi a ve kterém i my, křesťané, pokračujeme v díle spásy. Je to Duch, který dokáže proměnit naše nitro, Duch,



který v nás probouzí pevnou víru a důvěru v Boha. Jenom s Duchem Svatým dokážeme zakusit a pochopit, že nás Bůh miluje, jako miloval svého syna Ježíše (viz Jan 17,23).

A co děláme my? Pěkně jsme si rozdělili do škatulek, co by nám Duch Svatý mohl dát, a to vyžadujeme. Prosíme o dary, ale neprosíme o Ducha. Aby k nám přišel, aby s námi přebýval, abychom jím byli naplněni. Občas trápím biřmovance (a někdy i spolubratry v kněžské službě) dotazem – kolik je darů Ducha Svatého. Katechismově uvědomělí odpovídají, že sedm. Opravdu jen sedm? Dar odpuštění hříchů není darem Ducha? Dar vědomí Boží lásky není darem Ducha? Dar spásy není darem Ducha? A myslím, že bych mohl dlouze a dlouze pokračovat – je-li Duch Svatý Boží osobou, tak nemůžeme jeho působení vtěsnat do katechismového výčtu jeho projevů a darů.

Jediná věc, která je snad ještě horší než prosit o dárečky, je redukovat Ducha Svatého na zázračného napovídatele a záruku úspěšného losování u vysokoškolských zkoušek a maturit. Víím, že to není neúcta, ale nevědomost a nezralost. Proto jsem si řekl, že chci nabídnout alternativu – přistupujme k Duchu Svatému jako k osobě – ne jako k závozníkovi exkluzivních darů.

Když se vrátím k mé příhodě z dětství – až později jsem pochopil, že mé zklamání bylo zklamáním i pro maminku. Ne proto, že mi nemohla přivést dáreček, ale proto, že jí mrzelo, že jako nezralé a hloupé dítě jsem její lásku hodnotil podle toho, jestli mi vozí nebo nevozí dárečky. A ptám se sám sebe, jestli se podobně na nás, křesťany 21. století, nemůže dívat náš Bůh. Prosíme o dary, ale když se nám něco nedaří, pochybujeme, nejsme vděční za to, že nás Bůh má rád a co pro nás normálně dělá. A když se nám něco nepodaří podle naší vůle, tak dokážeme jako děti vzdorovat, vyčítat, trucovat.

Když Duch Svatý uchvátí naše nitro, naše srdce, našeho člověka, nepochybuju o tom, že nám dá naprosto všechno, co budeme potřebovat pro náš život – a nejen pro náš, ale i pro druhé. Věřím krásnému a silnému Ježíšovu slovu: „Kdo by se však napil vody, kterou mu dám já, nebude žíznit navěky. Voda, kterou mu dám, stane se v něm pramenem, vyvěrajícím k životu věčnému.“ (Jan 4,14) Není snad Duch Svatý tou životodárnou vodou od Ježíše?

Po svém zmrtvýchvstání Ježíš také neposlal učedníky, aby čekali na dárečky, ale aby přijali Ducha. Jen se na to během těch tisíců let tak trošku pozapomíná. A tak jsem si dovolil nabídnout tuto úvahu. Některé věci trochu hrotím, ale to je proto, že mi připadají vyhocené tak málo, že už snad o ně ani vůbec nejde. Proč?

Netoužím po vodě, toužím po prameni. Nejde mi o dary Ducha, jde mi o Ducha Svatého samotného. Nejsem minimalista – i s tím rizikem, že Duch Svatý skutečně přijde a bude jednat. Myslím, že přesně tohle Ježíš před svým odchodem k Otci chtěl.

## Zkratky k Bohu

Kolik je lidí, kteří nejsou se svou cestou víry spokojeni? Myslím, že mnoho. Často hledají zkratky. Cesty, které se tváří, že také mají cíl v setkání s Bohem, ale které jsou příjemnější, snadnější nebo zajímavější. Asi všichni známe příběh – pohádku, kdy Bůh přivede člověka nespokojeného se svým křížem do místnosti plné různých křížů aby si vybral jiný, příjemnější. A člověk je postupně zkouší a každý z nich mu přijde něčím nepříjemný... Až konečně najde jeden, který jakoby mu byl vyroben na míru. V závěru se od Boha dozví, že je to právě ten jeho kříž, který si před pokusem odložil...

Zvu vás tedy k zamyšlení o zkratkách. Zkusím se pozastavit u jedenácti, které považuji za nejrozšířenější a kterými se (podle mého názoru a zkušenosti) cesta za Bohem nejvíce prodlouží.

### *1. Zkratka hledání snazší cesty*

Jsou lidé, kteří mění své vyznání podle potřeby. Chvilí jsou katolíci, chvíli evangelíci, chvíli vyznavači islámu, po nějaké době odborníci na východní náboženství... Často sáhnou po náboženství synkretickém, které si vybírá, co se mu hodí – podobně jako když pejsek s kočičkou vařili dort. Společným znakem těchto zkratk bývá klesající náročnost – zkratka nevede k tomu, co je náročnější, ale k tomu, co je snazší. Dobře to vystihuje termín: náboženství volného času. „Když mám volno a chce se mi, jsem horlivý vyznavač víry v cokoliv. Když čas nemám, anebo se mi jen nechce, jednám, jako kdybych žádnou víru neměl – nebo si zvolím náboženství jiné.“ Velmi častá zkratka, která je pohodlná. A člověk skutečně může skončit nikoliv u cíle, ale téměř jistě úplně ztracen, jak říkají někteří teologové, na veletrhu náboženství. Jak se taková zkratka pozná? Snadno – při vstupu na ní se člověk neptá, jestli je ta či ona cesta dobrá nebo špatná, ale jestli je to cesta snadná. Pokušení cesty za málo peněz hodně muziky je velmi lákavé.

Hledání snazší cesty se vůbec nemusí týkat volby náboženství – může se týkat duchovního života – třeba toho, co děláme pro Boha a pro naše bližní. Je přeci daleko snadnější milovat děti v Africe než svoje bližní...

### *2. Nepřijetí zodpovědnosti za svůj duchovní život a za svou víru*

Proč mluvím v článku o zkratkách o zodpovědnosti? Protože tyto dvě oblasti života spolu úzce souvisí. Tendenci zkracovat si cestu mají často lidé, kteří se bojí přijmout zodpovědnost. Možná by se daly rozlišit tři skupiny zkratků odmítnutí zodpovědnosti. Zodpovědnost znamená, že když se rozhoduji, musím unést své rozhodnutí – dobré i chybné. Errare humanum est, říká latinské přísloví – chybovatí je lidské. A věřím, že to ví i Bůh. Přijetí zodpovědnosti za svou víru znamená vědět, že svou víru a svůj duchovní život mohu řídit. Že k tomu mám prostředky a že záleží jen a jen na mně, jestli je využiji, nebo je nechám ležet ladem. Mohu se rozhodovat a má rozhodnutí ovlivní mou cestu víry. A i když se někdy rozhodnu chybně a uznám: „Zmýlil jsem se,“ je tu Bůh, který mi ukáže cestu jak z mého omylu ven – a spolu se mnou nastoupí cestu případné nápravy. Jaké mám prostředky pro svůj duchovní život? To je otázka... Kdo na ní nezná odpověď, nezná své možnosti, a také neví, co je zodpovědnost.

Pro útěchu nemohu nezmínit – zodpovědnost za svůj život máme jen a jen proto, že nám Bůh věří. Kdyby nevěřil, stvořil nás jako loutky bez možnosti rozhodovat se – loutky mechanicky plnící vůli někoho nad námi. Jestliže Bůh dal každému člověku život, dal mu také svou důvěru – a svobodu. A tak tento trojúhelník: svoboda – důvěra – zodpovědnost k víře člověka neodmyslitelně patří.

### *3. Přesun zodpovědnosti*

Kolik výmluv už jsem slyšel: „Já za to nemůžu, měl jsem špatné dětství, za všechno mohou druzí, já mám prostě smůlu, všichni to

mají jednodušší, kdyby mi někdo neházal klacky pod nohy...“ Vymluví se na cokoliv a na kohokoliv, jen aby nemuseli sami přijmout zodpovědnost. A tak se podobáme prvním lidem, kteří místo aby Bohu řekli narovinu: „Bože, zhřešili jsme,“ hledají výmluvy, svádějí vinu jeden na druhého, Adam na Evu, Eva na hada a Adam vlastně i na samotného Boha: „Žena, kterou ji mi TY dal...“ (srov. Gn 3,12-13) Je příliš snadné ukazovat prstem, hledat a nacházet viníky všeho možného neštěstí – je snadné označovat ty, kteří za to můžou. To je destruktivní zkratka. Co se s ní dá dělat? Nedívat se kudy cesta vedla v minulosti, ale kudy má vést v budoucnosti. Neřešit, co chce Bůh po druhých lidech (a co třeba nesplnili), ale to, co chce Bůh teď po mně. Myslím, že i když má člověk komplikovanou startovní čáru, má vždycky šanci doběhnout do dobrého cíle. Záruku této šance máme v Bohu.

#### *4. Shovení zodpovědnosti na zákon*

Jsou lidé, kteří jsou ve své víře velmi nejistí – a proto hledají svou jistotu ne v Bohu a ve svém vztahu k němu, ale v různých zákonech, příkázáních, zákazech a nařízeních. Jejich víra je ohraničena dodržováním něčeho – aniž by vnímali hlubší smysl. Krásně se dá pozorovat, že optikou zákona se dívají nejen na sebe, ale i na druhé. A příliš snadno označují svaté a hříšníky, pravověrné a heretiky, autority a zatracence. Tento přístup je ve své podstatě snadný. Stačí nastudovat zákon a přijmout spiritualitu farizeů, pro které byla alfou a omegou duchovního života zásada: Zákon musí být naplněn. Pak už člověk nemusí milovat Boha, nemusí milovat druhé lidi – stačí dodržovat zákon a normovat druhé, jestli jsou nebo nejsou hodni sympatií. Po studiu evangelia myslím, že Ježíš takhle nejednal a tyto zkratky mu byly zvlášť odporné. Farizeové by mohli vyprávět...

Přijetí zodpovědnosti je věcí lidské zralosti – buď člověk zralý je a zodpovědnost za svůj život přijímá, nebo ne.

### *5. Zkratka potvrzení v zázracích*

Některé zkratky křesťanů se dotýkají hranic magie. Hranice mezi dotazováním se Boha a dožadováním se zázraku nebo nějakého nadpřirozeného (mimopřirozeného) působení může být nezřetelná. Proč položit otázku před Boha a nechat ho, aby se dotýkal mého srdce, přetvářel můj život, vedl mě a odpověděl mi, až on sám bude chtít, když mohu mít odpověď hned? Proč vstupovat do ticha modlitby a poctivě se ptát, když mohu mít odpověď rychle a ještě ke všemu zřetelnou? Proč se opírat o víru, když se můžeme opřít o něco viditelného, hmatatelného? Uznávám, že neviditelný a nehmatatelný Bůh to má prostě v našich srdcích těžší – ale zato s ním nejde tak dobře manipulovat jako s některými našimi podmínkami a ultimáty.

Kdy nejsou otázky zkratkou? Když ponechávají samotnému Bohu svobodu odpovědět – kdy bude chtít a jak bude chtít.

### *6. Zkratka identifikace se skupinou*

Nic nového pod sluncem. Mezi základní potřeby nejistého a slabého člověka patří snaha identifikovat se s nějakou jistou a silnou skupinou. To není ani tak záležitost víry, ale psychiky člověka. A objevuje se i v duchovním životě. To, oč tam jde, už není vztah člověk-Bůh, ale vztah skupina-Bůh. Jen Bůh ví, kolik lidí si chce cestu zkrátit útekem do různých řeholí a společností – jen aby nemuseli (odpustte mi ten sportovní termín) kopat sami za sebe. Tato zkratka je nebezpečná nejen pro člověka samotného, protože až ze své zkratky vystřízliví, zjistí, že je přesně tam, kde byl před ní, ale je nebezpečná právě pro tyto skupiny. Zním několik případů, kdy jedinec zbytečně ohrozil, nebo přinejmenším zatížil, řeholní komunitu – a tím zkomplikoval cestu jiných, nevinných lidí. Je velký rozdíl mezi někam patřit a někam utíkat. V prvním případě tam

člověka volá Bůh, v druhém případě se člověk před skutečným Božím povoláním schovává.

### *7. Zkratka hříchem*

Další skupinou zkratek, které si často lidi volí, jsou zkratky hříchem. Jako by Bůh zapomněl říct, že skrze některé hříchy si tu naši cestu můžeme zpříjemnit nebo zkrátit. On na to ale nezapomněl – řekl nám, že skrze hřích si cestu nikdy nezkrátíme. Bůh je světlo a není v něm žádná temnota. Nikdy nemůžeme dosáhnout dobra za použití zla. Zlo nemůže být cestou k dobru. Kolik lidí si omlouvá svůj hřích a spatřuje v něm cestu za Bohem? Ano, jistě, je pravda, že Bůh dokáže i hřích svým milosrdenstvím proměnit v požehnání, ale spoléhat na to znamená dělat z Boha zázračného posvěcovatele zlých skutků.

To není fér ani vůči Bohu, ani vůči pravdě, ani vůči naší zodpovědnosti. Člověk, který se svobodně vrhá do něčeho zlého a opovážlivě se spoléhá, že ho Bůh zachrání, je, podle mého názoru, duchovní podvodník.

Jsou principy, které nelze obejít. Ne proto, že by byly zlé a neúprosné, ale prostě proto, že jsou. Je gravitace zlá? Ano, může se nám vybavit spousta vzpomínek – od rozbitých a zničených věcí, zlomených nohou a rukou, až po nepochopitelné krajíce chleba vždy spolehlivě padající namazanou stranou k zemi (pokud možno ještě odrazem přes všechny dostupné znečistitelné plochy v dosahu). Ne, gravitace není zlá – gravitace prostě je. A naším úkolem je se s její existencí smířit a naučit se s ní pracovat. To samé platí i o principu hříchu – když udělám něco zlého, přinese to do mého života zase jen zlo – nikdy dobro. Tak to prostě je.

### *8. Zkratka stopkou*

Zní to trochu paradoxně: zkratka stopkou? Možná to jde pochopit na způsobu řešení některých problémů nebo situací: „To se nějak

vyřeší.“ Jenže nechávat některé věci v životě vyhnít nebo vyřešit se samy – to není dobrá cesta. Ono se totiž taky může stát, že neřešením něčeho se může směr života úplně změnit. Někteří křesťané nechtěli řešit nějakou svou slabost, opustili cestu svátostí a kvůli maličkostem opustili vztah s Bohem. Umět dobře rozlišit věci, které potřebují řešit a vyřešit – to je životní moudrost.

### *9. Zkratka útekem*

Variantou předchozí zkratky je zkratka útekem. Nejen neřešení problému, ale útek od něj. Zakrývání si očí, tváření se, že se nic neděje, upření pozornosti jiným směrem. U kněží se někdy projevuje velikou pastorační aktivitou, ale zanedbáváním duchovního života, u laiků vynakládáním sil do věcí vně namísto uvnitř. Neexistuje problém, před jehož řešením by se nedalo utíkat, ale zároveň také neexistuje problém, který by se útekem vyřešil. Jenže někdy se útek zdá být zkratkou... Co pomůže tady? Pravdivost? Odvaha? Pomocníci?

### *10. Zkratka obcházením Církve*

„Nemám problém s Kristem, mám problém s Církví.“ Jenže ouha – Církev je mystické tělo Ježíšovo. Nelze oddělit Krista od Církve, ani Církev od Krista – tedy ano, lze, podobně jako lze oddělit hlavu od těla a tělo od hlavy, ale ani v jednom případě to není životaschopné. Někdy je Církev prostředím přijetí a růstu, někdy může znamenat kvůli lidské slabosti zátěž, kterou člověk na sebe nechce vzít. A my se můžeme, ba i musíme, pustit do boje s větrnými mlýny – do boje, který nemůžeme úplně vyhrát. Možná je to podobné jako v manželství, kdy si nedokonalí lidé berou nedokonalé lidi. Buď do manželství vstoupí naplno – a obětují svůj čas a síly budování vztahu, anebo začnou utíkat a manželství dříve nebo později opustí. Pro manžely neexistuje zkratka do nebe mimo jejich manželství... To neznamená, že neexistují jiné cesty, ale ty



jsou nepoměrně těžší a komplikovanější než ta jejich cesta jejich manželství. Pokukovat po zkratce – tomu se také dá říci nevěra.

Když se řekne Církev, mají lidé tendenci vidět především hierarchii (papeže, biskupy, kněze a jáhny). Ale to není její jediná viditelná součást. Když my, křesťané, nežijeme ve společenství s ostatními křesťany, pak je hierarchie skutečně to jediné, co je vidět – a tento pohled nebude reprezentativní – už jen proto, že místo celku ukazuje pouhou jednu jeho část. Myslím, že není možné pravdivě vnímat Církev bez Božího lidu, stejně tak jako není možné pravdivě vnímat Církev bez Krista.

### *11. Zkratka protekci*

Další zkratka v křesťanském prostředí je jiného charakteru. Proč se o něco snažit, když mi to může někdo zařídít? Proč vyvíjet snahu v práci na duchovním životě, když bychom si mohli zařídít nějakou zázračnou protekci? To jsou ti hledači zázračných zjevení, populárních guru a tajemných poselství. Objíždějí rozličné kněze nebo laiky, objíždějí uznaná i neuznaná zjevení... Na tom ještě nemusí být nic zlého – pokud ovšem jejich víra nestojí na lidech, na mimořádných úkazech a na soukromých poselstvích a ne na tom nejdůležitějším a jediném spásonosném člověku – na Ježíši Kristu, který je jediným prostředníkem mezi Bohem a námi (srov. 1Tim 2,5). Setkal jsem se s velikou spoustou lidí, kteří na těchto zkratkách duchovně živořili a netušili, kde je problém. Na zkratce nenašli skutečnou potravu, protože ji tam nehledali, a nenašli Krista, protože ho tam také nehledali. Ale to je asi téma na samostatnou úvahu. Prosím, nepochopte mě špatně – nejsem proti některým projevům různých spiritualit, ale pevně zastávám názor, že křesťanská víra musí být prostě postavena na Kristu. Jak napsal sv. Ignác z Loyoly: „Nakolik mi v tom něco pomáhá, je to dobré, nakolik mi v tom něco překáží, je to zlé.“

Zdůraznil bych ještě jednu věc. Nedávno jsem slyšel, že když se budu modlit jednu konkrétní napsanou modlitbu, tak mě Bůh zcela jistě spasí – nezá-visle na mém životě, skutcích a víře... S lítostí jsem odpověděl, že se nacházím na rozcestí – buď budu věřit evangeliu, kde Ježíš mluví o reálné lásce k Bohu a k bližnímu, o odpuštění a o životě víry, anebo budu věřit soukromému zjevení, které se s učením evangelního Ježíše rozchází, protože spásu mi přisuzuje na základě odříkávání nějaké napsané modlitby. Volím cestu následování evangelního Krista, protože si myslím, že zázračná protekce je zkratkou vedoucí úplně někam jinam, do jiného království.

Divná automatika různých příslibů mi připomíná rétoriku reklamy, která mi na idealizovaném obrázku ukazuje, že dokonalé štěstí mohu nalézt pouze tehdy, když si budu čistit zuby pastou a kartáčkem jedné konkrétní značky. Kdyby tohle stačilo – byla by kolem nás spousta šťastných lidí...

Naše životní cesta, po které jdeme za Bohem, není jednoduchá a leckdy ani příjemná. Přeji všem lidem, aby měli vždy dostatek sil a trpělivosti. Nepomůže vychytralost, nepomůže si jí zkrátit – už jen proto, že ten, kdo nás na cestu pozval, i ten, kdo má eminentní zájem, abychom z ní sešli, jsou daleko chytřejší než my všichni dohromady. I na duchovní cestě je potřeba věrnost, která nám pomůže překonat překážky a s důvěrou v Boží vedení pokračovat k cíli.

Když jsme byli na výletě, jeden z mých přátel pronesl větu, která se mi hluboce vryla do paměti a která platí i v duchovním životě. Myslím, že nemusím moc popisovat, v jaké situaci ji pronesl: „Tato zkratka je sice o něco delší, ale za to méně pohodlná.“ Kéž se neztrácíme – a pokud už se ztratíme, tak ať jsme nalezeni...

## **Je možné, že Bůh nechce, abychom zvítězili?**

Jednou mě při modlitbě napadla tato věta, která dál občas zaznívá v mé mysli. „Je možné, že Bůh nechce, abychom v nějakém boji zvítězili?“

Máme v životě hodně bojů. Zápasíme s pokušeními, bojujeme o naši víru a v našem všedním životě i v našem srdci to občas vypadá jako na bojišti dobra se zlem. Svátý Ignác z Loyoly ve svých exerciciích vedl lidi, aby si uvědomili, pod čím praporem chtějí bojovat: pod praporem Krista, nebo pod praporem Božího Nepřítele. My to už většinou víme, a proto bojujeme. Někdy ale bojujeme usilovně a dlouhodobě, ale nevítězíme. Naopak – prohráváme.

Občas slýchávám ve svátosti smíření postesknutí, že někdo nějaký svůj boj opět prohrál. Nic nového pod sluncem – i já mnohé své hříchy opakuji, ač nechci. Někdy se o tom mluví při modlitbě křížové cesty, když rozjímáme o opakovaných pádech. Jenže někdy ty naše opakované pády a prohry mohou vyrůst do jedné věci – začneme pochybovat o možnosti vítězství a současně začneme pochybovat o vojevůdci, který nás k tomuto cíli vede. A jsme tak podobni Izraelitům na cestě do země zaslíbené, kteří reptali proti Bohu i proti Mojžíšovi, že je cesta příliš dlouhá, příliš obtížná, že se jim leccos nedostává, že nemají žádné viditelné záruky... My ovšem pochybujeme o Ježíšovi a o Církvi – takový historický upgrade.

Tak jak to tedy je? Je náš Bůh Bohem vítězství? Já jsem přesvědčen, že Bůh je Bohem Božího vítězství, ale ne vítězství našich představ. A to může být problém. Rozdíl Božího pohledu a pohledu našeho, rozdíl Božího pojetí vítězství a našeho pojetí vítězství, rozdíl mezi Boží motivací a motivací naší.

Někteří lidé si myslí, že Bůh, podobně jako my, volí cestu nejmenšího odporu. Vyčítají Bohu, že nezasáhne tam, kde si

představujeme, že by zasáhnout měl, že nevyřeší naše boje a že nás nechává bojovat... a padat. A myslím, že je to pravda – že Bůh nás skutečně někdy nechává. Otázkou je ale: Proč? Co tím sleduje? Když se pravdivě podíváme na naše lidské boje a touhu po vítězství, tak musíme uznat, že některé naše motivace nejsou z naší strany košér. Pozastavme se u tří z nich.

První je pýcha. Je normální, že když se nám něco povede a něčeho dosáhneme, máme z toho radost. Myslím, že tuto schopnost nám vložil do srdce Bůh, aby nás motivoval k práci. Ale když se tato touha po radosti z toho, že jsme něčeho dosáhli, objeví v duchovní oblasti, může začít překážet. Když totiž já zvítězím, pak jsem já borec, využil jsem svých sil, moje sebevědomí a moje sebehodnocení půjde nahoru. Ale kde má v tomto typu vítězství místo Bůh? Ono se může docela dobře stát, že i když si to nepřiznáme, tak v srdci bude myšlenka: já jsem to dokázal. Já. A Boha pak nebudeme potřebovat, protože získáme potvrzení toho, že si vystačíme sami. A to není nic jiného než obyčejné sobectví. Vždyť jsme přece tak dobří, dosáhli jsme toho, co jsme my chtěli. Snaha spasit se vlastní silou – to je pro Boha a pro naši cestu za ním skutečný problém. Paradoxně narozdíl od prohry.

Krásně o tom vypráví příběh Gedeona v knize Soudců: Za časného jitra se Jerubaal, to je Gedeón, a všechen lid, který byl s ním, utábořili u pramene Charódu. Tábor Midjanců byl od něho na sever, v dolině za návrším Móre. I řekl Hospodin Gedeónovi: „Je s tebou příliš mnoho lidu, než abych jim vydal Midjance do rukou, aby se Izrael vůči mně nevychloubal: »Vysvobodil jsem se vlastní rukou.« Nuže, provolej teď k lidu: Kdo se bojí a třese, ať se z Gileádského pohoří vrátí a vzdálí.“ Vrátilo se dvaadvacet tisíc mužů z lidu, zůstalo jich jen deset tisíc. Hospodin však Gedeónovi řekl: „Ještě je lidu mnoho. Poruč jim, ať sestoupí k vodě, tam ti je vyzkouším. O kom ti řeknu: Půjde s tebou, ten s tebou půjde. Ale

nesmí jít s tebou nikdo, o kom ti řeknu: Ten s tebou nepůjde.“ Poručil tedy lidu sestoupit k vodě. Hospodin řekl Gedeónovi: „Postavíš zvlášť každého, kdo bude chlemtat vodu jazykem jako pes, a každého, kdo si při pití klekne na kolena.“ Těch, kteří chlemtali a podávali si vodu rukou k ústům, bylo celkem tři sta mužů. Všechen ostatní lid klekal při pití vody na kolena. Hospodin řekl Gedeónovi: „Třemi sty muži, kteří chlemtali, vás vysvobodím a vydám ti Midjánce do rukou. Všechen ostatní lid ať odejde, každý do svého domova.“ Lid si tedy nabral příděl potravy a svoje polnice a Gedeón propustil všechny izraelské muže, každého k jeho stanu; jen těch tři sta si podržel. Tábor Midjanců ležel pod ním v dolině. Té noci mu Hospodin poručil: „Ihned sestup do tábora nepřátel, neboť jsem ti je vydal do rukou.“ (Sd 7,1-9)

Vítězství nebylo hned a už vůbec ne tak, jak si to Gedeon představoval. Vnucovat Bohu naše představy – to nemůže dopadnout dobře. Pokora v tomto případě znamená chtít a umět přijmout Boží plán.

Druhá motivace je lenost. Jak už jsem napsal, máme mnoho bojů. Ruku na srdce – jak by nám bylo krásně, kdybychom jich měli méně. Nebo dokonce žádné? Nemuseli bychom chodit ke zpovědi, nemuseli bychom vyvíjet takové úsilí (i) v našem duchovním životě, nenaráželi bychom na naše slabosti a omezení. Nemuseli bychom tolik bojovat. To by bylo krásné. A ano – život by byl daleko jednodušší a pohodlnější. Jenže Bůh nás nevolá k pohodlnému životu. Jeden bratr kněz pronesl cennou myšlenku: „Bůh nenávidí mír těch, které povolal k válce.“ Každý z nás je ale povolán k válce – pod praporem dobra (řeceno slovy sv. Ignáce) bojovat v Boží zbroji, kterou nám pro tuto válku dal: „A tak, bratří, svou sílu hledejte u Pána, v jeho veliké moci. Oblecté plnou Boží zbroj, abyste mohli odolat ďáblovým svodům. Nevedeme svůj boj proti lidským nepřátelům, ale proti mocnostem, silám a všemu, co ovládá tento

věk tmy, proti nadzemským duchům zla. Proto vezměte na sebe plnou Boží zbroj, abyste se mohli v den zlý postavit na odpor, všechno překonat a obstát. Stůjte tedy opásáni kolem beder pravdou, obrnění pancířem spravedlnosti, obuti k pohotové službě evangelium pokoje a vždycky se štítem víry, jímž byste uhasili všechny ohnivé střely toho Zlého. Přijměte také přílbu spasení a meč Ducha, jímž je slovo Boží. V každý čas se v Duchu svatém modlete a prostě, bděte na modlitbách a vytrvale se přimlouvejte za všechny bratry i za mne, aby mi bylo dáno pravé slovo, kdykoliv promluví. Tak budu moci směle oznamovat tajemství evangelia...“ (Ef 6,10-19)

Velmi se mi líbí, že Boží zbroj není pouze pasivní – obranná, ale je to také meč – zbraň aktivní. A tuto aktivitu tvoří Duch Svatý, který dokáže tvořit, vést, posilovat, posvěcovat...

Třetím důvodem, proč nás Bůh může nechávat nevítežit, bývá naše slabá vůle. Jak už jsem napsal, tak Bůh nejen že nenávidí mír těch, které povolal k válce, ale také se mu patrně nebude líbit naše (někdy až příliš snadná) rezignace. Když člověk prohraje nějaký ten boj – a třeba případně zhřeší – tak se mu nechce v boji pokračovat. To můžeme vidět například po nějakém hříchu, kdy tento hřích přijmeme, uznáme, že jsme slabí, že potřebujeme odpuštění a že bychom měli přistoupit ke svátosti smíření, ale... Občas se stává, že druhý hřích a ta samá prohra bývá daleko snazší a že další a další prohry už bývají téměř bez boje. „Stejně jsme pošpiněni hříchem, tak co bychom se tak snažili. Počkáme, až nám Bůh odpustí, a začneme zase od začátku.“ Ale to je špatně. Nejen proto, že odkládáme očištění. Bůh rozhodně nechce, abychom se smířili s hříchem a abychom sami nad sebou lámali hůl. Spíše chce přijmout pozvání – nejen do našeho vítězství, ale i do naší prohry. On přece přišel proto, aby zvítězil – ne nad námi, ale spolu s námi.

Bojím se, že se i v dnešní době najdou křesťané, kteří považují Boha za superplniče jejich zbožných přání nebo za zajišťovatele bezproblémového života. To se dobře pozná tehdy, když se v duchovním životě něco nedaří podle našich představ. Víme, že Bůh po člověku nikdy nechce nic nemožného – ale to, co po nás Bůh chce, je, abychom byli na cestě do jeho království, ne to, abychom z vlastních sil dosáhli všech cílů. Bývá poměrně časté, že sami na sebe nakládáme břemena, pod kterými klesáme, a nemůžeme je unést. Někdy je to břemeno bezhříšnosti, kterou po nás Bůh nechce (protože ví, že jsme slabí), někdy je to břemeno náboženského výkonu, někdy břemeno našeho sebevykoupení a samospravedlnosti. A myslím, že nám sám Bůh někdy brání v tom, abychom si tímto Pyrrhovým vítězstvím neublížili.

V uších mi zní krásné Ježíšovo vyznání: „Já jsem ta cesta, pravda i život. Nikdo nepřichází k Otci než skrze mne.“ (Jan 14,6) My nemůžeme dojít k Otci cestou vlastních sil, protože jedinou cestou je Ježíš. A naše pády a prohry mohou přispět, abychom si právě toto uvědomili. Ne naší silou, ale Ježíšovou mocí dojdeme ke spáse. Pro Boha není problém odpustit náš hřích, když chceme povstat a když chceme znovu bojovat – On nás svou smrtí vykoupil a hřích a smrt přemohl.

Když tedy naše dílčí boje prohráváme a narážíme na naše slabosti – existuje nějaká poráženecká cesta se ctít? Bůh nás nechce ponižovat, ani nám nechce jako vztekly autoritativní vladař dávat tvrdě zakoušet naši prohru. Myslím, že i zde se můžeme nechat inspirovat v Písmu:

A abych se nepovyšoval pro výjimečnost zjevení, jichž se mi dostalo, byl mi dán do těla osten, posel satanův, který mne sráží, abych se nepovyšoval. Kvůli tomu jsem třikrát volal k Pánu, aby mne toho zbavil, ale on mi řekl: „Stačí, když máš mou milost; vždyť

v slabosti se projeví má síla.“ A tak se budu raději chlubit slabostmi, aby na mně spočinula moc Kristova. Proto rád přijímám slabost, urážky, útrapy, pronásledování a úzkosti pro Krista. Vždyť právě když jsem sláb, jsem silný. (2Kor 12,7-10)

Proč Pavel prosil Pána o zbavení ostnu své slabosti? Jaký k tomu měl důvod? Na první pohled je to sice jasné – žádná slabost, žádný ostn není příjemný – dokonce ani pro tuto velikou postavu naší křesťanské tradice. Ale pojďme hlouběji – skutečně Bohu jde v našem životě o to, abychom neměli žádné slabosti nebo dokonce žádné hříchy? Anebo mu více jde o to, abychom byli naplněni jeho milostí, prožívali svůj život v jeho blízkosti, v určité pokoře a s vědomím, že bez Ježíše nemůžeme dělat nic?

Myslím, že Pavel popisuje to, co si mnoho křesťanů nechce moc přiznat: Boží milost je to, o co tu jde. A že ta nám stačí, i když naše vlastní představy o sobě jsou v troskách. Jde nám o Boží milost nebo o naplnění našich představ? Myslím, že to je klíčová otázka pro pochopení Božího plánu s námi. My potřebujeme Boží milost, ne naše vítězství. Svátá Terezie z Avily napsala podobnou myšlenku: „Máš-li v srdci Boha, nic ti nechybí, jeho láska stačí.“

Naším cílem tedy nemusí být vítězství dílčí, ale konečné vítězství Boží milosti. Bůh nás vede k pokoře, k trpělivosti a k odhodlanosti znovu a znovu na sebe brát Boží zbroj a bojovat. S vírou a důvěrou, že každý boj o Boží milost má svou cenu a že Bůh vidí i naši snahu a to, co z naší slabosti neovládáme, doplní On – a lépe.

Neodpustím si jednu poznámku na okraj – je velmi, velmi praktické, když právě tohle dobře ví naši zpovědníci. A nechtějí po nás okamžitá vítězství naší silou, ale to, abychom pokorně s naším Bohem kráčeli po cestě ke konečnému vítězství – byť skrze opakované pády a povstání z nich.



Je možné, že Bůh nechce, abychom v nějakém boji zvítězili? Je. Ale chce, abychom nepřestali bojovat. Kéž se Bůh oslaví i na našich prohrách a pádech a kéž nám po našem boji dá konečné vítězství, které nebude naše, ale Jeho.

## Rány

Někdy mám pocit, že i v Církvi vládne zásada: „Don't worry, be happy.“ Přeloženo do češtiny: „Nestarej se, buď šťastný... Když se směješ, jsi OK, pusu v americkém úsměvu, je ti všechno jasné – pak jsi dobrý křesťan, protože dobrý křesťan je veselý křesťan. Nesměješ se? Není ti dobře? Máš pochybnosti? Máš problém? Tak to jsi v průsvihu, protože to jsi nejspíš velký hříšník – a to jsi v podstatě už jednou nohou v pekle...“ Ale ono to tak snadné nebude. Život není snadný, víra není snadná – a když si dáme vedle sebe dny, kdy jsme veselí – a dny, kdy je nám nějak hůř a s něčím bojujeme, můžeme dojít k nehezké bilanci.

Když Bůh stvořil člověka, tak to původně vypadalo jinak. Člověka stvořil a dal mu vše, co k životu potřebuje. Tělo, sílu, rozum, cit, pud sebezáchovy... A k tomu všemu vnitřní harmonii, rovnováhu. Sílu dal člověku ne k tomu, aby na druhých páchal násilí, ale aby pracoval, rozum mu dal ne k vynalézání pastí, podvádění a vymyšlení zla, ale k tomu, aby mohl objevovat a pochopit svět. Schopnost vztahu mu dal proto, aby miloval, ne aby nenáviděl.

Jenže člověk udělal chybu a proti svému Stvořiteli se postavil. A to byl počátek boje... A když se podíváme do našeho života, můžeme vidět, že o vnitřní harmonii nemůžeme skoro ani mluvit. A že nemáme ani sílu, protože podléháme naší slabosti a hřešíme... A naše vztahy – kolikrát to není to, co by to být mělo...

A mimo jiné zjišťujeme, že si v duších neseme různé rány. Od druhých lidí, kteří na nás spáchali něco zlého, od nás samých, když jsem udělali nějakou chybu, nebo od zla, které vstoupilo do našich životů hříchem. Hřích není pouhé přestoupení zákona a (ať už je náš nebo druhých lidí) způsobuje vnitřní rány, které člověku brání přijít za druhými nebo za Bohem, připadá si slabý, nečistý, neschopný, ublížený. Prostě zraněn ve svém lidství...

Rány, to je něco, co vůbec být nemělo. Bůh když stvořil člověka, tak ho stvořil bez ran – Bůh pro člověka nechtěl ani bolest ani smrt. Bůh nechtěl, aby člověk trpěl. A přitom se lidé mračí na Hospodina, jako kdyby všechny ty rány, které si životem táhnou, měl na svědomí jen on sám... A už vůbec neslyší poselství Písma: Ale Bůh to tak nechtěl. Bůh nestvořil člověka zraněného. To je důležité. Zranitelného ano – ale zraněného ne.

Jak jde člověk životem, mnoho ran utřít a také mnoho ran rozdá. A místo společenství lásky (teď opravdu nemám na mysli hippies) s Bohem a s druhými lidmi začal pracovat na něčem, čemu někdy nadneseně říkáme peklo... A přitom se tváří jakoby nic. A peklo znamená rány.

Někdy jsme jako děti, které si zakryjí oči a myslí, že celý svět se svými problémy zmizel. Pohled na rány není pěkný. Pracoval jsem nějaký čas v nemocnici a vím, jak dokážou některé fyzické rány vypadat. Chce to žaludek. Někdy je těžké je ošetřovat, protože víte, že tím tomu nemocnému působíte bolest – ale vy, narozdíl od něho, věříte, že je možné uzdravení – to on přes svou bolest většinou vidět nedokáže.

A jako kněz vím, že vnitřní rány, které si lidé nosí ve svých srdcích dokážou být ještě horší a bolavější. Brání člověku žít naplno, brání člověku žít s Bohem a o nějaké radosti ze života už vůbec nemluvím.

Na rány se nikdo nechce dívat. Ani na rány druhých, ani na rány vlastní. Rány nám připomínají slabost, omezenost a svým způsobem i smrtelnost.

Jak krásný by byl svět bez ran... Bez ran druhých i bez ran našich. Jenže není. Ty rány tu jsou a bolí, a hnisají a pálí a někdy se už ani nejde tvářit, že neexistují. Setkáváme se s nimi, vidíme je na

sobě, na druhých, na společnosti a možná nám případně dokonce Bůh tak nějak zraněný, poškozený – tím, co po člověku chce – jako zneuznaný stařík, který násilím vnucuje druhým nějaká svá pravidla.

Brání nám důvěřovat Bohu, jako by to byl on, kdo za naše rány může, třeba i jen tím, že nás jich neuchránil. Kolikrát si lidé říkají: „Proč zrovna já, Bože? Proč se stalo zrovna tohle? Kdes byl?“... A rány tu jsou.

A ať se na rány díváme nebo ne, stejně tu jsou a bolí. A ovlivňují nás. Kdykoliv se bolavého místa neopatrně dotkneme, způsobují bolest. Někdy stačí vzpomínka, jindy podobná situace, a my se stáhneme, jsme agresivní a instinktivně se bráníme.

Napadá mě výstižný příklad – představte si třeba ránu na ruce. Člověk jel třeba na kole a roztrhl si o něco ruku. Teče krev, tak si ránu zamotá obvazem, aby krvácení zastavil – to dá rozum. Ale krev teče dál, prosakuje, další obvaz, igelit, další obvaz... Vrstva se nabaluje na vrstvu... Jenže rána bolí dál.

A kdokoliv se k této naší ruce přiblíží a třeba i s láskou (bez úmyslu ublížit) ji pohladí, tím působí bolest. Ale člověk přece nechce bolest, proto odmítá všechny, kteří kolem té jeho rány třeba i jen projdou.

A rána bolí, hnisá a mokvá a je jediná cesta, pokud člověk nechce zemřít na sepsi.

Nejen podívat se, ale přímo se jí dotknout – rozmotat obvazy, všechny vrstvy... Ránu vyčistit, vydezinfikovat, případně sešít, a zavázat do čistého a no-vého obvazu... Obrazně řečeno – rána potřebuje dotyk lékaře.

Proč to vykládám? Ono to funguje nejen u ran fyzických, ale i u ran vnitřních. Když nás něco zraní – a je celkem jedno, jestli je to tělo nebo duše, je potřeba k ráně přivést lékaře. A odstranit všechny ty nánosy, které na sobě mají napsány věty: „Já chci zapomenout... Chtěl bych na to nemyslet... Už jsem si vykl...“

Nikomu se nechce dotýkat ran, protože bolí. A nejsou pěkné a nevoní. A při každém pohledu na krev a na bolest se člověk dotkne své omezenosti: „Nejsem zdaleka tak silný a nedoknutelný, jak bych si přál. Jsem slabý a zranitelný.“

Je v podstatě jedno, jestli člověku tu ránu udělal někdo jiný, nebo si jí způsobil sám, třeba zraňujícím hříchem. Je jedno, jestli se s ranami setkáváme u sebe nebo na někom jiném, protože každé setkání s bolestí je zraňující. Každá rána potřebuje uzdravení.

Náš dokonalý Bůh na nebesích – co nám k tomu může říct? Nemá tělo – tedy na první pohled nemůže mít žádné rány. Katechismus nám říká, že je nanejdůležitější blažený a šťastný – tedy ani srdce nemá zranění. „Jo, ten je nad věci.“ A tak nám tyto řeči představují Boha jako nějakého Supermana. „Ten je v pohodě. Neví, co je bolest, nic není problém, všechno ví, všechno může – sice nic moc nedělá, ale je King. Don't worry, be happy...“

A my ho vyznáváme, modlíme se a zpíváme mu jako andělské chóry, a děláme mu jeho radost ještě větší, když třeba náhodou dodržíme nějaké to přikázání, a máme pocit, že mu tím jeho pocit štěstí ještě zvětšujeme... Někdy ho dobrými skutky dokonce uplácíme, aby ze své blaženosti alespoň zdálky z nebíčka na tu naši bídu shlédli...

A ono to nefunguje. Máme pocit, že na ty naše bolesti a rány jsme úplně sami. Připadáme si bezmocní vůči našim ranám,

připadáme si bezmocní, když se setkáme s bolestí někoho druhého... Co máme dělat? Náš Bůh jako by nebyl.

A on skutečně není. Tedy přesněji řečeno – on není tam, kde si myslíme, že je. Bůh není Superman – a proto, když se podíváme na místo Supermana a ono je prázdné, máme pocit, jako by nebyl sám Bůh. A kolik lidí už tímto způsobem opustilo víru, protože se pokusili Boha nacpat do role Supermana, a když se jim tam nehodil, tak to zabalili. „Bože, modlil jsem se... a nic. Prostě nejsi, nefunguješ. Tak já si poradím sám... Bez tebe, bez Boha...“

A zůstali ve své bolavosti a zraněnosti sami, zahořkli a svůj život zasvětili boji s neexistujícím Bohem – asi všichni takové námitky známe. „Kdyby byl Bůh, nebyly by války, nebyly by koncentrační tábory (nebylo by zlo v mém životě...)“

Ježíš nám ale ukazuje Boha jiného. Jak důležitý je Ježíšův dialog s Filipem:

Řekne mu Tomáš: „Pane, nevíme, kam jdeš. Jak bychom mohli znát cestu?“ Ježíš mu odpověděl: „Já jsem ta cesta, pravda i život. Nikdo nepřichází k Otci než skrze mne. Kdybyste znali mne, znali byste i mého Otce. Nyní ho již znáte, neboť jste ho viděli.“ Filip mu řekl: „Pane, ukaž nám Otce, a víc nepotřebujeme!“ Ježíš mu odpověděl: „Tak dlouho jsem s vámi, Filipe, a ty mě neznáš? Kdo vidí mne, vidí Otce. Jak tedy můžeš říkat: Ukaž nám Otce? Nevěříš, že já jsem v Otci a Otec je ve mně?“ (Jan 14,5-11)

Ježíš ukazuje, jaký je Bůh. Ukazuje na Otce, když uzdravuje, když přebývá s lidmi, když se neštítí hříšníků, když se nestraní malomocných a nemocných, když se setkává s trpícími a potřebnými. Ukazuje k čemu ho Otec poslal.

A teď pozor – Ježíš (jako by mu to nestačilo) šel ještě dál – můžete se podívat na kříž. Prorok Izaiáš, dávno před příchodem Ježíše Krista, zvěstoval Boží slovo, Boží proroctví, které svou hloubkou bere dech.

Neměl vzhled ani důstojnost. Viděli jsme ho, ale byl tak nevzhledný, že jsme po něm nedychtili. Byl v opovržení, kdekdo se ho zřekl, muž plný bolesti, zkoušený nemocemi, jako ten, před nímž si člověk zakryje tvář, tak opovržený, že jsme si ho nevážili. Byly to však naše nemoci, jež nesl, naše bolesti na sebe vzal, ale domnívali jsme se, že je raněn, ubit od Boha a pokořen. Jenže on byl proklán pro naši nevěrnost, zmučen pro naši nepravost. Trestání snášel pro náš pokoj, jeho jizvami jsme uzdraveni.

Všichni jsme bloudili jako ovce, každý z nás se dal svou cestou, jej však Hospodin postihl pro nepravost nás všech.

Byl trápen a pokořil se, ústa neotevřel; jako beránek vedený na porážku, jako ovce před stříhači zůstal němý, ústa neotevřel. Byl zadržen a vzat na soud. Kdopak pomyslí na jeho pokolení? Vždyť byl vyťat ze země živých, raněn pro nevěrnost mého lidu. Byl mu dán hrob se svévolníky, s boháčem smrt našel, ačkoli se nedopustil násilí a v jeho ústech nebylo lsti.

Ale Hospodinovou vůlí bylo zkrušit ho nemocí, aby položil svůj život v oběť za vinu. Spatří potomstvo, bude dlouho živ a zdárně vykoná vůli Hospodinovu. Zbaven svého trápení spatří světlo, nasytí se dny. Tím, co zakusí, získá můj spravedlivý služebník spravedlnost mnohým; jejich nepravosti on na sebe vezme. (Iz 53,2-11)

Bůh není Superman. Vidíme Ježíše, který jako Boží Syn trpět vůbec nemusel. Nemusel se potit v Getsemanech, nemusel na sebe nechat řvát nějakého Annáše s Kaifášem, Heroda, Piláta... Nemusel

se stát terčem posměchu vojáků. Nemusel nést kříž. Nemusel se nechat přibít... On tu bolest vůbec podstoupit nemusel... Mohl odmítnout.

Nutno dodat – narozdíl od nás. My jsme na tom přesně opačně. On odmít-nout mohl, ale nechtěl. My odmítnout chceme, ale nemůžeme. On svobodně (!) na sebe vzal největší rány – rány celého světa, které ho připravily o život.

Zde je Otec. Bůh, který vidí, jak mu na kříž přibíjejí jeho jediného Syna. A nikdo nic nevysvětluje, nevyhrožuje, nenadává (jak to někdy děláme my), nevzpírá se, neprotestuje. Mlčí. A proč mlčí? Co má v této chvíli říkat? Existuje bolest, ve které se už nic říkat nedá... Jen mlčet. A Bůh ji zná.

A ve chvíli Ježíšových ran, nejen fyzických, ale i vnitřních, se stala věc, která změnila běh dějin: Bůh se dotknul ran člověka.

Známe evangelní příběh s apoštolem Tomášem: „Dokud se nedotknu jeho ran, neuvěřím.“ (viz Jan 20,25-29) A když Ježíš přišel, nabídl mu své rány k dotyku. A nabídku víry: „Nebud' nevěřící, ale věř“. Nepochopte to špatně, prosím – Ježíš nabízí Tomášovi, aby se dotknul ran... ale to nejsou Ježíšovy rány. To jsou rány člověka, rány lidstva, rány nás, hříšníků, rány Tomášovy, rány moje, tvoje... A nabízí mu je k dotyku, aby člověk Tomáš zakusil, že Ježíš nad každou ránou zvítězil. Že přestože byl smrtelně zraněn, žije, a že my máme šanci, i s našimi ranami, žít taky. Kříž pro nás není symbol smrti, ale symbol života, symbol toho, že se Bůh dotknul ran člověka, symbol naděje, že smrt nezvítězí.

Ježíš to neudělal proto, aby si vyzkoušel, jaké to je, ale proto, aby v těchto ranách (tím, že je na sebe vezme) nabídl člověku uzdravení a v konečném důsledku i uzdravení smrti ve spáse.



My neoslavujeme bolest a rány – to není ani nic pěkného, ani nic žádoucího. Nejsme jako křesťané masochisti. My oslavujeme, že Bůh na sebe vzal naše rány. Oslavujeme, že v tom, co na náš život bolestně doléhá, nejsme sami. Právě ve svých ranách můžeme vnímat Boží blízkost. Ne že by to Bůh po nás chtěl a plánoval, ale naopak, že když na nás něco těžkého dolehne, neopustí nás. Oslavujeme, že Ježíšovo přijetí ran způsobilo, že všechny naše bolesti a rány nebudou mít v našem životě poslední slovo. Nejsme vůči nim bezmocní. Oslavujeme, že Bůh – Ježíš – je větší než všechny naše rány – a že nám nabízí uzdravení a spásu.

Nemusíme se bát odkrýt naše rány a rány lidí okolo nás před Ježíšem. Nemusíme se bát odkrýt před Bohem ani naše slabosti, ani bolesti, ani naše hříchy – Ježíš přišel uzdravovat. A přichází stále, každý den, aby zlo nezvítězilo.

To není laciná psychologická berlička, aby se nám tu nějak líp žilo – to je křesťanská realita, bez které křesťanství nemá ani cenu, ani sílu, ani smysl.

Proč je to tak důležité? Naším cílem není bezproblémový pohodlný život – jak se nám to často snaží vnutit reklama: „Dobrý život bez vrásek, mladé tělo, geniální myšlenky, žádné problémy, žádné starosti – a bolest, na tu přece máme prášky, ne? Žádné stáří, se všemi komunikujeme, ve vztazích jen úsměvy – máme přece telefony a skvělé operátory...“ Tohle je jen reklama. Takhle to nefunguje – život není ideální. A buď se se vším tím porveme s vědomím, že na to nejsme sami a že náš Bůh je v tom všem s námi a připravil nám život, na jehož konci je spása a společenství s ním a s ostatními lidmi. Anebo rezignujeme a budeme se utápět v sebelítosti, a místo života budeme živořit a panicky se vyhýbat všemu co se nám na životě nelíbí.

Já vím, a mnohokrát jsem to zakusil: Bůh uzdravuje... Moc vám přeji, abyste ve svých ranách a v ranách lidí okolo vás zakusili, že je to Bůh, kdo se vašich ran dotýká, nese je spolu s vámi a uzdravuje vás. A až třeba budete rány svých hříchů otvírat při svátosti smíření, přeji vám, aby pro vás zpověď byla setkáním s uzdravujícím Ježíšem.

## Protijed hříchu

Jak zhřešit, jak udělat nějakou zlou věc – to víme všichni. Ale co po hříchu? To už je zajímavější otázka. Samozřejmě – litovat a výhledově naplánovat setkání s Bohem ve svátosti smíření. No ano, ale je tohle to jediné, co můžeme a máme udělat?

Nedávno se při mši četl úryvek evangelia, kde spolu mluví vzkříšený Ježíš s Petrem. Odehrává se bezprostředně po druhém zázračném rybolovu.

Ježíš šel, vzal chléb a dával jim; stejně i rybu. To se již potřetí zjevil učedníkům po svém vzkříšení. Když pak pojedli, zeptal se Ježíš Šimona Petra: „Šimone, synu Janův, miluješ mne víc než ti zde?“ Odpověděl mu: „Ano, Pane, ty víš, že tě mám rád.“ Řekl mu: „Pas mé beránky.“ Zeptal se ho podruhé: „Šimone, synu Janův, miluješ mne?“ Odpověděl: „Ano, Pane, ty víš, že tě mám rád.“ Řekl mu: „Buď pastýřem mých ovcí!“ Zeptal se ho potřetí: „Šimone, synu Janův, máš mne rád?“ Petr se zarmoutil nad tím, že se ho potřetí zeptal, má-li ho rád. Odpověděl mu: „Pane, ty víš všechno, ty víš také, že tě mám rád.“ Ježíš mu řekl: „Pas mé ovce!“ (Jan 21, 13-17)

Myslím, že zde můžeme najít víc úhlů pohledu než jen svěření pastýřské služby. Proč se Ježíš ptá Petra zrovna třikrát? Určitě ne proto, že by ostatní apoštolové (kteří pravděpodobně dojdali vytouženou snídani po zázračném rybolovu a probdělé noci) dělali tak velký hluk, že by si dva přátelé nemohli spolu promluvit. Církevní otcové ukazují na zřejmou věc – trojí vyznání lásky je Petrova odpověď na jeho trojí zapření...

Proč Ježíš tento dialog vedl? Přece zná lidská srdce – znal i Petra, který byl, stejně jako my, slabý člověk, který udělal hloupost. Nepochybně věděl o jeho lítosti, o jeho hořkém pláči i o zoufalství při zprávách o Ježíšově smrti. Možná se Petrovi spojily v mysli jeho

hřích a Ježíšova potupná smrt na kříži... Tak proč se ho takhle ptát? V Ježíšových otázkách není ani stín po výčitce (a že by si je Petr po právu zasloužil – a možná i přál). Proč? Zkusím nabídnout tři pohledy.

Trojí zapření a trojí vyznání lásky. Možná měl Petr ještě v paměti to nejdůležitější, co je v Zákoně: „Miluj Boha nade vše a bližního jako sebe.“ Hřích, zapření a zrada – tato nesvatá trojice je namířena proti Bohu (Božímu Synu) i proti bližnímu (kterým Ježíš v okamžik soudu a utrpení nepochybně byl). A tak si myslím, že Ježíš ukázal Petrovi protijed na hřích.

Zde se musíme trochu pozastavit. Všimněte si, co uděláme poté, když (nějak) zhřešíme. Hryže nás svědomí, nadáváme sami sobě, protože jsme něco udělali špatně, nadáváme na druhé, protože kdyby oni dělali to, co mají, tak by k tomu jistě nedošlo... Někdy nadáváme i na Boha (hodně potichu), protože on jediný mohl některé věci zařídít tak, abychom my hříchu nepodlehli. Skládáme si v hlavě předsevzetí ohledně zpovědi a tak. Někdy dokážeme i sami sebe trestat, jako bychom tím svůj špatný skutek mohli vykoupit.

Ale kdybychom sami sebe dosadili do tohoto evangelního příběhu, tak nám to nejdůležitější může chybět. Vzbudit v sobě lásku k Bohu. A protože se naše hříchy velmi často týkají i druhých lidí – vzbudit v sobě i lásku k nim (ano, dobře vím, že je to těžké). Zvlášť ve stavu hříchu člověk potřebuje protijed lásky. Ježíš na sebe vzal hřích světa a přikryl jej maximálně možným lidským vyjádřením lásky. Obětoval život za své přátele i nepřátele. Takže Ježíš nechce po Petrovi (a po nás) nic, co by sám moc dobře neznal. Jedině ten, kdo skutečně miluje, cenu lásky zná.

Ježíš nepotřeboval vědět, jestli ho Petr má rád, nebo ne. On s ním potřeboval zatřást a postavit ho zpět do reality vztahu s Bohem. A to se mu evidentně podařilo – můžeme to poznat z třetí

odpovědi. Možná to byla další zkušenost, kterou Petr potřeboval, aby mohl vést druhé. Kdo ví? Každopádně by to mohlo fungovat i u nás.

Druhý pohled bych rád zaměřil na slovo víc. To poslední, o co Ježíšovi asi šlo, bylo porovnávat učedníky, kdo z nich ho má rád víc a kdo méně. Minimálně například Jan, který vydržel s Ježíšem i v těch nejtěžších chvílích a byl s Ježíšovou matkou Marií i pod křížem, by mohl protestovat. Proto se ptám – dalo by se to slovo víc vysvětlit ne jako komparativ s ostatními apoštoly, ale jako komparativ se stavem před hříchem? „Miluješ mě po svém hříchu víc než před ním?“ Z toho textu to určitě nevyplývá, ale když se podíváme na jinou situaci, tak by to tak nereálně znít nemuselo. Ježíš říká na adresu farizeje Šimona (shodou okolností): „Proto ti pravím: Její mnohé hříchy jsou jí odpuštěny, protože projevila velikou lásku. Komu se málo odpouští, málo miluje.“ (Lk 7,47) Odpustil Ježíš Petrovi málo, když ho po trojím zapření chce pověřit vedením vznikající Církve, nebo hodně? A co nám? Popravdě – dokážeme leccos zopakovat i víc než třikrát...

My dokážeme hřešit i z jiných pohnutek než ze strachu jako Petr. Možná, že o to víc si potřebujeme připomínat, jakou cenu náš hřích má, a že potřebujeme obrácení se k Lásce.

Třetí pohled můžeme upřít na fakt, že mezi Petrovým zapřením a výše zmiňovaným rozhovorem uplynul nějaký čas. Nevíme přesně kolik dní, ale to asi není důležité. Zaujalo mě, že Ježíš dřív, než se s Petrem pustil do tohoto rozhovoru, všechny učedníky pohostil.

Přestože se scéna odehrává po zázračném rybolovu, Ježíš pro ně na břehu má připravenou pečenou rybu a chléb. Bylo by logičtější vzít si stranou Petra a navrhnout mu: „Tak, Petře, pojď si to nejprve trochu vyříkat, jak to mezi námi vlastně je a pak se v klidu najíme...“ Proč to Ježíš udělal v tomhle pořadí? Ježíš věděl o Petrově zapření

ještě dřív, než se Petrovi tento nepěkný kousek povedl. A přesto jej pozval k poslední večeři, i k první snídani... Jako by Petrův hřích neměl vůbec vliv na to, jestli od Ježíše dostane jídlo. Ježíš uměl stolovat s hříšníky...

Apoštol Petr nejen že Ježíšovi třikrát odpověděl, ale on i prakticky v následujících letech ukázal, že tyto své odpovědi myslí vážně. Nejde jen o povrchní cit, ale o životní postoj. U Petra, i u nás.

V medicíně bývají protijedy vzácné a drahé. V duchovním životě vlastně taky. A pokud jsou, je dobré je využít. Jak? To záleží na nás. Petr ho využil.

## Zkoušky

Zkoušky – možná pro mnohé aktuální téma. Chci Vás pozvat k zamyšlení nad textem Písma.

Buď veleben Bůh a Otec našeho Pána Ježíše Krista! Protože je tak nesmírně milosrdný, znovu nás zrodil, takže zmrtvýchvstáním Ježíše Krista máme živou naději na dědictví, které nepomine, (na dědictví) skvělé a trvalé. Je pro nás připraveno v nebi; protože totiž máte víru, chrání vás Boží moc (a vede) ke spáse, která se má ukázat (nyní) v poslední době. A proto budete potom jásat, i když vás musí trápit teď ještě na krátký čas všelijaké zkoušky, aby se vyzkoušela vaše víra, vzácnější než pomíjející zlato, které přece bývá čištěno v ohni. Až se pak zjeví Ježíš Kristus, bude vám to ke chvále, slávě a cti. Toho milujete, ačkoli jste ho neviděli; v něho věříte, třebaže ho ještě nevidíte. Zato budete jásat v nevýslovné a zářivé radosti; až dosáhnete cíle své víry, totiž spásy duše. (1Petr 1,3-9)

Jásání při vidině zkoušek? Můžeme připustit nějakou radost, když se na nás něco valí? Studenti většinou ne, učitelé už vůbec ne... A když vidíme nějaké životní zkoušky, tak to už ani náhodou... Chtěl bych vám nabídnout tři pohledy na toto slovo Písma.

### *První pohled*

Mnoho lidí vnímá životní zkoušky jako ve škole – buď student umí, nebo neumí – a je patřičně ohodnocen. Když ale Bůh dopustí na člověka nějakou zkoušku, tak ne proto, aby viděl, jak na tom jsme... Jestli vydržíme, nebo selžeme. Myslím, že každá zkouška má jiný úkol – abychom vyrostli.

Ve škole platí, že cílem zkoušek nejsou známky, ale nabyté vědomosti. Znamka není podstatná – podstatný je cíl – abychom vyrostli, stávali se vzdělanějšími... Jen dítě se učí pro známku,

dospělý člověk z jiného důvodu. Když Bůh dopustí na člověka nějakou zkoušku, tak proto, aby člověk vyrostl, dozrál, popošel na cestě víry. Podstatou zkoušky je krok – krok dopředu. Úspěchy a neúspěchy nejsou až tak důležité, protože důležité je, jestli směřujeme a jdeme k cíli. Medik může jásat, že udělá nějakou zkoušku poté, co se neučil, ale v kritické chvíli selže a někomu ublíží... Podvod se nevyplácí.

Zlato (jak jsme slyšeli v Písmu) se nedává do ohně, aby se vyzkoušelo, jestli to zlato je, anebo není, ale proto, aby bylo vyčištěno. Je naším cílem nechat se očistit, nebo vyhnout se očištění? Chceme být ryzí, nebo chceme zůstat takoví, jací jsme – hlavně aby to bylo bez bolesti, bez práce, bez snažení?

### *Druhý pohled*

U každé zkoušky je důležité mít odstup. To abychom viděli cíl. Nedávno jsem byl v nemocnici u mladého člověka, který se octl ve vážném ohrožení života – ležel po těžké operaci na přístrojích v umělém spánku. Modlil jsem se jako o život – spolu s celou jeho rodinou. Všichni jsme si přáli jediné – aby tento člověk, kterého všichni máme rádi, přežil.

Když jsem stál u té postele, viděl jsem člověka v bezvědomí, spoustu hadic, drátů, monitory životních funkcí a já tam vzýval Ježíše – a prosil – povídal jsem Bohu o té rodině... Všechno ostatní šlo najednou stranou. O tom bych chtěl mluvit. Kolik malých problémů a starostí nás dokáže rozhodit tak, že se přestáváme soustředit na to podstatné. Na život, na život s Bohem, na spásu... Cílem zkoušky je spása, jak jsme to četli v Petrově listu. Cílem může být život – dobrý život... Ostatní cíle jsou jen dílčí epizody – a je dobré od nich mít odstup. Když nejde o život, skutečně nejde o nic... Odstup nám dokáže dát určitou lehkost při zvládání zkoušek. Možná, že kdybychom věděli, že o to podstatné (o Boha a o náš



život s Bohem) nepřijdeme, zvládneme bychom toho daleko víc – a s lehkostí a vírou.

### *Třetí pohled*

Když na nás dolehne nějaká zkouška, nejsme v ní sami. Chrání nás Boží moc – jak jsme četli. A jestli jsme před nějakou zkouškou postaveni, tak máme šanci, že na jejím konci bude něco lepšího než na začátku.

Není žádná zkouška, o které by náš Bůh nevěděl. Není bolest, kterou by spolu s námi neprošel, nejsou otázky, které by si spolu s námi nepoložil. V takového Boha věříme, to je naše víra. O tu se můžeme opřít ve všech zkouškách – školních i životních.

Radost, která nám byla slíbena, vnímání skutečného cíle našeho života, odstup od těch našich dílčích zkoušek, kterými musíme projít, i Boží pomoc... To je to, co nám Bůh v Písmu nabízí, a my si to můžeme přát a vyprošovat. Bůh je s námi.

## Protekční modlitba

Když mi někdo řekne: „Modli se za mě,“ bývám trochu zaražen. Nevím, proč mě o to lidé prosí. Připomíná mi to: „Prostě to nějak zaříd' tam nahoře.“ A s tím mám trochu problém.

Jsou křesťané, kteří chápou modlitbu jako nástroj pro dosažení své vůle. „Když na něco nemám, tak se obrátím na toho, kdo na to má: ať udělám zkoušku, ať se něco podaří, ať něco získám, ať se někdo uzdraví...“ V profánním životě se tomu říká protekce – ochrana, přímluva, podpora, zvýhodnění. A přesně tento způsob modlitby bych si pro tuto chvíli dovolil nazvat protekční modlitba.

V duchovním životě platí zásada: *lex orandi, lex credendi*. Volně přeloženo: jak se kdo modlí, tak věří. Když se člověk protekčně modlí, bude také protekčně věřit? Možná ano. A je to dobře nebo špatně?

Modlit se nás učí Bůh – ve Starém zákoně jsou největší školou modlitby žalmi, v Novém zákoně je to bezpochyby škola příkladu Ježíše. Oba prameny nás učí přistupovat k Bohu jako k bohu, jako k Otci, jako k tomu, kdo se stará o svůj lid. Co tedy může být špatného na tom, když Boha prosíme o to, co tady na světě potřebujeme?

Myslím, že protekční modlitba v sobě skrývá jedno riziko. A tím je vnímání Boha jako plniče našich přání. A dokud to bude fungovat, tak budeme věřit. Až to přestane fungovat, ejhle – krize víry. Ale ona to není krize víry – ona je to krize protekce a krize pojetí Boha. Možná to může být ještě horší – může to být degradace Boha na „plniče našich přání, který o našich přáních neví“. Ale takhle se nemodlili ani žalmisté, ani Ježíš... Ani nevím, co by mohlo být větší urážkou: „Bůh jako plnič“ nebo „Bůh jako nevědoucí“. Obojí je křivdou.

Jak se to stalo, že se takhle křesťané modlí? Já myslím, že je to špatná křesťanská formace a nevzdělanost. A protekční modlitba je jen důsledkem slabosti člověka, který se v bezmoci utíká k přirozeným magickým protekčním praktikám.

Občas se stává, že mi lidé říkají: „Modli se za mě.“ V mnoha různých situacích – od těch skutečně oprávněných až po situace nesmyslné. Modli se, ať udělám zkoušku – typický příklad. Ať se stane to či ono... Říkám si, jestli tohle náhodou už není nevíra. Člověk nevěří, že Bůh slyší jeho hlas, člověk nevěří, že Bohu na něm záleží, nevěří, že Bůh ví. Potřebuje Bůh co nejvíce lidí, aby mu neustále připomínali, co má a co nemá udělat?

Hledal jsem v Písmu a našel jsem dvě věty skutečného Mistra modlitby: „Po tom všem se shánějí pohané. Váš nebeský Otec přece ví, že to všechno potřebujete.“ „Nebudte jako oni; vždyť váš Otec ví, co potřebujete, dříve než ho prosíte.“ Obojí z jedné kapitoly u evangelisty Matouše (Mt 6,8 a 6,32).

Lidé se někdy modlí, jako kdyby Bůh nevěděl. Anebo dokonce jako kdyby Bůh chtěl něco jinak a je potřeba ho přemluvit. A čím víc lidí bude Boha přemlouvat, tím větší je šance. Typická protekce – čím víc lidí, čím víc přímluv u té nejvyšší autority, tím větší jistota. Ale je tohle skutečně jistota, ke které nás Bůh povolal a stvořil? Podívám-li se na obraz lidského rodičovství, vidím, že dobří rodiče nedávají svou lásku dětem po nějakém přemlouvání, ale dávají ji automaticky. Ze své přirozenosti své děti živí a chrání... a učí.

Nejdůležitější v celém zákoně je podle Ježíše Boží požadavek: „Miluj“ – „Miluj Boha, miluj člověka...“ Není snad za tímto Božím požadavkem zrcadlo jeho vztahu k nám? A jestli nás Bůh miluje, dal nám život a doprovází nás na naší životní cestě, jestliže mu na nás záleží a my za ním přijdeme s protekčními požadavky, není to od nás projev nevíry, nedůvěry, nevděku, nelásky a nezralosti?

Pokud Bůh – promiňte – pokud modlitba nefunguje (není splněna), tak proč bych se modlil? Někdo dokonce může říct: „Ale já chci věřit v Boha, mám ho rád, ale nechci se o tu mou víru připravit tím, že se budu neúspěšně modlit, tak to se raději nebudu modlit vůbec, nebo se budu modlit jen minimálně – odříkám to, co se osvědčilo a bude to dobré – alespoň minimálně dobré.“ Jenže když člověk nemluví s Bohem, tak jejich přátelství a vztah umírá – podobně jako dokážou umřít naše lidské vztahy. Jeden z církevních otců řekl, že v modlitbě nejde ani tak o setkání slov, ale o setkání srdcí. „Když mi Bůh něco nedá, tak buď nemůže, nebo nechce, nebo mě neslyšel, anebo vůbec není...“ To je typická logika sobce – člověka, který vidí jen sám sebe.

Lékem na nefunkčnost modlitby bývá věrnost. Cílem modlitby není změnit srdce Boha, ale srdce člověka. A nejlepším lékem na sobectví je nezištnost a altruismus (upřednostnění druhého). Když modlitba nefunguje, tak to také může být strachem ze ztráty smyslu (Bůh neslyší, Bůh nesplní...). Myslím, že v dnešní době se opět hodně mluví o tzv. modlitbě chval. Je to jedna z nejčistších a nejnezištnějších forem modlitby.

Na některé otázky nesmíme zapomenout: Dokážeme Bohu dopřát svobodu nám nevyhovět? Nemanipulovat s jeho mocí a silou? Dokážeme vidět, že nás Bůh má rád, i když nám nedá to, co po něm žádáme? Důvěřujeme tak, že se nesnížíme k vytrucování si toho, po čem toužíme?

S modlitbou souvisí také odříkávání modlitebních básniček, podobných východním mantrám. Kolikrát člověk něco odříká, aniž by to pohnulo jeho srdce – jde mu o počet slov, nikoliv o setkání. Nenavážím se ani do hesychasmu (modlitby Ježíšovy) ani do růžence – tam jde o setkání s Bohem v první řadě. Vědomě se

navážím do každé rádoby-modlitby, která je odříkáním textu v uzavřenosti srdce, bez Boha.

Jak jsem uvedl na začátku, tak modlitba není úkon, ale životní styl. „Pomodli se za mě,“ může také znamenat prosbu: „Projev mi svou lásku – před Bohem. Ukaž, že před Bohem tvoříme společenství a ať Bůh na tuto lásku může ve svobodě odpovědět – jak chce.“ Potud je to modlitba přímluvná a je naprosto v pořádku.

Rozdíl mezi křesťanským a magickým pojetím modlitby je podle mého názoru následující: Při magickém uchopení modlitby chce člověk pomocí modlitby dosáhnout svého cíle. Štěstí člověka přitom spočívá právě ve splnění jeho přání. Naproti tomu v křesťanské modlitbě chce Bůh pomocí modlitby dosáhnout svého cíle. Štěstí člověka spočívá ve splnění Božího přání – s důvěrou v Boha a s důvěrou, že to, co chce Bůh, je dobré. Křesťanský přístup nám nedovolí být zahleděnými do vlastních cílů (na úkor Boha i druhých lidí), ale naopak – vede nás k otevřenosti a k hledání cest Dobra. Každá křesťanská modlitba by měla obsahovat to, co nám kladl na srdce Ježíš a co on sám ukázal: „Ne má, ale tvá vůle se staň.“ (Mt 26,42)

Poslední, co mě k tomuto tématu napadá, je Ježíšův příslib: „A věříte-li, dostanete všecko, oč budete v modlitbě prosit.“ (Mt 21,22) a „Budete-li mne o něco prosit ve jménu mém, já to učiním.“ (Jan 14,14) Ke splnění modlitby je podle mého zapotřebí víry, a Ježíšova jména – podle kontextu Písma shody s Ježíšovou vůlí. Když se za něco modlíme a prosíme, ukazujeme svou víru (v Boží lásku a moc) a ptáme se, co chce Bůh v konkrétní situaci po nás. Možná, že tohle jsou klíče k modlitbě, aby nebyla protekční, ale modlitba syna, modlitba dcery...

Na úplný závěr bych chtěl doporučit knihu Síla přímluvné modlitby od Katky Lachmanové. Už je to dlouho, co jsem jí četl, ale moc se mi líbila a rozhodně stojí za přečtení.

## Zanedbával jsem modlitbu

To je věta, která asi zní ve zpovědnících poměrně často. A protože jsem tuto větu slýchal často i v mé vlastní zpovědi, začal jsem si klást otázky a hledat na ně odpovědi. Nechtěl jsem se smířit s tím, že se zanedbávání modlitby stane mým evergreenem. V praxi to může vypadat tak, že křesťan nejprve opustí modlitbu, později opustí svátosti a nakonec opustí i Boha.

První, nejzákladnější a možná také nejtěžší otázka je nepříjemně jednoduchá. Proč? Proč jsem zanedbával modlitbu? V okamžik zpovědi je to skoro až nepochopitelné. Zanedbával jsem setkání s Bohem, ke kterému směřuji. Dřív mi jeho blízkost překážela a teď chci, aby na mně projevil svoje milosrdenství?

Přesto se té otázky: Proč? nemohu tak snadno vzdát. První pravdivá odpověď, která by prošla, zní hrozně: „Nechci se modlit.“ Těžké, ale pravdivé vyznání. Prostě v tu chvíli nechci. Nechci dát čas Bohu, chci dělat jinou věc. Jako by v té chvíli vůbec nezáleželo na tom, jak mám postavené priority.

V pozadí „nechci se modlit“ může také být skrytě obsaženo „nepotřebuji se modlit“. Všechny věci v mém životě běží, žádné katastrofy se nekonají, tak k čemu milého Boha obtěžovat? Určitě má spoustu práce s celým ostatním světem. Já to zvládnu sám. A většinou to přesně takhle skončí – člověk zvládá věci sám. A nejen že zvládá, ale dřív nebo později zjistí, že opravdu je na všechno sám – a společnost mu dělá pouze pocit nepřítomného Boha. O kvalitě takového zvládání se raději nebudu ani rozepisovat. Jak říká Písmo: I ta největší lidská síla je v Božích očích pošetilost, i ta největší lidská moudrost je v Božích očích bláznovstvím. (srov. 1Kor 3,19)

Tedy první důležitý závěr zní: „Potřebuju Boha?“ Pokud si odpovím „Ne“, pak se nemusím starat o zanedbávání modlitby,

protože žiji v nepoměrně větším průšvihů. Život bez Boha je mnohem větší problém než pouhé zanedbávání modlitby.

Druhá otázka by mohla znít: „Chci být s Bohem?“ Komplikace je v tom, že my lidé dokážeme zároveň chtít i nechtít – všichni logikové prominou – to je prostě nelogický paradox lidského uvažování. I na tuto otázku mohu odpovědět „NE“, ale možná důležitější než prosté „NE“ je „PROČ?“ Proč nechci být s Bohem? Jsem zahlcen jinými věcmi? Považuji Boha za příliš nudného? Čas daný Bohu za ztracený?

Čas je jeden z nejluxusnějších darů, protože čas – to je to jediné, co je nezaplacené... Modlitba je skutečně svým způsobem ztráta času – člověk ztratí čas pro svého Boha. Stejně tak jako ve vztahu lásky je čas darem muže pro ženu a ženy pro muže. Darem rodičů dětem a dětí rodičům. Darem skutečných přátel i projevem milosrdenství k bližním. Podobně jako ve vztahu lásky také ve vztahu s Bohem je na místě otázka – stojí mi ten druhý za to, abych mu dal svůj čas?

Bojím se, že to ale není jen o vůli. Je to také někdy o strachu. „Co když Bohu v modlitbě čas dám a nic se nestane? Bůh mě nevyslyší? Nebo se mi modlitba nepodaří? Co když se budu v modlitbě nudit? Co když mi utečou myšlenky? Neurazím tím Boha? Nebude lepší se raději vůbec nemodlit?“ Myslím, že i tento strach je potřeba nějak pojmenovat a vyřešit – případně předložit Bohu – třeba v modlitbě.

Klíč k cestě k modlitebnímu životu často vede skrze zjištění: Jak se modlím, když se modlím? Je snadné vyznat zanedbanou modlitbu ve zpovědi – s tím, že příští zpověď to vyznám znova a znova... a nic s tím neudělat. Tak jak se vlastně modlím? Vleže před spaním? Takovou modlitbu já osobně moc neuznávám. Trošku mi to připadne, že člověk dává Bohu čas, který zbyde. Jako bychom před



něj položili drobečky v podobě vteřin před usnutím, které nám zbydou z celého dne. Nedůstojná výmluva pro svědomí... Ale asi ne pro Boha. Neříkám, že by člověk neměl usínat ve vědomé Boží přítomnosti – to je jistě dobré a chvályhodné – ale je smutné, když je to za celý den jediná chvíle, kdy Boží přítomnost prožívá.

Jak vypadá můj den? Co je tam špatně, že se mi tam nevejde modlitba? Když nemohu dřív vstát, proč se večer věnuji televizi? Počítači? Ano, někdy se může stát, že se člověk od rána až do noci musí věnovat něčemu důležitému – péči o dítě, o rodinu, práci, studiu ... A někdy se opravdu z vážných důvodů modlitba nestíhá – je tohle můj případ, nebo se jen chci z problému vylhat?

A také důležitá otázka – jak vypadá má forma modlitby, když už je? Odříkané básničky, rozjímání Písma, růženec, modlitba vlastními slovy, ztišení a meditace, případně jejich kombinace? Někdy je pro nás setkání s Bohem přitažlivé, ale nepřitahuje nás forma.

Poznali jste se? To je hezké – ať už ano nebo ne. Ale pokud ano, tak co s tím? Navrhují první krok – odhodlat se: „Chci s tím něco udělat!“

## Čtyři pohledy na modlitbu

I v modlitbě to chce systém – metoda samorostu nefunguje. Jenže jaký systém? Když už jsme v minulé kapitole došli k tomu, že se opravdu v modlitbě setkávat s Bohem chceme, dovolte mi čtyři pohledy na modlitbu.

### 1. Kolik?

„Kolik jsem schopen a ochoten Bohu dát času každý den, abych neměl/a pocit, že jsem zanedbával/a modlitbu?“ Je zvláštní, že tuto otázku si naprostá většina lidí vůbec nepoložila. Jak jsem psal – metoda samospádu člověka k otázkám nevede. Tak kolik? Moc se mi líbí, že otázka modlitby není nějaký paušální Boží požadavek, ale setkání šité na míru každému člověku v jeho konkrétní situaci. Fascinuje mě Boží nabídka z úst proroka Izaiáše, která by se na délku modlitby dala snad také použít: „Pojdte, projednejme to spolu, praví Hospodin.“ (Iz 1,18)

Vždycky apeluji na smysl pro realitu, protože touha strávit každý den v modlitbě tříhodinovou adoraci by jistě byla pro duchovní život vitamínová bomba, ale za dva dny by vyprchala. Albert Einstein kdesi napsal, že vize bez realizace je halucinace. Křesťanství nemá být halucinogenní, ale reálné a realistické. Je lepší si zvolit méně, ale držet pravidelnost, než více a zabalit to. Jedno latinské přísloví říká: „Kapka hloubí kámen nikoli silou, ale častým padáním.“ Klíčová v modlitbě je pravidelnost. Trvá několik měsíců, než si člověk na modlitbu zvykne. A naopak: vynechávání nechut k modlitbě zvyšuje.

Tak kolik? Je zvláštní pozorovat reakce lidí, ve kterých se pere touha po modlitbě (a po času stráveném s Bohem) s vědomím vlastní slabosti a s opa-trností, aby snad neslíbili víc, než budou schopni a ochotni dát. Většinou navrhuji startovací čas 10 minut. Nic moc velkého – přibližně dvě televizní reklamy. I když je zvláštní, jak reklamy utíkají rychle, ale čas v tichu se vleče a jedna nekonečně

dlouhá vteřina střídá vteřinu ještě delší. Výhoda tohoto času je mimo jiné i v tom, že se člověk může odpoutat od toho, jestli při modlitbě něco cítí, nebo nic necítí – ví, že nejde o pocity, ale o věrnost.

## 2. Jak?

Dalším důležitým aspektem je forma modlitby. Jistě nemá smysl Bohu deset minut recitovat nějaký text, který nevyjadřuje to, co máme ve vlastním srdci. Jde přece o setkání srdce člověka se srdcem Boha – ne o mantru. Forem modlitby je v tradici křesťanské spirituality mnoho. Nejde o to vyzkoušet nebo popsat všechny formy modlitby a modlitební techniky, ale bohatě stačí poznat jedinou – tu ve které se setkáme s cílem naší modlitby – s Bohem.

Modlitba není cíl, je to prostředek. Tedy jakou formu může mít můj osobní prostředek setkání s Bohem?

Dovolím si nabídnout jednu, která u mnoha lidí funguje. Dokáže oslovit lidi nezávisle na jejich spiritualitě a věku – to proto, že se v ní člověk setkává přímo s Bohem. Nejprve to chce, ještě před modlitbou, připravit si materiál. Úryvek z Písma, který pro modlitbu použiji. To je potřeba udělat PŘED modlitbou – protože modlitba není četba a hledání textu, ale četba a hledání Boha. Nejlépe se pro modlitbu s Písmem hodí žalmy. Jednoduše proto, že už to modlitby jsou – staletími prověřené a fungující. Mně se osvědčilo, když jsem si jednou sedl nad Bibli a ze 150 žalmů jsem si vybral ty, které mi byly nějak blízké, sympatické. Rozdělit jsem si je na děkonné, prosebné, kající, hledající, posilující... A pak jsem je bral v modlitbě pěkně jeden za druhým – buď náhodně, nebo podle toho, v jaké situaci jsem se nacházel. Text žalmu pro mě nebyl cizí, už jsem jej znal. A nebyla to četba – nečetl jsem si je pro sebe, ale četl jsem je Bohu a nechal jsem své srdce ztotožnit se s nimi.

Možné schéma modlitby:

1. Prosba o modlitbu, o Ducha Svatého, který se modlí v nás.

2. Modlitba Božího slova – např. žalmu – možno 2x – 3x
3. Vybrat ze žalmu to, co v mém srdci rezonovalo, chvilka ticha
4. Modlitba chvály a díky
5. Modlitba proseb
6. Modlitba Páně
7. Poděkování za setkání

Ted' blíže k jednotlivým částem modlitby. Modlitba je dar – a o dar je potřeba prosit. Na setkání musí být dva – člověk a Bůh. Boží přítomnost poznáváme svou vírou a prosba o modlitbu je projev naší víry, že Bůh naše modlitby slyší – že i když se nám to bude v lidské slabosti zdát, tak naše slova putují dál a výš než jen do nejbližší zdi.

Poté je možno přečíst Bohu žalm. Ano, Bůh ten žalm zná – už jen proto, že inspiroval svatopisce, aby jej do Písma zanesl. Myslím, že jsem už někde psal zásadu, že v modlitbě nejde o to, změnit srdce Boha, ale srdce člověka. Žalm (nebo Písmo obecně) je výbornou pomůckou k otevření modlitby.

Třetí bod je také důležitý. Chceme najít propojení mezi naším srdcem a slovem žalmu, kde Bůh promlouvá ke mně, kde se setkávají Boží a lidské slovo. Tyto verše je možné zopakovat, klidně i několikrát, podtrhnout si je, nechat je doznít. Zde je také možno zachovat chvíli ticha. Nechat Boží slovo znít a doznívat v srdci.

Modlitba chvály? Proč? Zjednodušeně proto, že právě modlitba chvály přesouvá náš pohled z nás na Boha, který nás obdarovává. Říká se, že modlitba chvály je nejméně sobecká forma modlitby. V této části podstupujeme od nás a díváme se na Boha. Nedíváme se na to, co kdo pro koho může nebo nemůže dělat, ale obdivujeme to, jaký Bůh je.

Následují prosby. Prosby nejsou nejdůležitější částí modlitby, i když by se to mnohým mohlo znát. A stejně tak prosby nejsou

seznamem toho, co by pro nás Bůh měl udělat, ale vědomé otevření srdce před Bohem – před tím, kdo dovnitř dobře vidí.

Modlitba Páně je shrnutím toho podstatného, o co v modlitbě jde. A na závěr jako slušně vychovaní lidé poděkujeme – modlitba není jen naše úsilí, ale především Boží dar – a když člověk dostane dar, tak za něj má poděkovat.

Znova opakuji: je to jedno z mnoha možných schémat modlitby. Pokud někomu přinese větší plody Eucharistická adorace, ať adoruje. Pokud někomu naprosté přebývání s Bohem v tichu, ať je v tichu. Jen o jedno jde: aby se srdce člověka setkal se srdcem Boha.

### 3. Kdy?

Kdy se modlit? To bývá většinou kámen úrazu. Nejsme řeholníci, máme nepravidelný životní rytmus – každý den probíhá jinak. Ráno se nechce dřív vstávat, přes den není čas a večer už jsou lidé tak unavení, že se modlit opravdu nemůžou. Trochu to někdy může připomínat písničku „Osmý den schází nám“. Kdy se modlit? I zde platí: „Kdo chce, hledá způsoby, kdo nechce, hledá důvody.“ Hledejme způsoby – hledejme čas pro Boha. Někdo se lépe soustředí na modlitbu ráno, někdo večer. Jak jsem už napsal, důležitá je pravidelnost. Duchovní autoři se přiklánějí k časové pravidelnosti – spojit s modlitbou konkrétní čas. Ano, funguje to – i když to může někomu připadat těžké.

### 4. Kde?

A poslední pohled – kde se modlit? Asi ne každý má k dispozici soukromou kapli. V každém případě to chce nějaké klidné místo – spíš než zapnutou televizi nebo počítač to chce třeba ikonu. Jsou místa, kde se dá setkávat s Bohem lépe, i místa, kde hůř. I zde je prostor pro kreativitu. Pokud zbyde pro setkání s Bohem v hluboké noci po všech důležitějších povinnostech pouze položení se na

postel – něco je špatně. Ne u Boha (ten stvořil celý svět pro nás – a dal nám 24 hodin pro každý den), ale u nás.

Někomu pomáhá udělat si modlitební statistiku. A při zpytování svědomí před svátostí smíření se podívat: „Tak kolikrát jsem se od poslední zpovědi setkal s Bohem v modlitbě? Třikrát nebo třicetkrát?“ U zdravého duchovního života by se měla modlitba za několik málo let zautomatizovat tak, že podobné statistiky budou zbytečné – a podobně jako čištění zubů se modlitba stane nedílnou součástí civilizovaného křesťana. A nejen že se stane součástí, ale stane se pro něj pramenem a inspirací kvalitního duchovního života.

Máte v modlitbě obtíže? Překonávejte je, protože i to je cesta za Bohem.

## Zabijáci modlitby

Co dokáže snahu křesťana o pravidelnou modlitbu zhatit? Není to žádný oficiální výčet – pracovně jsem si jej nazval: zabijáci modlitby. Možná, že jejich pojmenování pomůže poznat, proč jsou některé modlitby zabitě.

### *1. Odstup od Boha*

Prvním zabijákem modlitby je odstup od Boha. Ten zabraňuje, aby modlitba byla setkáním, aby k nám Bůh skutečně přišel. „Nechci si Boha pustit příliš k tělu. Co kdyby ty modlitby fakt slyšel? A co kdyby snad (nedej, Bože) ode mě něco chtěl?“ Podobně jak to čteme v Písmu: „Král Achaz odpověděl: Nechci žádat a nebudu pokoušet Hospodina.“ (Iz 7,12) To jsou všechny ty oblasti, do kterých člověk Boha nechce pustit. Instinktivně tuší, že by Bůh do nich vstoupit chtěl – a tak neriskuje. A proto se raději drží od takového zvědavého a investigativního Boha dál. Je přece daleko snazší něco mechanicky odříkat než otevřít svoje srdce. Trumf tohoto zabijáka modlitby je skrytý a silný – strach z Boha. Takový člověk zřejmě nedůvěřuje dobrým Božím úmyslům a schopnostem – nevěří Boží lásce k člověku nebo Boží moci. Nebo obojímu. Účinným protijedem zde je důvěra a účinnými pomocníky lidé, kteří Bohu důvěřují.

### *2. Hledání volného času*

„Nemohu najít na modlitbu žádný volný čas,“ svěřil se mi jeden člověk. Nejdříve jsem si říkal: „To je špatné, chudák, určitě má mnoho povinností.“ Ale pořád mi na tom něco nesedělo. Až jsem na to přišel. Zabijákem v tomto případě je pojetí Boha jako pejska, který se spokojí se zbytky jinak pro nás nepoužitelného volného času. Možná ale Bůh nechce náš volný čas. Možná, že by chtěl, abychom si přeuspořádali priority tak, aby on pro nás byl tím hlavním vysílacím časem. Tento koperníkovský obrat nám zajistí, že se v první řadě budeme dívat na Boha a pak až na sebe. Ne naopak.

Tomuto zabijákovi se také říká náboženství volného času – když mám volno, jdu na mši, když mám volno, modlím se, když mám volno, dělám dobré skutky, když mám volno, vytvářím společenství... Vzpomínám, jak jsem si domlouval jedno setkání s hodně zaměstnaným spolubratrem knězem a ptal jsem se ho: „Kdy máš volno?“ On mě dostal svou odpovědí: „Volno nemám. Ale pro tebe si ho udělám.“ Inspirující. Účinným protijedem je uvědomění si, kdo je Bůh. A cestou uspořádání priorit.

### *3. Odkládání*

„Teď ne, teď se mi nechce. Pomodlím se za chvíli. Vždyť jsem se ještě ani neprobudil. Kávička – tak po kávičce. Teď jsem viděl něco zajímavého na netu, to musím stihnout ještě ráno. To už je hodin, musím jít. Pomodlím se potom. Jdu do práce, to se musím soustředit na cestu a na lidi, které potkávám. V práci, ve škole, to se musím soustředit na to, co dělám, po práci/škole jsem velmi unavený, mám přece nárok na odpočinek, a pak mám ještě spoustu jiných záslužných aktivit. Hned potom se pomodlím. No a pak musím ještě vše připravit na zítra. Po televizních novinách. Jé, nověj seriál. Hned po něm. A na FB jsou teď lidi, kterým musím nutně něco říci – hned jak jim napíšu. Tak, ještě pár mailů. Už mi padá hlava únavou. Tak se pomodlím před spaním.“ A nakonec se zavřenýma očima ani neotevřu Bibli. „Bůh určitě pochopí, že jsem na modlitbu dneska fakt neměl ani chvíli...“ Kromě jedné věty myslím, že tenhle citát nepotřebuje žádný komentář. Odkládám modlitbu, protože jinou věc chci dělat víc, než se setkat s Bohem. Účinným protijedem na odkládání je neodkládat a vstoupit do modlitby, když mě na ni srdce (paměť) upozorní. Někdy to může být Boží volání a pozvání: „Teď se s tebou chci setkat a něco ti říct/dát.“

### *4. Nevhodná forma*

Když dva lidé řeknou slovo modlitba, tak si pod ním každý zpravidla představí něco jiného. Někdy je nechuť k modlitbě



způsobená právě nevhodnou formou. Pro někoho je růženec nádherným rozjímáním o Ježíši a jeho životě, pro jiného totální pětidesátková nuda. Někdo vidí v Písmu inspiraci a při žalmech jeho srdce hoří, jiného napsaný text ruší v tichém a intimním bytí s Bohem. Někdo potřebuje navést inspirovanou modlitbou, jiný dokáže sám vstoupit do poezie rozhovoru s Bohem. Někomu vyhovuje ikona, jiný potřebuje kapli se svatostánkem, jinému stačí zavřít oči a ví, že Bůh je blízko. Všichni mají společné to, že jsou chvíle, kdy je modlitba krásná a příjemná, a také chvíle, kdy je třeba o modlitbu bojovat. Proč ale zakopávat o nechuť, která je způsobena nevhodnou formou? „Nevyhovuje ti forma modlitby? OK, najdi si jinou.“ Zkusit ovšem neznamená střídat formy modlitby podle nálad každý den. Napadá mě přirovnání k botám. Nové boty je potřeba také trochu vyšlápnout, ale některé boty prostě na některé nohy nesednou. Ještě že k botám přistupujeme jinak než k modlitbě – protože by asi leckdo chodil bos... Účinným protijedem bývá kreativita a trpělivost v hledání formy modlitby.

### 5. Cítění

„Modlím se asi nějak špatně, protože při modlitbě nic necítím. Nudím se. Nechce se mi do toho. Asi to stejně nemá žádnou cenu. Proto se modlím, když se mi chce – ale to mně se vlastně ani moc nechce.“ To je zabiják začátečníků – modlí se za odměnu dobrého pocitu. Možná je to sám Bůh, který člověka vychovává k nezištnosti (ne k obchodu: modlitba = dobrý pocit). Myslím, že Bůh to podobně zařídil v mezilidských vztazích. Třeba v manželství. Rodinu je třeba vytvářet nejen, když je to příjemné a něco to dává, ale také tehdy, když to moc příjemné není a víc si bere, než dává. Klíčem je pak věrnost. Věrnost v manželství je známá věc – ale věrnost v modlitbě? V modlitbě jde víc o touhu být s Bohem než o pocity a příjemnosti. Malý pokus: který manžel má větší hodnotu? Ten, pro kterého je rodina hračka, která ho nic nestojí, nebo ten, který ze všech svých sil bojuje a překonává překážky, které se mu staví do

cesty? Ten, který lásku jen spotřebovává a nechává se opečovávat, nebo ten, kdo ze svého dává a opečovává? Myslím, že to platí i v modlitbě. Má větší cenu modlitba, která jde sama od sebe a je příjemná, nebo ta, kde křesťan dává Bohu čas, překonává překážky a ukazuje věrnost? Svatý Jan od Kříže napsal, že kdybychom znali cenu modlitby ve stavu neútěchy, nikdy bychom netoužili po útěše. Je modlitba těžká? Fajn – hlavně nepřestat! Bůh nepotřebuje lidi, kteří jen cítí, potřebuje lidi, kteří něco dělají. Modlitba není opium, ale inspirace. Je dobré nepoddat se otroctví pocitů. Účinným protijedem zpravidla dokáže být použití rozumu a také jisté dávky trpělivosti a víry ve smysl modlitby.

#### 6. *Způsob života (organizace času)*

Těžko se dá modlit po hodinách strávených u televize nebo u počítače. Hlavním nástrojem modlitby je přece jen mozek (myšlení) – a když je mozek unavený, jen těžko z něj můžeme dostat nějaký solidní výkon. Na důležitá setkání chodíme upraveni, připraveni a odpočati. Že by nám na setkáních tohoto světa záleželo víc než na setkáních s Pánem všech časů a vesmíru? V jednom rozhovoru jsem slyšel, že tohle je tzv. programová (systémová) chyba. Když někomu nejde modlitba, měl by si položit otázku, kdy se modlí a jak s modlitbou počítá ve svém rozvrhu dne/týdne/měsíce. „Nemám modlitbu zařazenou tak, že už jen z principu nemůže dopadnout?“ Sem patří i modlitba do vytracena – za celý den na Boha nebyl čas, tak aspoň ty vteřiny před usnutím vleže v posteli. Vzpomínám na jednu paní, která mi říkala: „Pane faráři, včera večer se mi stala zajímavá věc. Modlím se a najednou koukám, že už spím.“ Tento zabiják ničí modlitbu nepozorovaně a zpravidla ho odhalí až pohled zvenku. Účinný protijed je podobný jako u zabijáka hledání volného času.

#### 7. *Znejist'ovač*

Nevěděl jsem, jak tohoto zabijáka pojmenovat, a tak jsem ho nakonec nazval zabiják Znejist'ovač. Jeho snahou je znejstit člověka o Božím záměru. Ten sedí u ucha křesťana a našeptává mu: „Ty, takový hříšník, s takovými hříchy se chceš setkat s Bohem? No to snad ani nezkoušej, to nejde.“ Tenhle zabiják je už ostřílený stařec. Poprvé to zkusil na Adama a dohnal ho dokonce až do křoví (srov. Gen 3,10). Naproti tomu si nemohu nepoložit otázku: „Kdy už člověk potřebuje modlitbu víc než ve své slabosti a hříšnosti, ze které svou vlastní silou nemůže povstat?“ I Ježíš přece říká, že přišel, „aby hledal a zachránil, co zahynulo.“ (Lk 19,10) Znejist'ovač vnutí člověku falešnou pokoru, která ho úspěšně udržuje ve stavu zahynutí. Obzvlášť působí v jistých skupinách hříčů, které jsou pro některé lidi nepřekonatelnými překážkami. Ne pro Boha. Bůh jasně a zřetelně v Písmu ukazuje své postoje. Jak řekl svatý Augustin: „Hřích nenávidí, ale hříšníka miluje.“ Účinným protijedem na Znejist'ovače je Písmo.

### *8. Modlitba jako cíl*

„Modlím se proto, aby mi bylo dobře, abych dobře vystudoval, aby se mi nestalo nic nepříjemného, abych byl úspěšný, aby na mě nemohl Nepřítel...“ Zní to sice dobře, někdy i zbožně, ale... Myslím, že modlitba by se neměla stát cílem, protože naším skutečným cílem má být jedině Bůh. Boha mohu dosáhnout, i když mi není dobře, i když nevystuduji i když mě potkají nepříjemnosti, v neúspěších, dokonce i když budu snášet útoky zla. Cílem modlitby není za-jistění bezproblémového života a splnění přání, ale spása duše – překročení hranic pozemského života a času. Bůh není automat na splnění našich přání – je to někdo, kdo nám nabízí setkání. Zde se dostáváme na pole rozdílu mezi křesťanskou modlitbou a meditací některých východních náboženství. U východní meditace může být cílem dosažení jistého momentálního stavu mysli (a těla), u křesťanství je cílem modlitby vždy setkání s Bohem –

a vše ostatní je sekundárním produktem, který být může, ale také být nemusí (a tím modlitbu nezhodnocuje).

### *9. Mimořádné zážitky*

Zabiják „modlitby jako cíle“ má menšího bratříčka: zabijáka „modlitby touhy po mimořádných zážitcích“. Někdy může být víra člověka příliš slabá – slabá tak, že chce vidět zázraky. O tom nám na několika místech vypovídají i evangelia. Pak cílem modlitby není setkání s Bohem, ale vidět jakousi Boží show, která má přitažlivé a silné atrakce. Je zvláštní, že Ježíš na takové požadavky během svého evangelního pozemského působení moc nereagoval. Uzdravoval podle jiného klíče, než byla senzacechtivost nebo množství diváků. A tak se mnozí s Kristem prostě minuli. Nedostali, co čekali, protože čekali příliš málo. Účinným protijedem může být uvědomění si rozdílu mezi Stvořitelem a stvořením. Mezi Bohem a jeho dary. Mezi věčností a časností. Ježíš říká: „Hledejte především jeho království a spravedlnost, a všechno ostatní vám bude přidáno.“ (Mt 6,33)

### *10. Lenost*

A protože devět zabijáků modlitby je málo, ještě několik slov o posledním – ten nese jméno lenost. O tom se dneska moc nemluví – možná jsou lidé líní o lenosti mluvit. O tomto tématu existuje velmi pěkná knížka Dvojitá tvář lenosti od Katky Lachmanové. K té si nedovolím nic dodávat, protože nic lepšího než doporučit tuto knihu nevymyslím. Pokud někdo zjistí, že jeho osobním zabijákem modlitby je lenost, je potřeba si tohoto škůdce pojmenovat, zřít se ho a namířit proti němu své úsilí. I zde může být klíčem motivace – buď žít s Bohem a pro Boha, nebo umírat v lenivostním sobectví.

Na závěr bych snad jen chtěl ujistit čtenáře, že výše popsání zabijáky jsou nebezpeční, dokonce velmi nebezpeční – ALE POUZE pokud jim to dovolíme.



## Kaple

Jedna praktická vychytávka k modlitbě se mi spolehlivě osvědčila. V jeden okamžik svého duchovního života jsem se sám sebe zeptal: „Kde se vlastně mám modlit?“ Ne vždy byla poblíž kaple, kde by byl k modlitbě klid, kde by mě nic nerozptylovalo, kde bych mohl prožít žádoucí samotou setkání – kde bych byl sám s Bohem.

Zjistil jsem, že není jedno, kde se modlím, a že potřebuji i nějaké vnější oddělení místa, kde pracuju, kde se bavím, kde odpočívám – a místa, kde se setkávám s Bohem. Při návštěvě v kartuziánském klášteře jsem viděl takovou vychytávku: mnich měl na svojí cele malou meditační kapli. Nic velkého, nic honosného – prostě místo, kde se věnoval pouze modlitbě. Řekl jsem si, proč bych si něco takového nemohl vyrobit sám. A povedlo se. První kapličku jsem si zařídil v Mrákově a poté na všech farách, kterými jsem prošel.

Ne vždy je možné udělat všechno, ale myslím, že téměř vždy je možné udělat aspoň něco. A mnohokrát jsem si uvědomil, že bez takovéto vychytávky je pro mě modlitba prostě těžší. Jako bych uvnitř svého já věděl, že když si sednu na místo modlitby, že toto místo a čas (a tím pádem i já) patří Bohu – a toto vědomí je tak zřetelné, že se na setkání s Bohem těším. Stačilo sehnat několik desek v hobbymarketu, pár šroubů, kus koberce a bylo to. Jednou to dokonce byla i jen nevyužitá police. Někde jsem měl koberec a klekátko, někde jen židli, někde něco mezi tím – to není důležité. Někde to byl stoleček, jinde jen police – to také nebylo důležité. Důležité bylo, že to fungovalo.

Osvědčila se mi ikona Krista, kterou jsem měl možnost napsat na exerciciích před jáhenským svěcením, ale viděl jsem kapličky s ikonou nalepenou (ikona je prostě víc než jen obraz nebo socha). Praktická byla Bible (pro modlitbu nezbytná) a breviář (ten tedy není

podmínkou – zvlášť ne pro ty, kdo nemají povinnost se ho modlit), někde jsem měl svíčku a většinou to chtělo světlo, které vedlo k soustředění na podstatné...

Jak jsem se tak různě stěhoval, tak někde bylo místa dost, někde méně, a v jednom pokoji jsem kapli neměl. Po nějakém čase jsem si řekl, že i kdybych měl vyhodit postel, tak je pro mě kaple prostě důležitá. Byla to zajímavá úvaha: „Co potřebuju ve svém pokoji víc než místo, kde se budu setkávat se svým Bohem?“ Nakonec jsem těch 50 cm našel a postel mohla zůstat.

Ale nemyslete si, že zbudovat si kapličku stačí. Bohužel – nikoliv. I tak je potřeba o modlitbu bojovat a snést chvíle vyprahlosti a věrnosti (Boží i lidské). I v modlitbě platí, že kreativité se meze nekladou.

## Slyší mě někdo?

Jednou jsem si při modlitbě položil otázku, kterou zná asi důvěrně každý křesťan: Opravdu Bůh moje modlitby slyší? A jak? Tentokrát ale nešlo o pochybnosti o smyslu a účincích modlitby – spíše to byla zvědavost, jaké je přijetí toho, co vysílám. Říkal jsem si, jestli Bůh o mé modlitbě přemýšlí.

Je modlitba rozhovorem s Bohem, setkáním s Bohem, vědomou formulací toho, co máme v srdci, nebo jen určitým náboženským aktem? Kdo mou modlitbu potřebuje víc: Bůh nebo já? Bůh, aby mě mohl obdarovat, nebo já, abych si mohl ujasnit, o co mi vlastně v životě opravdu jde? Takové otázky mě napadaly.

Písmo říká, že Bůh zná naše srdce a že dobře ví, co potřebujeme, ještě dřív, než ho o něco prosíme (srov. Mt 6,8). Má cenu modlit se? Nestačí obrátit oči k nebi a říct: „Vždyť ty víš...?“

Možná, že klíčem k modlitbě může být uvědomění si, jestli jde o NĚCO nebo o NĚKOHU.

O něco jde vždycky. V modlitbě proseb jde o vyslyšení. V přímělné modlitbě jde o lidi a úmysly, za které se přimlouváme, v modlitbě chval a díky o vyjádření našeho postoje vůči Bohu... Jde i o projev poslušnosti, protože Ježíš vyzývá: „Proste...“ Jde o projev vztahu – komunikaci s Bohem. Určitě jde i o formulaci přání a tužeb.

Ale jde i o NĚKOHU? Napadají mě slova písničky Jirky Černého:

Jenom Ty a Já  
a ticho, které uvnitř šumí,  
jako hudba vzdálená, jako řeka v hlubinách.



Jenom Ty a Já  
a kolem nás to ticho krouží  
jako mysl zmatená jako nad horami pták.

Jenom Ty a Já  
ticho se tiše otevírá  
a vychází a vchází, když se nikdo nedívá.

Jenom Ty a Já  
a vůbec nic už nepřekáží,  
vůbec nic už nezbývá, jenom Ty a jenom Já.

Možná, že modlitba je setkáním s osobou Tajemství – s Bohem. A možná, že v konečné fázi už nejde o slova, ale o bytí s Bytím. A zde už nejde jen o NĚCO, ale o NĚKOHO. O mě, jakožto stvořeného člověka a o mého Stvořitele. O dvě bytosti, které si zdaleka nejsou rovny, ale které spolu touží komunikovat a být.

A najednou chápu, co myslí autor knihy Píseň písní, když ukazuje vztah mezi člověkem a Bohem na hlubokém a niterném vztahu mezi mužem a ženou. Modlitbu je pak možné vnímat jako důvěrné setkání dvou bytostí, které spolu tvoří ztělesnění lásky a přitažlivosti, kdy jedna chce žít pro druhou, a jakoby se v tom nesmírně cenném vztahu rozpustit, ztratit.

Můžeme rozlišit tři fáze osobní modlitby – příprava, modlitba slov a modlitba setrvání (setkání).

Někdy jdeme na modlitbu od lesa. Říkáme něco, co Boha až zas tak moc nezajímá (protože to zná), ale jde o to, abychom se my naladili na Boha. To můžou být třeba texty Písma (např. žalmy), které nás jako Boží slovo přivádí k uvažování podobnému jeho Autorovi. Někdy to mohou být modlitby světců nebo duchovních

mistrů, které mají podobný účel. Je důležité u této fáze nezůstat, protože bez pokračování je téměř zbytečná. Připravili jsme se, naladili jsme se na Boha, vstoupili jsme do jeho přítomnosti – ale co dál?

Zde vstupujeme do fáze modlitby slov, která už je setkáním. Předstoupili jsme před Boha a víme, že netouží po přednesu nějakých textů. Víme, že už nám naslouchá, že jsme vstoupili do té chvíle, kdy jsme spolu a můžeme spolu mluvit. Teď můžeme před Bohem otevřít svoje srdce, můžeme mu vyjevit všechno to, co je uvnitř nás – bolesti i radosti, prosby, chvály a díky, pochybnosti, zklamání i naděje.

A je pak už jen na Bohu, pozve-li nás do modlitby setrvání (setkání), kde už není potřeba žádných slov. Kde je ono ticho a jen Bůh a já, jak říká zmíněný text písně. A samozřejmě pak záleží i na nás, jestli do této modlitby chceme vstoupit. V každém případě bych se ale chtěl zmínit o jedné překážce, která dokáže naši modlitbu úplně znehodnotit. A tím je zbožná modlitba – bez nás a bez Boha.

Dobře jde vidět při slavení Eucharistie, konkrétně při bohoslužbě slova, při přímlovách. Lektor čte prosby a lidé mechanicky a nekriticky odpovídají: „Prosíme tě, vyslyš nás.“ Občas dojde ke komickým situacím, kdy lektor udělá větší mezeru mezi částmi proseb, nebo dokonce i jen mezi slovy, a zbožný lid odrecituje: „Prosíme tě, vyslyš nás,“ aniž by vlastně tušil, co má Bůh vyslyšet. Aniž by kdokoliv tušil, že prosba nemá bez prosících vůbec žádný smysl.

Podobně to může vypadat i v soukromé modlitbě. Říkáme text, který nemyslíme vážně. Recitujeme něco, protože nám někdo řekl, že to tak je správně. Ono to správně být může i nemusí – ale správně rozhodně není to, že nám v tu konkrétní chvíli nejde o modlitbu. Například modlitba Páně. Prosíme, aby se naplnila Boží

vůle jako v nebi tak i na zemi, ale přitom jsme odhodláni neposlechnout Boha, jestli bude něco jinak, než chceme my.

Nebo když prosíme: Odpusť nám naše viny jako i my odpouštíme... Vážně chceme, aby Bůh nám odpouštěl tak, jako odpouštíme my? Aby také dělal takové drahoty jako my? A aby si velmi dobře rozmýšlel, co a za jakých podmínek by nám byl ochoten odpustit – jako to děláme my? Aby jeho odpouštění trvalo třeba léta – jako u našeho odpouštění? Opravdu to myslíme vážně? Když si uvědomíme, o co v této prosbě jde, splní svůj účel. Bůh nám skrze ni říká: „Chcete, abych vám odpustil? Ale jistě, rád vám odpustím – ale i vy musíte odpouštět, protože jinak se nesejdeme.“

Poslední příklad s modlitbou. Prosíme: Ale zbav nás od zlého. Ale jak nás Bůh může zbavit od zlého, když jsme my sami se zlymi věcmi spojeni (někdy i dobrovolně) a nechceme se s nimi rozloučit? Čekáme, že Bůh nás bude lámat? Že vyřeší zlo v našem životě bez nás? Bůh k nám skrze modlitbu může promlouvat: „Bojuj se zlem – a já ti v tom pomůžu.“

„Při modlitbě pak nemluvte naprázdno jako pohané; oni si myslí, že budou vyslyšeni pro množství svých slov,“ říká Ježíš v Matoušově evangeliu. Možná to říká i do našich modliteb. A pravdivě musíme vyznat, kolik je v našich modlitbách slov bez obsahu, slov prázdných. Slova, za kterými nestojí naše srdce.

My, lidé, se můžeme při modlitbě nudit – to je bohužel kvůli naší slabosti možné. Právě nuda v modlitbě stojí často za zanedbáváním. Pochybnosti o smyslu vedou k malomyslnosti. Jednou v modlitbě jsem se sám sebe zeptal, jestli se náhodou někdy při naší modlitbě nemůže nudit i Bůh. Možná, že je to také možné – když slyší naše prázdná slova a vidí propast mezi tím, co říkají naše ústa, a tím, co naplňuje naše srdce a jak skutečně žijeme. Možná se Bůh nudí,

když jasně a zřetelně vidí, že se s ním míváme – že se s ním chceme minout.

Modlitba se někdy zdá být divná – ale třeba má modlitba být velmi přirozená a normální. Rozhovor a setkání člověka s Bohem. Někdy v ní hledáme vědu, a proto je pro nás nedosažitelná. Když se modlíme, přemýšlejme nad tím, že nás někdo slyší.

Tato kapitola patří do série: Zanedbával jsem modlitbu. Nejde jen o formální zařazení, ale myslím, že vystihuje, proč tak často zanedbáváme modlitbu. Modlitba bez setkání s Bohem, bez dotyku Tajemství, bez lidské přirozenosti a normálnosti je nepřitažlivá. Nemá valný účinek v životě, neposiluje, neprosvětluje Boží přítomností v každodenním shonu. A přesně podle toho někdy vypadá i víra křesťanů.

Pokud nebudou naše modlitby živým setkáním a nebudeme-li krásu modlitby ukazovat druhým, pak ji i další generace křesťanů budou zanedbávat. Pokud jim neukážeme jinou cestu – cestu, na kterou se sami musíme vydat...

Stručně shrnuto: Když se modlíme, počítejme s tím, že nás někdo opravdu poslouchá...

## Da lifnei – Věz, před kým stojíš

Nedávno jsme s našimi studenty navštívili tajnou synagogu v Tereziánském ghettu. Tam byl zvláštní nápis, který se mi hluboce vryl do paměti. Na místě, kde stával při bohoslužbě rabín, bylo hebrejsky napsáno: „Da lifnei mi atah omed.“ Česky: „Věz, před kým stojíš.“ Co k tomu dodat? Ideální nápis pro místo modlitby.

Po návratu domů jsem trochu googlil a našel jsem poklad. Jedná se o výrok rabiho Eliezera z Talmudu (Berachot 28b), který celý zní: „Věz, před kým stojíš: před Králem králů, Svatým, budiž požehnán.“

Napadají mě tři výklady této věty, které nám pomohou uchopit téma modlitby. První výklad je striktně modlitební. Určitě stojí za to si před každou modlitbou připomenout, před kým vlastně stojíme. Připomenout si, že modlitba není naší soukromou záležitostí, ale záležitostí Boha. Dotýká se toho, s kým mluvíme, s kým se setkáváme. Výzva Da lifnei je to, co se v křesťanské tradici nazývá uvědoměním si Boží přítomnosti. Nejen uvědoměním, ale vstoupením. Bůh, stvořitel vesmíru, dárce života, Bůh veliký a zároveň blízký. Bůh, v jehož ruce je čas. Bůh, ke kterému celé stvoření směřuje – a ke kterému směřujeme i my.

Zajímavý je také termín stání. Na mnoha místech Starého zákona je stání výrazem úcty a rozhovoru s Hospodinem. Ve východní Církvi je účast na bohoslužbách a na některých modlitbách spojená se stáním, a i u nás například při naslouchání evangeliu z úcty před Bohem stojíme. Je to postoj připravenosti, kterým člověk ukazuje, že může kdykoliv vyjít za nějakým posláním, že je připraven. A úcta a připravenost jsou při modlitbě důležité. Bez nich vlastně ani není modlitba modlitbou.

I postoj může být při modlitbě důležitý. Nemohu si nepoložit otázku, jestli náš postoj při modlitbě vyjadřuje, koho se v modlitbě

naše mysl dotýká. Je to Král králů, Svatý a Tajemný ve své lásce a blízkosti, nebo jen výplod naší psychiky, který je při ruce podle toho, jak a kdy se nám to právě hodí? Postoj vyjadřuje úctu, ať s tím počítáme, nebo ne. Jak říkají psychologové: Řeč těla většinou nelže. Patrně bude jiná úcta k Bohu, před kterým umím v modlitbě stát, a jiná úcta k Bohu, pro kterého mi zbývají poslední vteřiny dne vleže před usnutím...

Druhý výklad klade důraz na výzvu: Věz. My, kdo jsme poznali Boha a věříme v něj, bychom měli vědět, nebo aspoň tušit, před kým to stojíme. Jaký Bůh je, co nám o sobě řekl, jak je možné ho najít. Sloveso vědět prý v hebrejštině neznamená pouze teoretickou znalost, ale vyjadřuje i aktivní, praktický rozměr: umět.

Třetí výklad ukazuje na život, který by měl být s modlitbou propojen. Možná, že kdybychom všední dny a všechno, co prožíváme, viděli optikou Da lifnei, vypadalo by leccos jinak. Celý náš život, ve všem co děláme, stojíme před Králem králů. A vědět to je klíčem k životu s ním. Aby, jak je to v té modlitbě, mohl být požehnán nejen našimi ústy, ale také našimi skutky. My v každodenním shonu opouštíme myšlenku na Boha, ale Bůh neopouští nás – a je všude tam, kde jsme my.

Propojení našeho životního příběhu s Bohem – to je cíl, jehož je modlitba prostředkem.

## **Jak nastartovat modlitbu?**

Že je modlitba nutná, všichni ví. Co modlitba je, všichni ví. Jak se modlit (nebo jak se o to pokusit), všichni ví. To, co všichni neví, je, jak zařídit, aby to také fungovalo.

Všiml jsem si, že je potřeba nějaký impuls – něco, co člověka postrčí, přinutí ho vyjít z jeho lenosti, z jeho priorit, z jeho pohodlnosti, z jeho všednodennosti.

Nedávno jsem se setkal s kolegyní, která učí cizí jazyky. Pochlubil jsem se, že se učím už osm let jeden jazyk – celkem systematicky a pravidelně, ale že to pořád ještě není ono. Neprohlédla mou malou lest. Mluvil jsem pravdu. Už osm let mám učebnici pro samouky a pravidelně jednou za rok (a někdy i dvakrát) jí otevřu a úspěšně absolvuji první lekci. Úspěšně proto, že po osmé si i s takovým odstupem přece jen něco zapamatuji – i když mě tu a tam nějaké to nové slovíčko (které jsem nikdy v té první lekci neviděl) překvapí. Když jsem se přiznal, smála se. Říkala mi, že proto, abych se ten jazyk naučil, potřebuji systém a že potřebuji něco, co mě donutí – třeba nějaký kurs nebo učitele. Byl bych rád, kdyby mě učila ona, ale do toho určitě nepůjdu, protože by na mě byla přísná... Vrátím se k osvědčené pohodové metodě první lekce, která mi už jde.

Napadlo mě, jestli to nemůže přesně takhle fungovat v duchovním životě. V cizím jazyce se nevytváří nic hmatatelného – podobně jako v modlitbě. Při učení cizího jazyka se člověk učí mluvit i poslouchat – jako v modlitbě. Když se člověk umí cizí jazyk, tak se domluví – stejně i s modlitbou. Cizí jazyk se člověk musí rozhodnout začít učit – rozhodnout se musí i pro modlitbu. A učit se cizí jazyk vyžaduje úsilí a čas – podobně jako pravidelná modlitba a kvalitní duchovní život.

Jenže co nastartuje člověka, aby začal s pravidelným režimem modlitby? Předpokládejme, že se člověk opravdu chce pravidelně setkávat s Bohem, jak jsem o tom psal v předchozích kapitolách. Když už nezafunguje vlastní rozhodnutí, může to být třeba svátost smíření, kde člověk může získat rozhodný impuls. Může to být duchovní obnova nebo nějaká jiná duchovní akce, kde se člověk setká s Bohem, a je motivován k dalšímu setkávání. Nebo duchovní doprovázející, který nějaké ty možnosti nabídne. Může to být i společná modlitba – manželů, snoubenců, přátel, případně pravidelná modlitba ve společenství. Někomu pomáhá modlitba nověny (většinou devítidenního systému modlitby) na nějaký konkrétní úmysl.

Také se osvědčuje spojení modlitby s nějakým rituálem. Večer dvacet minut před zprávami. Nebo po zprávách. Ráno po kávě. Přes den když pravidelně chodím okolo otevřeného kostela. V poledne krátká modlitba když kolegové odejdou na oběd a já nemusím stát první v řadě. Žijeme v době chytrých mobilních telefonů, ale jsou naše telefony dostatečně chytré i na to, aby nám připomněly nejdůležitější schůzku dne – s naším Stvořitelem? Samozřejmě myslím schůzku v modlitbě.

Vzpomínám si, jak jsem podobnou radu dával jednomu člověku. On mi odpověděl, že chytrý telefon nevlastní. Řekl jsem mu, že existuje jeden vynález, který stojí okolo sta korun a který by mu mohl pomoci. Jmenuje se modlitební budík. Přiznávám, že jsem se chvíli bavil zvědavostí otázek a tvářil se velmi tajemně. Vypadá jako ostatní budíky – s jediným rozdílem – netahá majitele z postele, ale připomíná mu modlitbu. Ano, samozřejmě, je to obyčejný budík, který zazvoní a připomene setkání s Bohem. Nestojí modlitba za to?

Někdy pomůže dohoda se zpovědníkem, aby za pokání uložil pravidelnou modlitbu – na týden, dva, nebo třeba i do další zpovědi.



Je praktické se domluvit na jasných a přijatelných parametrech (forma, délka). Můj osvědčený způsob: najdi si v Bibli 30 žalmů, které se ti nějak líbí nebo tě nějak zaujaly, a pak se každý den jeden z nich pomodli a v té modlitbě ještě nějakou chvilku zůstaň a promluv s Bohem o tom konkrétním dni, o lidech, které jsi potkal/které potkáš, o tom cos dělal/co se chystáš dělat. Chval, děkuj, pros, přimlouvej se... Výhoda této metody spočívá v tom, že člověk ví, že modlitba je nutnost, ne libovůle. Je tu šance, že takto nastartovaný modlitební život vydrží – i bez zpovědního prodlužování. Jen na dvě věci je bezpodmínečně nutné dát pozor – na dobrovolnost a vyváženost. Dobrovolnost spočívá v tom, že s tím musí kající ve zpovědi nejen svobodně (!) souhlasit, ale musí to i chtít. A vyvážeností myslím možnosti a schopnosti – například každodenní dvouhodinová adorace je sice pěkná, ale pro většinu lidí neuskutečnitelná. Cílem je modlitbu nastartovat, ne znechutit.

To jsou jen některé osvědčené tipy, třeba pomůžou...

## Odpuštění

Odpuštění je náročné téma: jak teoreticky (abych nepsal nějaké nesmysly), tak prakticky (na odpuštění nemám žádný patent a i já o ně musím bojovat).

My víme, že máme odpouštět. Jak často se ve svátosti smíření lidé pravdivě vyznávají: „Já nedokážu odpustit, neumím to, nejde mi to...“ Jenže málokdo ví, co to odpuštění vlastně je.

Než se podíváme na to, jak je možné odpouštět, je dobré se podívat, co to vlastně je a jak je to celé úplně od začátku. Nejprve se něco odehraje. A to něco naruší integritu člověka. Něco mu vezme, ublíží, způsobí bolest. Něco člověka vyvede z rovnováhy, vezme mu vnitřní pokoj a klid.

Toto narušení bývá vnímáno jako něco, co by mělo nebýt – Bůh když stvořil člověka, tak mu do srdce vložil rovnováhu a touhu po štěstí. Zjednodušeně řečeno: strážcem štěstí člověka je smysl pro spravedlnost. Z lidského pohledu je spravedlivé dávat každému to, co mu náleží (pozor – u Boha je to jinak). Člověku tedy náleží štěstí a to, co mu nárok na štěstí nebo štěstí samotné upírá, je nespravedlnost.

Pokaždé, když je člověku ublíženo, jako by začala v jeho mysli blikat kontrolka: „Pozor, spravedlnost narušena – braň se!“ A nejčastější odpovědí je probuzení emoce, která má za úkol spravedlnost hlídat – a tou je emoce hněvu. Ano, člověk, kterému je ublíženo se hněvá, a nutno dodat, v jistém smyslu na to má z Božího stvoření právo.

Hněv sám o sobě ještě hříchem být nemusí. Ježíš se také rozhněval (a nezhrěšil), když vyháněl směnárníky z chrámu. Svätý Pavel napsal v listě Efesanům: „Hněváte-li se, nehřešte. Nenechte

nad svým hněvem zapadnout slunce.“ (Ef 4,26) V Mojžíšově zákoně můžeme najít princip pro odplatu: „Oko za oko, zub za zub.“ Možná trochu překvapivě určují horní hranici hněvu, nikoli spodní – tedy jestliže ti někdo vyrazí zub, ty mu za to nevyvraždíš rodinu, ale maximálně mu můžeš také vyrazit zub – to je důležitý smysl tohoto zákona – ne požadavek hněvu, ale jeho regulace.

Tento hněv je potřeba si v první řadě přiznat. To proto, že nepřiznaný hněv místo aby směřoval k nějaké nápravě, k obnovení stavu spravedlnosti, směřuje do srdce člověka, kterému bylo ublíženo, a začne ničit jeho samotného. V tom případě je odpuštění z pochopitelných důvodů ještě potřebnější...

Ublížení bývá většinou následkem hříchu – následkem zla, kterému člověk dal konkrétní podobu zlého skutku. Takové zlo má dvě klíčové vlastnosti. Zaprvé: je nespravedlivé. Velmi nespravedlivé. Nevybírá si, do kterého života vstoupí a jak ho ovlivní, protože cílem zla je zničit člověka jako Boží dílo. Je mu jedno, jaké prostředky k tomu použije a koho zničí.

Druhá vlastnost: zlo nevede ke štěstí. Žádné zlo, k žádnému štěstí. Nedávno jsem slyšel zajímavou úvahu nad tím, že když ve státě, kde se praktikuje trest smrti, pozve věznice pozůstalé po nějakém zločinu na popravu zločince a oni se přímo dívají, jak vrah umírá, že jim to žádný pokoj ani uspokojení jejich bolesti stejně nepřinese. Proč? Pravděpodobně proto, že to je jen další pokračování smrti, která přišla proti Božímu plánu s lidmi...

Člověk na zlo (narušení spravedlnosti) nejčastěji odpovídá pomstou. Nestačí mu zlo jen zastavit, ale, jako by neznal míru, chce jedno zlo vylouct zlem dalším. A tak pokračuje v koloběhu zla, které se stupňuje a zraňuje hlouběji víc lidských srdcí než na počátku. Člověk je tvor mstivý – a je jedno, jestli ránu vrátí, nebo zlo neventiluje a nechá ho v sobě bobtnat. Buď bouchne a ublíží

ostatním, nebo ublíží sám sobě. Pomsta může mít mnoho podob, to víme všichni – agrese fyzická, psychická nebo sociální, rozpor mezi úsměvem na tváři a myšlenkami na vraždu v srdci...

A zde se dostáváme k samému jádru, co odpuštění vlastně je. Kdesi jsem slyšel jednu trefnou definici – bohužel si nepamatuju kde. A tak bych chtěl jejímu autorovi aspoň takhle anonymně moc poděkovat... Říká, že:

Odpuštění je zřeknutí se práva na pomstu.

Člověk si tedy připouští narušení spravedlnosti, přiznává bolest, kterou mu rána způsobila, neomlouvá jejího původce, ale svým postojem říká: Ne, já to zlo nebudu vracet a nebudu ho šířit dál.

Je praktické nezapomenout, že pomsta může mít mnoho různých podob. A člověk se rád obelhává a své jednání a postoje označuje jinými slovy. Například u pojmů tichý domov a tichá domácnost určitě nejde jen o slovíčka...

Prvním a nejdůležitějším krokem v odpouštění je zřeknutí se práva na pomstu. Před Bohem, před sebou samým a samozřejmě v reálném postoji i před tím, kdo ublížil.

## Jak na odpuštění

Odpuštění je něco, s čím asi všichni lidé nějak zápasí. Proto se trochu obávám, že tuto kapitolu začnou číst lidé s příliš velkým očekáváním: „Odpuštění snadno a rychle.“ Zkusíme se podívat na to, co procesu odpuštění pomáhá a připravuje pro něj podmínky, a co se všechno dá dělat (nebo nedělat), ale ta největší práce vždy zůstane na člověku samotném.

Mohlo by se zdát, že mám já (jako autor) odpuštění nějak definitivně zpracované a uvedené do života. Popravdě: nemám. I já mám vztahy, které jsou těžké, i já mám okolo sebe lidi, kteří mi ublížili, nebo kterým jsem ublížil já. I já musím vyvíjet velké úsilí, abych zastavil ve svém životě zlo, které pramení z různých konfliktů a neshod. Říká se (a platí to), že každý kazatel káže v první řadě pro sebe. Tak si tedy píšu kapitolu o tom, jak mám odpouštět.

První bod, který je pro odpuštění nutný, je pojmenovat si, proč vlastně máme odpouštět. Psychologie nám řekne, že je to způsob, jak se vyrovnat s vnitřním napětím, a že odpouštět má člověk v zájmu vlastního psychického zdraví a pohody. To je sice hezké, ale zpravidla je to málo. Když je člověku ublíženo, bývá naplněn množstvím různých emocí. A když někomu takovému řeknete: „Hele, buď v psychické pohodě,“ dočkáte se zřejmě posunu emocí na další, vyšší, level intenzity.

My, křesťané, jsme na tom s motivací lépe. My neodpouštíme jen pro sebe, ani pro druhé, ale odpouštíme kvůli našemu Bohu. Perfektní školou je evangelium:

Ježíš řekl: „Amen, pravím vám, cokoli odmítnete na zemi, bude odmítnuto v nebi, a cokoli přijmete na zemi, bude přijato v nebi. Opět vám pravím, shodnou-li se dva z vás na zemi v prosbě o jakoukoli

věc, můj nebeský Otec jim to učiní. Neboť kde jsou dva nebo tři shromážděni ve jménu mém, tam jsem já uprostřed nich.“

Tedy přistoupil Petr k Ježíšovi a řekl mu: „Pane, kolikrát mám odpustit svému bratru, když proti mně zhřeší? Snad až sedmkrát?“ Ježíš mu na to odpověděl: „Pravím ti, ne sedmkrát, ale až sedmdesát sedmkrát.“ „S královstvím nebeským je to tak, jako když se jeden král rozhodl vyžádat účty od svých služebníků. Když začal účtovat, přivedli mu jednoho, který byl dlužen mnoho tisíc hřiven. Protože mu je nemohl vrátit, rozkázal ho pán prodat i s ženou a dětmi a se vším, co měl, a nahradit ztrátu. Tu mu ten služebník padl k nohám a na kolenou prosil: „Měj se mnou strpení a všechno ti vrátím!“ Pán se ustrnul na oním služebníkem, propustil ho a dluh mu odpustil.

Sotva však ten služebník vyšel, potkal jednoho ze svých spoluslužebníků, který mu byl dlužen sto denárů; chytil ho za krk a křičel: „Zaplať mi, co jsi dlužen!“ Jeho spoluslužebník mu padl k nohám a prosil ho: „Měj se mnou strpení, a zaplatím ti to!“ On však nechtěl, ale šel a dal ho do vězení, dokud nezaplatí dluh. Když jeho spoluslužebníci viděli, co se přihodilo, velice se zarmoutili; šli a oznámili svému pánu všechno, co se stalo. Tu ho pán zavolal a řekl mu: „Služebníku zlý, celý tvůj dluh jsem ti odpustil, když jsi mě prosil; neměl ses také ty smilovat nad svým spoluslužebníkem, jako jsem se já smiloval nad tebou?“ A rozhněval se jeho pán a dal ho do vězení, dokud nezaplatí celý dluh. – Tak bude jednat s vámi můj nebeský Otec, jestliže ze srdce neodpustíte každý svému bratru.“ (Mt 18,18-35)

Ježíš nahrazuje spravedlnost zákona (hřích a odplata) spravedlností dokonalejší. Můžeme si ji pracovně nazvat – spravedlnost milosrdenství.

Druhým krokem, který je dobré učinit, je jasně a zřetelně si pojmenovat, co (a pokud možno proč) mi ublížilo. Proč? Copak se potřebujeme v tom, co nás drásá, ještě víc hrabat? Určitě ne. Naopak. Nejprve malý příklad: když budu mít zlomenou ruku, tak mě bude bolet mnohem víc než jen ruka. Jakýkoliv pohyb, kýchnutí, chůze... Ale léčba nemusí být tak drastická, že by lékaři zalili do sádry celého člověka – když zjistí, že je (jen) zlomená ruka, příslušné místo zafixují a ruka může vesele srůstat. A ostatní části těla mohou dělat, co jim přísluší...

Podobné je to i s duší člověka. Pojmenování si předmětu ublížení poslouží k ohraničení rány, která byla způsobena. Tak se v megabolesti najde příčina, která když se dobře léčí, celá megabolest pomine. Proti megabolesti jsme bezmocní, proti té příčině už ne. Někdy vypluje na povrch i nějaká ta naše přecitlivělost, o které je dobré vědět. Ta je naším problémem, a ne problémem těch, kteří se jí (třeba nechtěně) dotkli.

Druhý příklad: Když mi někdo ublížil tím, že se se mnou pokoušel manipulovat, tak vím, že ublížil mému pojetí svobody, ale také vím, že mohu dál jednat svobodně. Vím, že problém není v mé nesvobodě, ale v pokusu jiné osoby mnou manipulovat v konkrétní věci.

Třetí příklad bude možná bližší dívkám. Jestliže se kluk nějak nešikovně rozešel se svou dívkou, tak předmět ublížení je v nešikovném rozchodu a ne v tom, že dívka by byla tak hrozná, že nemůže do žádného dalšího vztahu vstoupit, protože by to určitě zase skončilo nešikovných rozchodem. Bohužel, mnoho lidí právě rozchod přesně takhle prožívá.

A poslední příklad: Skutečnost, že mi jeden člověk projevil svou zlobu a nelásku, rozhodně neznamená, že nejsem hoden lásky od druhých lidí. A už vůbec ne, že nejsem hoden lásky od Boha. Bůh

miluje člověka i přes jeho slabosti a hříchy za všech okolností. A je velká škoda se o vědomí této Boží lásky připravit jen kvůli zlobě jednoho (nebo několika) lidí.

Pojmenování si předmětu ublížení je důležitý krok, díky kterému může člověk udělat krok další – parafrázuji sv. Augustina – oddělit hříšníka a hřích, člověka a jeho skutek. Říct si: „Ano, tenhle člověk mi udělal něco zlého, ale to neznamená, že ten člověk je zlý.“ Zavrženíhodný skutek neznamená zavržení jeho pachatele. To je v odpuštění důležité. Ježíš nám klade s velkou naléhavostí na srdce: „Nesudte a nebudete souzeni; nezavrhuje, a nebudete zavrženi; odpouštějte a bude vám odpuštěno.“ (Lk 6,37) V jedné přednášce na JUMPu řekl na podobné téma P. Vojtěch Kodet: „Jenom se braňte tomu, abyste kohokoliv soudili. A když ta emoce bude silná... až ty emoce vyplavou – alespoň to jedno si v srdci nechte: Nechci tě soudit. A pak dostanete milost, abyste jednou odpustili.“ Tato věta se i mě osobně dotkla. Nechtějme soudit – soud přísluší Bohu, ne nám...

Je praktické o odpuštění přemýšlet v modlitbě. Modlitba je prostor, kdy můžeme zakoušet přijetí Bohem a nejsme v přímém kontaktu s tím, kdo nám ublížil. Když jsme u Boha, v jeho blízkosti, tak se můžeme těšit z toho, že Bůh je mocný a silný a že v něm můžeme najít bezpečí – nemusíme cítit bezprostřední ohrožení zlem, které na náš život doléhá. Jako bychom měli už část naší duše v Božím království, kde už žádné zlo není a kde je svobodu-dávající bezpečí. Ideální prostor pro odpuštění.

A pak také nejsme na odpuštění sami, ale je tu Bůh, který nás svou milostí posiluje vůči zlu, které se svým odpuštěním snažíme zastavit. To totiž není vůbec žádná legrace. Místo, abychom zlo vrátili (ve formě pomsty, jak jsem psal v prvním díle tohoto zamyšlení), tak jej zadržíme a přenecháme Bohu, který nad zlem již



zvítězil a má moc zvítězit i nad zlem v nás. To vyžaduje velikou vnitřní sílu.

A jak může odpouštění vypadat konkrétně? Nebojme se kreativity – může mít mnoho podob. Jednou z mnoha je Bohu říct v modlitbě: „Bože, já chci odpustit tomuhle člověku zlo, které na mě vykonal. Dej mi sílu. Zříkám se jakéhokoliv nároku na pomstu vůči tomuhle člověku, zříkám se jakéhokoliv zla a prosím, abys uzdravil všechny rány, které zlo v mém životě způsobilo.“ Samozřejmě nestačí tuto formulku říci jednou, ale každodenně při modlitbě, protože odpuštění je proces, který může trvat podle hloubky zranění déle. Důležité je na cestě k odpuštění kráčet, a ne se vymlouvat, že to prostě nejde.

Někdy je možné poprosit kněze, aby se s člověkem pomodlil tzv. modlitbu za rozvázání a aby Bohu v modlitbě předložili pouto neodpuštění, které může člověka natolik znesvobodnit, že nebude mít vůbec sílu o odpuštění v konkrétním případě uvažovat. Bůh, který je mocný a který dal moc svým služebníkům svazovat a rozvazovat, na tyto modlitby hodně slyší (to je tedy moje zkušenost).

Někteří lidé se na odpuštění dívají jako na jeden konkrétní úkon rozumu: „Někdo mi ublížil, já mu odpustím a je hotovo, klid. Víím, že mám jako křesťan odpustit, tak odpouštím...“ Jenže i když si to člověk říká tisíckrát, tak cítí, že to v pořádku není a není. Ono je to spíš tak, že člověk udělá nejprve konkrétní úkon vůle (touha zastavit zlo a odpustit), který uchopí rozumem (Ježíšův požadavek odpuštění) a který postupně vede i k uzdravení zraněných citů (které se proti odpuštění nejvíce bouří, protože jsou kontrolkami vnitřní bolesti). Myslím, že odpuštění se dá v jistém smyslu přirovnat k fyzickému uzdravení. Někdy stačí jednotlivý a jednoduchý úkon, jindy je třeba vyvinout větší úsilí, a někdy může u závažných případů trvat léčba i několik let. Důležité je začít... a nepřestat.

Jak člověk pozná, že odpustil? Myslím, že to není tak, že by ztratil veškeré výhrady vůči tomu, kdo mu ublížil. Jako po každé ráně (i zahojené) zůstává jizva, tak i po odpuštění zůstane místo, které bude nějak citlivější a které způsobí, že člověk bude v příslušných oblastech vůči některým lidem opatrnější. I to je potřeba předkládat Bohu v modlitbě k after care, následné péči, ale nemusí to být nutně známka neodpuštění. Odpustit neznamena tvářit se, že se nic nestalo, ani ubližující vyhledávat.

Myslím, že odpuštění je, když je člověk schopen se za toho, kdo mu ublížil, upřímně modlit a vyprošovat mu Boží požehnání a když mu to dokáže, třeba i v přímém kontaktu, nezalívat – nemstít se.

Ještě pár slov o tom, co odpuštění překáží. Nejvíc je to asi sebelítost, která bere sílu na všechno – na modlitbu, na odpuštění, na skutečný a realistický pohled na věc. Sebelítost je pokušení, kterým se člověk uzavírá sám do sebe (před druhými i před Bohem), a může být zničující. Je praktické si ho pojmenovat a utápění se v sebelítosti se jasně a zřetelně zřící. Před Bohem, který uzdravuje a posiluje, se sebelítovat nemusíme – v Bohu totiž můžeme naplno žít za všech okolností bez újmy.

Ještě jedno úskalí v odpuštění může číhat – člověk čeká, až začne ten druhý. Protože: „ON mi ublížil, ON udělal chybu, tak musí nejprve ON přijít, ON se omluvit...“ Ne. To je jen častý projev alibismu, kterým lidé opíjejí své svědomí, které jim říká, že něco není v pořádku.

Neodpouštíme přece kvůli lítosti druhých, ale protože Bůh jako první odpustil nám – viz podobenství o nemilosrdném služebníkovi. Odpouštíme proto, abychom v našem srdci nechovali zlo, odpouštíme proto, abychom zlo v našem světě nahradili dobrem, láskou. Odpuštění (odpuštění) nemusí čekat na nikoho – jen na

nás. Zdá se to být nespravedlivé? Pak je to možná právě krok odpuštění.

Poté, co Ježíš zvítězil svou smrtí na kříži nad zlem, už na celém světě není věc, která by nešla odpustit. Víím, že to bude znít jako fráze: právě pro Boží lásku k člověku je možné odpustit vše. Vzpomínám na P. Jindřicha Suchánka, který po pohřbu vždy na úplný závěr obřadu nikdy neopomněl s velikou pokorou požádat pozůstalé: „A jestli někomu z vás (zesnulý) nějak ublížil – pro lásku Boží, odpust'te mu to.“

Odpuštění považuje za nemožné zpravidla ten, kdo odpustit nechce. Když někdo není v určitou chvíli schopen odpustit, je dobré se zeptat: „Co jsem ochoten do odpuštění vložit?“ Když je zranění čerstvé, je to jiné než s odstupem času. A určitě je lepší před Bohem vyjevit svou bolest a pravdivě vyznat: „Bože mě to tak bolí, že to nedokážu odpustit, pomoz mi s tím,“ než to úplně zabalit a kňourat: „Já to nedokážu.“ Jak říká Písmo: „U Boha není nic nemožného.“ (Lk 1,37)

Co říct na závěr? Možná jen krátké motivační shrnutí: Bez odpuštění to v lidských vztazích prostě nejde. Naštěstí to jde s ním.

Doporučuji knihu od Katky Lachmanové: Vězení s klíčem uvnitř. Nic lepšího jsem na toto téma nečetl a určitě mě inspirovala i v tomto zamyšlení.

## Odpuštění sobě

Na první pohled by se mohlo zdát, že odpuštění sobě není žádný problém. Tato domněnka může vycházet z pojetí hříchu jako porušení zákona (porušení zákona neboli) nebo skutku, který ublížil někomu druhému (a z cizího krev taky neteče...). Ale někdy odpuštění sobě problémem být může...

Někdy se stane, že člověk vinu ve svátosti smíření vyzná, nebo dokonce je mu výslovně odpuštěno (lidmi, kterých se to třeba týká), ale jako by tam část té viny (dosud neodpuštěné) zůstala.

Odkud se bere tento pocit viny? Na tuto prostou otázku bohužel neexistuje žádná jednoduchá odpověď. Pocity viny mohou mít různé příčiny, které mají společné snad jen to, že se jedná o něco, co se člověka dotkne v jeho hloubce. A nějakou konkrétní vinou je narušeno sebepojetí – vnímání sebe sama, své hodnoty a naděje svého života (případně spásy).

Každá vina v člověku zanechá větší nebo menší vnitřní škrábanec, na který naše vnitřní já reaguje hnutím, které nazýváme pocit viny. U drtivé většiny lidí funguje mezi závažností viny a velikostí škrábance, a tedy i pocity viny, rovnováha (úměra):

Malá vina = malý škrábanec = malé pocity viny.

Velká vina = velký škrábanec = velké pocity viny.

Dřív, než se budeme zabývat odpuštěním sobě, je dobré zjistit, jestli pocity viny odpovídají míře zavinění. Jestli mé subjektivní pocity viny odpovídají objektivní závažnosti. Pokud ne, je potřeba v první řadě zjistit, co tuto nerovnováhu způsobilo, a řešit jádro problému, nikoliv důsledky. S tím velmi často může pomoci zkušený a moudrý zpovědník, který dokáže vnímat realitu a zároveň subjektivní pocit kajícíka.

Neodpuštění sobě se často skrývá za dvě masky. První maskou je zastírán fakt, že Bůh vede člověka k obrácení, a ne k smrti sebetřýzněním. Tuto masku bychom mohli nazvat pokušení sebetrestání. Jako by člověk tím, že sám sebe bude trestat, mohl dosáhnout odpuštění. Boží odpuštění někdy není vnímatelné pocity. A lidé (zvláště ti, kteří na své pocity dbají víc, než je zdrávo) potřebují něco cítit. A toto něco si vědomě nebo nevědomě suplují neodpuštěním, výčitkami a pocity viny. Někdy to může dokonce dojít tak daleko, že pocit viny úplně vytlačí ze zorného úhlu člověka víru v Boží odpuštění a dobrotu. O řešení krásně mluví prorok Ezechiel: „Což si libuji v smrti svévolníka? je výrok Panovníka Hospodina. Zdalipak nechci, aby se odvrátil od svých cest a byl živ?“ (Ez 18,23)

Někdy jsou subjektivní pocity viny po vyznání a objektivním odpuštění dílem Nepřítele, který subjektivními pocity viny zanese do duše člověka pochybnost o Božím odpuštění. „Bůh mě nepotrestal, tak se potrestám sám/sama.“ Téměř automaticky podobné uvažování vede ke zpochybnění Boží dobroty a lásky, což je kvalifikovaný nástroj, jak člověka od Boha oddělit.

Druhou maskou je pak něco, čemu se říká pokušení sebelítosti. V tomto případě není vinou vina samotná, ale skutečnost, že se člověk oddává neplodným myšlenkám a pochybnostem, které, místo aby vedly k dobru odpuštění a uzdravení, tak se jakoby vrací do stavu nedůvěry a neodpuštění. Člověk si vyčítá – a jak trpí, tak se lituje – a když se lituje, uvědomí si svoji vinu – a pak si zase vyčítá – a jak se znovu staví před svou vinu, tak se zase lituje... Není snadné najít z tohoto kolotoče východ.

A obrana proti tomu? Možná. V dějinách spirituality (duchovního života) to není nic nového. Stačí se podívat do Písma, do Božího slova – třeba žalm 38 je krásným vyjádřením, co člověk může v neodpuštění sobě vnímat.

*Nekárej mě, Hospodine, ve svém rozlícení,  
netrestej mě ve svém rozhořčení,  
neboť na mě dopadly tvé šípy, těžce na mě dopadla tvá ruka.  
Pro tvůj hrozný hněv už není na mém těle zdravé místo,  
pro můj hřích pokoje nemá jediná kost ve mně.  
Nad hlavu mi přerostly mé nepravosti, jako těžké břemeno mě tíží.  
Páchnou, hnisají mé rány pro mou pošetilost.  
Zhrouceně, až k zemi sehnut celé dny se sklíčen smutkem vláčím.  
Mé ledví je v jednom ohni, nezbylo nic zdravého v mém těle.  
Jsem ochromen, zcela zdeptán, křičím a mé srdce sténá.  
Před sebou máš, Panovníku, všechny moje tužby  
a můj nářek utajen ti není.  
Selhává mi srdce, opouští mě síla  
a mým očím hasne světlo.  
Kdo mě milovali, moji druzi, odtáhli se pro mou ránu,  
moji nejbližší opodál stojí.  
Ti, kdo mi o život ukládají, nastražili léčku,  
kdo mi chtějí škodit, vedou zhoubné řeči,  
po celé dny vymýšlejí záludnosti.  
Já však neslyším, jsem jako hluchý, jako němý, ani ústa neotevřu.  
Stal se ze mne člověk, který neslyší a neodmlouvá,  
neboť na tebe jen, Hospodine, čekám,  
Panovníku, Bože můj, kéž bys odpověděl!  
Pravím: Ať nemají ze mne radost,  
budou se nade mne vypínat, uklouzne-li mi noha.  
Můj pád je už blízko, stále mám před sebou svoji bolest.  
Příznávám se ke své nepravosti a svého hřichu se lekám.  
Moji nepřátelé životem jen kypí, mnoho je těch, kdo mě zrádně  
nenávidí.  
Ti, kdo odplácejí za dobrotu zlobou,  
za to, že se snažím o dobro, mě osočují.  
Hospodine, ty mě neopouštěj,*

*nevzdaluj se ode mne, můj Bože,  
na pomoc mi pospěš, Panovníku, moje spáso!*

Tento krásný žalm má tři části, které mohou mnohé napovědět i nám. Ta první: člověk si přiznává a pojmenovává obojí – i vinu, i pocit viny. Pojmenovat si, co člověku nejde odpustit, co je pro něj problém, je velmi důležité. Užírat se a navenek (před Bohem, před druhými) se tvářit, že je vše v pohodě, rozhodně nepomáhá. Žalmista se pravdivě přiznává ke svému hříchu. Neobhazuje se, ale vyznává: „Pro můj hřích pokoje nemá jediná kost ve mně.“ Své pocity viny líčí velmi intenzivně – a pravdivě... Zhruba uprostřed této části – a to je důležité – nezůstává s nimi o samotě, ale otvírá své srdce před Hospodinem: „Před sebou máš, Panovníku, všechny moje tužby a můj nářek utajen ti není.“

Druhá část žalmu vyjadřuje touhu a odhodlanost ke změně. Není to smíření se s pocity viny, ani neplodná sebelítost, „neboť na tebe jen, Hospodine, čekám, Panovníku, Bože můj...“ Háček neodpuštění sobě spočívá v odmítnutí i jen hypotetické možnosti, že člověku bude odpuštěno (Bohem, druhými i sebou). Tak se člověk trápí, jak píše Katka Lachmanová ve své stejnojmenné knížce, ve „vězení s klíčem uvnitř“. Ale když člověk sebere odvahu – a (přestože třeba v tu konkrétní chvíli nemá sílu si sám otevřít) vloží tento klíč do rukou Hospodina, je napůl vyhráno. Člověk se pak nespolehá ani na své schopnosti, ani na následky své viny, ale na Boha a jeho milosrdenství. A toto spoléhání není opovážlivé (vždyť vychází z Písma a z Boží touhy, aby se člověk s Bohem smířil, odvrátil se od své nepravosti a žil).

Třetí část je výslovné pozvání Boha do konkrétní situace: „Můj Bože, na pomoc mi pospěš, Panovníku, moje spáso!“ Za povšimnutí stojí pojmenování Boha – Můj Bůh, Panovník (ten, kterému přísluší

vláda – i nad mým neodpuštěním), moje spása. Má spása (uzdravení, odpuštění) tedy není v mé spravedlnosti, ale v mém Bohu. Odpustil-li Bůh, nemá člověk právo si neodpustit. Jednak se nebude chtít protivit vůli svého Boha, a pak také už nebude co: „Pojďte, projednejme to spolu, praví Hospodin. I kdyby vaše hříchy byly jako šarlat, zbělejí jako sníh, i kdyby byly rudé jako purpur, budou bílé jako vlna...“ (Iz 1,18)

Zjednodušeně řečeno: pomůže obrátit pozornost od sebe a od svých pocitů viny k odpouštějícímu a milujícímu Bohu.

V neposlední řadě také pomůže modlitba za uzdravení vnitřního neodpuštění. Jako by to byla podpůrná léčba, která by tišila bolest i následky vnitřního škrábance, a tak člověka víc uschopňovala k odpuštění sobě – daleko lépe se odpouští to, co bolí málo, než to, co bolí hodně.

Ještě jedna možná příčina problému odpuštění sobě mě napadá – souvisí s pocitem nemilovanosti. Člověk, který nemá pevnou oporu ve vědomí Boží lásky k němu samému, přesněji řečeno vědomí bezpodmínečné lásky, se bude těžko smířovat se skutečností vlastní slabosti a nedokonalosti, a ještě hůře se bude vyrovnávat se svými chybami a pocity viny. Problém pak nebývá ve vině samotné, ale v představě Boha (nemilosrdný soudce, přísný policajt, nekompromisní účetní apod.). Rozhodně platí, že na pocity viny je nejúčinnější zážitek Boží lásky, která je větší než všechna naše možná selhání. Marnotratný syn by mohl o lásce milosrdného Otce vyprávět (viz Lk 15,11-24).

Odpustit sobě neznamená nedistancovat se od toho, co třeba bylo v životě špatně. Jestli něco špatně bylo, je nutné si to jako špatné pojmenovat, a mít v sobě touhu a odhodlání se s tím rozloučit. Odpuštění sobě pak může (a má) v tomto boji pomoci uvědomit si, na jaké straně člověk stojí a na jaké straně chce i



v budoucnu stát. I v tomto případě to může být běh na delší trať, ale běh, který má cíl – a tím je právě ta cesta.

Kéž můžeme všichni zvolat s žalmistou: „Ty však, Panovníku, jsi Bůh slitovný a milostivý, shovívavý, nejvyšš milosrdný, věrný. Shlédni na mne, smiluj se nade mnou, dej svou sílu svému služebníku, vítězství synu své služebnice!“ (Ž 86,15-16)

## **Sexualita samoty 1: Boj o čistotu**

Další aktuální téma pro mladé křesťany, další oblast opředená různými fámami, další oblast, o níž není snadné otevřeně mluvit. Pojdme se spolu zamyslet nad tématem, které je pro mnoho lidí palčivou otázkou, ovlivňující jejich duchovní život.

Cílem tohoto článku není ani démonizovat, ani relativizovat, ani vysvětlovat – ale rozprostit tento problém z různých úhlů pohledu a případně nastínit, co se s ním dá dělat.

V pohledu na sexualitu samoty můžeme vidět dva extrémy. Jeden, který nám nabízí svět, je příliš uvolněný. Říká, že masturbace je v podstatě dobrá a neškodná, dokonce že přispívá k rozvoji osobnosti, že se jedná o něco naprosto žádoucího. Přirovnává sexuální touhu k ostatním základním lidským potřebám jako je například potřeba jíst, a její soukromé vyžití považuje za naprosto přirozené. Následkem toho i někteří křesťané masturbaci za hřích nepovažují, nevyznávají ji ve svátosti smíření a před Bohem i před svým svědomím se schovávají za současné trendy. Jako typický (úsměvný) příklad bych uvedl známou scénu z českého filmu „Účastníci zájezdu“. Film celkem pěkný a scéna výstižná – myslím, že netřeba uvádět která...

Druhý extrém uvidíme v historii, kdy byla masturbace démonizovaná – každý pád v oblasti sexuality byl vnímán jako expres jízdenka první třídy rovnou do pekla. Pokud někdo v této oblasti chybil, byl považován za nečistého vyvrhela (je zajímavé, jak snadno je tento pohled přijatelný pro samotné hříšníky). Hlásaly se všemožné negativní zdravotní a duchovní účinky a spíše, než by byla nabídnuta pomocná ruka, dostalo se dotyčnému/dotyčné odsouzení.

Kde je pravda? Jak bychom se na problematiku sexuality samoty měli dívat my, křesťané, učedníci Ježíše Krista, v 21. století? To je otázka, na kterou se pokusíme hledat odpověď.

Katechismus katolické církve se o ní zmiňuje v jednom článku, ale myslím, že je potřeba k němu ještě dva další – velmi příbuzné – přidat, protože spolu souvisí.

2351 Chlípnost je nezřízená touha nebo bezuzdné vyžívání se ve smyslné rozkoši. Pohlavní rozkoš je mravně nezřízená, když se vyhledává pro ni samu, mimo jejího zaměření na plození a na životní spojení.

2352 Výrazem sebeukájení (masturbace) se míní vědomé vydráždění pohlavních orgánů s cílem zakoušet pohlavní rozkoš. „Jak učitelský úřad Církve, v linii stálé Tradice, tak i mravní smysl věřících bez váhání tvrdily, že sebeukájení je skutek vnitřně a těžce nezřízený.“ „Vědomé užívání pohlavních schopností z jakýchkoli důvodů mimo normálních manželských vztahů podstatně odporuje jejich účelu (zaměření).“ Vyhledává se v něm pohlavní rozkoš mimo „pohlavní vztah požadovaný mravním řádem, totiž takový, který v souvislosti pravé lásky uskutečňuje plný smysl vzájemného sebedarování a lidského plození.“ K vytvoření správného úsudku o mravní odpovědnosti jednotlivců a ke správné orientaci pastorální činnosti je třeba brát v úvahu citovou nezralost, sílu získaných návyků, stavů úzkosti nebo jiných psychických nebo sociálních činitelů, které oslabují, ne-li přímo zmenšují mravní provinění.

2354 Pornografie spočívá v tom, že se skutečné nebo předstírané pohlavní úkony odcizí intimitě partnerů, aby se záměrně ukazovaly třetím osobám. Pornografie uráží čistotu, protože znetvořuje manželský úkon, důvěrné darování jednoho manžela druhému. Těžce zraňuje důstojnost těch, kteří se k tomu propůjčí (herci, obchodníci, diváci), protože jeden se stává pro druhého

předmětem nízké rozkoše a nedovoleného zisku. Jedny i druhé ponořuje do preludu neskutečného světa. Je to těžký hřích. Občanské zákony mají výrobě a rozšiřování pornografického materiálu zabránit.

Tolik říká o problému katechismus...

Jaký může mít masturbace účel? Vypadá to jako nešikovně položená otázka s evidentní odpovědí. Přesto je odpověď důležitá. Mohli bychom rozlišit čtyři odlišné úhly pohledu (zatím, prosím, ponechme stranou jejich etický charakter). Čtyři různé pohledy, čtyři různé příčiny, které mohou být propojeny a které také ukazují, že řešení není tak jednoduché.

### *1. Způsob realizace pohlavního života*

Už druhá kapitola první knihy Bible klade Bohu do úst konstatování: „Není dobré, aby člověk byl sám.“ (Gn 2,18) Bůh stvořil člověka ke vztahu a ten svojí přirozeností směřuje do manželství – tedy i k manželskému prožívání všech darů, které od svého Boha přijal – a mezi ně patří i dar sexuality. Jenže, co když člověk v manželství nežije? Co si má počít s tím darem, který je krásný a silný zároveň, s darem, jehož existenci nemůže ani sám před sebou, ani před Bohem popřít? V tomto smyslu lze rozlišit, že masturbace je jinak závažná v manželství a jinak mimo manželství (u člověka stavu svobodného). V manželství je dar sexuality určen k nejvyššímu vyjádření lásky a plodnosti, ale mimo manželství tento rozměr není – není komu maximální lásku vyjádřit, ani není prostředím pro zodpovědnou plodnost. Ale dar sexuality zůstává...

### *2. Objevování vlastní sexuality*

V průběhu zrání člověk objevuje své schopnosti a vlastnosti – nejprve schopnost ovládat vlastní tělo. Jak člověk zraje, objeví schopnosti rozumu přemýšlet a učit se. Postupně objeví, že není na světě sám středem vesmíru a že může také on sám podřizovat své

potřeby druhým lidem. Učí se nežít pro sebe a učí se obdarovávat – stávat se darem pro druhé. V období dospívání objevuje dar vlastní sexuality – tuto velikou a trochu tajemnou oblast, která je nositelkou velké a někdy až nezvladatelné síly, která se dá využít nejen pro druhé, ale také pro sebe. A hormonální bouře dospívání vede člověka, který je svou povahou zvědavý, k objevování tohoto zvláštního daru. Bohužel se o sexualitě informuje ze zdrojů, které mohou jeho zdravý rozvoj těžce deformovat.

### *3. Způsob k uvolnění psychického napětí*

Psychologie tvrdí, že aktivní sexuální život uvolňuje vnitřní napětí – že je to takový ventil. Ano, je to jeden z vedlejších produktů, který do tohoto daru vložil Bůh. A člověk, který je někdy velkým vnitřním napětím sužován, se může uchýlit k tomuto ventilu. Tím neospravedlňuji jeho mravní charakter, ale přibližuji motivaci, která k němu vede. Člověk s velkým vnitřním napětím nejedná svobodně, jak by chtěl, a kdyby měl možnost volit jiný způsob, jak jej ventilovat, určitě by jej zvolil. Nevýhodou je, že masturbace má svůj parazitní efekt – způsobuje pocity viny, které vnitřní napětí a úzkost ještě zvyšují. Tak se může člověk ocitnout v eskalujícím kolotoči, z něhož není snadné východisko.

### *4. Pokušení*

V neposlední řadě může být motivací k masturbaci (jakožto k nezřízenému prožívání vlastní sexuality) pokušení. Hřích způsobuje oddělení člověka od jeho Boha – pokládá překážku mezi člověka a Boha (ze strany člověka). A zde je dvojsečnost, která často uniká pozornosti – jedním rozměrem oddělení je vlastní hřích, druhým rozměrem jsou pocity viny ze spáchaného hříchu. Tyto pocity způsobují vnitřní zahanbení, které s sebou nese tendenci skrýt se před svým Bohem. A to je to, oč Pokušiteli vlastně jde: místo aby se slabý člověk (který nemůže nehřešit) utekl ke zdroji milosrdenství, tak aby se před ním ještě schoval. Nepříteli je jedno,

zda člověka oddělí od Boha těžkým hříchem, množstvím hříchů lehkých, nějakou katastrofou, do které ho uvrhne (viz například kniha Job), nebo zvolí okliku – s pocity viny za hřích vnese do srdce člověka strach před Bohem. Pak hřích, který třeba nemusí být ani tak závažný, způsobí, že se člověk sám před svým Bohem skryje. A jako Adam po prvním hříchu v ráji si sám uzavře onen pramen Boží milosrdné lásky, která touží jeho hřích odpustit mocí absolutního Vítěze nad Zlem. Záludná a účinná zbraň Zla – a je praktické ji demaskovat a naučit se jí bránit. Součástí pokušení je spoutanost tímto hříchem, který může vyrůst až v závislost. A závislost ubírá člověku svobodu. To už je problém.

V čem tedy spočívá škodlivost masturbace? V tomto odstavci nechci strašit. Výrazy typu: „jestli budeš masturbovat, půjdeš do pekla,“ považuju za ubohé a s Bohem a spásou člověka nesouvisející. Přesto je dobré nezavírat oči před důsledky s masturbací spojenými. Především je to jednání, které je v rozporu s Božím stvořitelským záměrem lidské sexuality – místo odevzdávání se v lásce je využita pro sebe. Vede člověka k sebestřednosti – zesilují momenty, kdy se rozhoduje podle kritérií příjemné/nepříjemné a ne dobré/zlé. Jedním z dalších vedlejších jevů masturbace bývá přílišná orientace člověka na sebe sama. Uzavírá se do světa svých potřeb a své fantazie – do svého vysněného světa vlastního využívání své sexuality. Dalším škodlivým důsledkem (který bývá obvyklejší spíš u mužů) je otevření se pohledům na nezřízenou sexualitu v podobě pornografie – a tím i otevření se zotročujícímu Zlu, jehož je pornografický průmysl kvůli zvrácenému pohledu na člověka věrným služebníkem. A to nemluvím o tom, že nepravdivý a neskutečný obraz, který pornografie lidem předkládá, může způsobit, že si muž vysní partnerku a své vyžití takových kvalit, jež jsou pro naprostou většinu žen v reálném světě naprosto nedosažitelné. Degraduje ženu na

objekt, u něhož rozhoduje sexuální kvalita. Tedy – sám sebe připraví o spokojenost s tím, co je.

Vedlejší škodlivý důsledek, kterému bývají vystaveny spíše ženy, spočívá v tom, že dlouhodobým zvykem masturbace mohou ztratit schopnost uspokojení běžným způsobem – totiž plným přirozeným milostným spojením s mužem. Tak se masturbace může stát v manželství nepříjemnou komplikací, ovlivňující vzájemné obdarovávání se v lásce.

Když se křesťan snaží o čisté prožívání své sexuality, neměl by zapomenout na škodlivé vlivy, které mu v jeho snaze mohou bránit. Je praktické si je pojmenovat, přiznat (případně vyznat) a snažit se o jejich eliminaci.

První škodlivý vliv je útek do světa fantazie. Myslím, že tento vliv se týká víc žen (ne, že by ho muži neznali). To, že žena sní o svém princí je naprosto normální a přirozené – ale pokud tyto sny přesáhnou rámec čistoty, mohou znamenat rušivý element ve snaze o vnitřní čistotu. Ony myšlenky totiž něco způsobují. Nezůstávají pouze na úrovni fantazií a rozumu, ale ovlivňují i chování těla, působí fyzické vzrušení a to je pak už obtížné, ne-li nemožné, se ctí zvládnout.

Varianta tohoto prvního škodlivého vlivu (tentokrát spíše u mužů) jsou pohledy. Muž je založen jako vizuální typ – a totéž, co žena prožívá na úrovni fantazie, začne prožívat, pokud si nedá pozor na své pohledy. Ty v něm odstartují erotické fantazie.

Slyšel jsem jednu velmi krásnou myšlenku. Ptali se jednoho řeholníka, jestli se jako kněz (vázaný slibem čistoty) může podívat na ženu. On se usmál a řekl: „Podívat se může, ale nesmí čumět.“ Rozdíl je jasný – podívat se a poděkovat Bohu za to, že tvoří tak krásnou bytost jako je žena, je něco jiného, než svýma očima onu

krásnou bytost svlékat, představovat si její nahotu a rentgenovat ji víc než bezpečnostní přístroje na letištích. Lidský mozek je citlivý na tento druh podnětů a velmi dobře si je pamatuje – bohužel i tehdy, kdy by člověk na mnohé věci raději kvůli svému klidu zapomněl. Jak se má tedy muž dívat na ženu? Pravděpodobně nepomůže na ženu navléct tmavé sárí nebo chodit se zavřenýma očima. Velmi zajímavou radu psal pro kněze papež Jan Pavel II. – volně parafrázováno: „Kněží mohou (a mají) vidět v mladších ženách sestry a ve starších ženách matky – nikoliv potencionální partnerky.“ Možná právě toto platí nejen pro kněze, ale pro každého muže, který usiluje o vnitřní čistotu srdce. Dokonce i pro manžela, který chce zůstat i ve svém srdci věrný své ženě.

Další vlivem, který dokáže prožívání sexuality zkomplikovat, je přílišné zaobírání se sebou. Pokud člověk žije ve vztahové izolaci a neprožívá více přirozených a čistých vztahů, bude daleko náchylnější k tomuto typu jednání. Přílišná zahleděnost do svého nitra vede k přecitlivělosti vůči svým potřebám a je docela dobře možné, že si člověk absenci přirozených vztahů bude nahrazovat (aniž by chtěl, nebo si to dokonce uvědomoval) útekem do erotických fantazií. „Žádný člověk není ostrov,“ říká se. A jak krásně to odpovídá biblickému: „Není dobře, aby byl člověk sám.“ (Gn 2,18) Lidé potřebují vztahy – potřebují zakoušet přijetí, potřebují se vzájemně konfrontovat. Často bývají problémy v rovině sexuality pouze důsledkem problémů ve vztazích.

Důležitým aspektem v prožívání sexuality je také určitá vnitřní harmonie a přijetí vlastní sexuality. Zvláště masturbace může rozjet začarovaný kruh, kdy vnitřní napětí a nepřijetí je zároveň příčinou i důsledkem pádů a opakovaného narušení sebepojetí. Zvláště u ženy, jejíž sebepřijetí je s jejím vlastním tělem provázáno více než u muže.



Jedním z mechanismů, které v masturbaci působí, je ztotožnění sexuality s pojmem hřích. Jakoby sexualita nebyla Božím darem pro každého člověka – i pro toho, kdo s ní nějak bojuje. Projevuje se ve vnímání těla jako nástroje hřichu. Je to podobně scestné, jako vidět v osobním autu zbraň. I když je možné auto jako zbraň použít, je to v první řadě dopravní prostředek. Stejně tak, i když je možné skrze své tělo zhřešit, v první řadě je tělo člověka Božím stvořením a jak říká Písmo: chrámem Božím. (1Kor 6,19)

Co s tím? Toť otázka... A ne jednoduchá. Jednak je každý člověk jiný (s jinými motivacemi), a pak také – je to spíše téma na duchovní rozhovor, případně na svátost smíření, kde se o věcech dá svobodně mluvit. Ale přesto zkusím aspoň něco nastínit. Nejprve je nutné rozlišit, jaký je přístup člověka k sexualitě samoty. Opět tu máme dva extrémy (o kterých jsem psal už na začátku). Pokud je benevolentní, omlouvá si jej a myslí si, že se nic neděje a že tento způsob jednání je v souladu s Božím řádem, potřebuje zjistit, že není... A že pokud jej vědomě nevyznává ve svátosti smíření, že nejedná vůči Bohu ani vůči sobě fér. I přesto, že má toto jablíčko potenciálně kyselou přichuť, je potřeba do něj kousnout a svůj hřích ve svátosti smíření vyznat, bojovat s ním a snažit se s ním rozloučit. Zkušený zpovědník s tím jistě pomůže.

Druhý extrém je daleko častější, a proto se jím budu zabývat víc. Hříšník se cítí zklamaný sám sebou, nečistý, slabý a bezmocný. Považuje svůj hřích za velmi ponižující a ve svátosti smíření by raději vyznával úkladnou vraždu než právě masturbaci. Své pády, často opakované, nechce vyznávat, protože mu připadá, že si o něm kněz musí myslet hrozné věci a naplno prožívá, jak je v oblasti sexuality sám slabý a zranitelný. Má pocit, jako by šesté přikázání bylo ještě hodně, hodně před tím prvním... Prožívá veliké výčitky a pocity viny, které mu buď brání přijímat častěji svátost smíření (nebo vůbec), nebo jej ochromují v jeho životě víry – má pocit, že selhal a

že, i kdyby žil jinak naprosto ctnostný a příkladný život, stejně to nebude dost dobré, protože spáchal právě tento potupný hřích. Ze svého subjektivního pohledu má pocit, jako by Boha a svou víru zklamal. Anebo dokonce výčitky vůči Bohu, který tento hřích dopustil.

Návrhy na řešení tohoto problému bych rozvrhl do takových čtyř fází: prevence, první pomoc, léčba a chronické onemocnění.

### 1. Prevence

Usilování o vnitřní čistotu srdce. Církevní otcové tuto snahu obecně nazývali asketika. Hlídat své myšlenky, touhy, pohledy a tendence. Obecně platí, že čím dříve se povede nežádoucí myšlenku odehnat, tím je to celé snazší. Když se jí člověk začne zaobírat, dá jí zelenou, je to těžší. A časem dospěje do bodu, odkud už není návratu se ctí. Člověk je tvor slabý. Je potřeba obezřetnosti a také síly vůle, protože bez ní to nejde. Je to boj se sebou samým, se svou porušenou přirozeností, s pokušením, s duchem světa, který vede ke konzumismu (i sexuality)... Je nutné systematicky rozlišit, kdy je největší dispozice k hříchu – pokud je velkým lákadlem večerní brouzdání po internetu, pak je nanejvýš praktické v podvečer vypnout počítač a jít se věnovat něčemu jinému. Pokud je lákadlem mejdan s příliš širokými mantinely v pojetí sexuality, pak je praktické se mu vyhnout. Pokud je lákadlem překročení hranice zdravé intimity se svou potencionální partnerkou/partnerem, které člověka vzruší víc, než je zdrávo, je potřeba tyto hranice dodržovat. Jestli je prostorem pokušení nesprávné využití volného času, je potřeba se něčím rozumným zaměstnat. Samozřejmostí pak je dobře vedený duchovní život, upřímná a živá modlitba jako rozhovor s Bohem, přijímání svátostí, četba Božího slova (je tam spousta úryvků, které v boji s pokušením velmi mocně pomáhají). Praktické je také duchovní doprovázení – v ideálním případě zralý kněz, před

kterým člověk nebojí otevřít své srdce a o svých problémech s ním mluvit.

V případě bezprostředního ohrožení (pokušení) je praktické od tohoto pokušení a příležitosti prostě utéct. „Sexualita je jediná oblast,“ jak říkali duchovní otcové, „se kterou se nebojuje, ale před kterou se utíká.“ Moc nepomůže modlitba. Lidské srdce potřebuje přesunout svou pozornost na něco jiného: práce, sport, rozhovor s druhým člověkem (samozřejmě na jiné téma), je potřeba najít něco, v čem dokážeme nemyslet na pokušení. Možná je to těžké, ale jde to. Kreativně se meze nekladou. Jen je dobré dát pozor, aby se člověk od hříchu sexuality neutíkal ke hříchu jinému... Takže kreativně se vlastně trochu meze kladou. Ještě zmíním jednu specifickou věc – pro některé ženy mohou být kritickými zdroji pokušení některé fáze jejich cyklu – i to je dobré vědět a počítat s tím – ovlivnit to nejde, ale připravit se na to ano.

## 2. První pomoc

Pokud se někomu stane, že nevydrží bojovat a zhřeší – nenastává žádný konec světa, žádná apokalyptická katastrofa. Tím nejhorším, co může udělat, je, že se před Bohem (ze studu, ze strachu, z vědomí vlastní slabosti) schová. Opravdu, to je ta naprosto nejhorší věc, která se v danou chvíli dá udělat. Ježíš řekl naprosto jasně: „Lékaře nepotřebují zdraví, ale nemocní.“ (Mk 2,17) V nemoci potřebujeme lékaře – čím dřív, tím líp. V hříchu potřebujeme Boha, protože on jediný si dokáže s naším hříchem poradit. A proto je důležité, co nejdříve přijít před Boha (alespoň v srdci v modlitbě) a říct aspoň to nejjednodušší: „Promiň mi to.“ Bůh dobře zná slabost člověka, dobře zná slabost hříšníka – vždyť to byl On, kdo vnesl do Písma větu: „Duch je odhodlán, ale tělo je slabé.“ (Mk 14,38) Je nanejvýš praktické, když člověk nezopakuje Adamovu chybu a neschová se před Bohem, který stejně ví, co člověk provedl.

Nesvádí to na druhé (jako Adam na Evu, Eva na hada, had to na nikoho svést nemohl, jinak by to taky udělal), ale jasně a s pokorou před Bohem vlastní slabost přizná: „Bože, zhřešil jsem – prosím, odpusť mi.“ Tak už ani v hříchu člověk není sám, ale se svým Bohem, který touží odpustit a člověka z jeho hříchu vysvobodit a uzdravit. V rámci první pomoci by měla také zaznít jedna věc. Pokušitel se snaží hříšníkovi namluvit jednu záludnou myšlenku: „Tos tomu dal/dala. Všechno je v háji. Takovej hřích. Teď už je jedno, jestli zhřešíš dvakrát, desetkrát... Nemá to cenu, nesnaž se.“ Taková (a jiné podobné myšlenky) mají jediný účel – rozdrtit člověka v pocitech viny, sebelítosti a sebetrestání, znechutit mu další boj o vzácnou čistotu – a hlavně: oddělit jej od odpouštějícího a milosrdného Boha. A ono se to daří. Jednak mnoho lidí uzdravení (svátost smíření) odkládá (protože kdo by se na něco takového těšil), a jednak mu do jeho mysli vkládá myšlenku, která je mylná – a totiž že je jedno, bude-li člověk dál o svou čistotu bojovat, dál žít životem z víry, nebo nechá svým slabostem volný průchod. Jako by jedním hříchem končil jeho vztah s Bohem. Ale to přece není pravda. Bůh nikdy nezavrhne toho, kdo k němu s lítostí přijde – byť by spáchal sebevětší hřích. On touží odpustit jako milující a milosrdný Otec. To jsou rafinovaná pokušení – a troufnu si tvrdit, že tohle je hlavní kalibr hříchu člověka. Masturbace (nebo jiné pokušení a hříchy) jsou jen pozlátkem – lacinou záminkou toho, aby člověk opustil svého Boha. A ono se to Bohu-žel docela daří. Vědět o pasti je dobrou cestou jak do ní nevlézt.

Možná k tématu první pomoci zkusím ještě jednu radu – obnovit svůj křestní závazek, ve kterém člověk řekne Bohu ANO a hříchu NE. To je silný a významný úkon víry. Dá se soukromě vyznávat i opakovaně a stejně tak, jako Bůh slyší naše ANO, tak zlo musí respektovat naše NE. Že je třeba nejen vyznávat, ale bojovat o to, snad nemusím zdůrazňovat... Jednou, v náručí našeho Boha, bude Bohu naše ANO (a zlu naše NE) definitivní...

### 3. Léčba

Lékem na hřích je odpuštění, a odpuštění nabízí Ježíš skrze svátost smíření. A jestli někdo čeká na to, že zde napíšu nějakou jinou cestu, při které by nebylo nutné tento svůj hřích vyznat, nedočká se. Tato cesta je od samotného Lékaře – a nad Něj není. Jen možná jedno speciální pokušení bych se tu zvlášť pokusil demaskovat. Je to myšlenka: „Nejdřív se polepším a pak to srovnám s Bohem.“ Hloupost. Jen pýcha nám může radit, že se můžeme polepšit (uzdravit) bez Boha. Jednak tím popíráme to, co říká Ježíš (jako by se nemocný nejprve chtěl uzdravit, aby mohl pozvat na návštěvu lékaře), a pak se tím uzavíráme do samospravedlnosti, která může vést k sebetrestání, sebevyloučení se z Boží blízkosti a ke všemu možnému – jen ne ke skutečnému uzdravení. Praktická rada: „Když zjistíš, že jsi nemocný, začni se léčit jak můžeš (první pomoc) a co nejdříve jdi k lékaři.“ Přeloženo do náboženštiny: „Jestliže zhřešíš, tak si vem diář a už si na nejbližší dobu naplánuj návštěvu zpovědnice.“ Je to dobrý předpoklad, jak vést duchovní život navzdory lidské slabosti a hříšnosti. Zvlášť zde bych se věnoval pečlivému výběru zpovědníka.

I když už ke svátosti smíření člověk přistoupí – není úplně vyhráno. Oblast sexuality je přece jen dost citlivá a intimní, a tak se může rozum chtít schovat za různé fráze, které zakamuflují vyznání, aby to nějak zaznělo, ale rozhodně to tak nevypadalo. Často jsem se setkával s: „Jednal/a jsem nepočestně.“ Když jsem to ve svátosti smíření slyšel ve vyznání poprvé, spáchal jsem drobné faux-pais. Zeptal jsem se udiveně: „Cože?“ To samozřejmě běžně nedělám – maximálně se zeptám, chce-li o tom kterém problému kající mluvit a respektuji jeho odpověď. Asi to kajícíkovi na klidu moc nepřidalo – ale mým úmyslem rozhodně nebylo rozpitvávat, co kajícík nechce – prostě jsem si pod tímto slovem nedokázal představit žádný konkrétní hřích, protože slovo počestnost se již dneska

v běžné mluvě nepoužívá. Když jsem pak upozoroval rozpaky a z několika dalších náznaků jsem pochopil o co jde, svátost smíření pokračovala normálně. Pro tento hřích existuje mnoho označení, a žádné z nich není příjemné, protože všechny vyjadřují to nepříjemné – ale přece jen bych moc vybízel k nazývání hříchů pravými jmény. Je to vyznání před Bohem, který o hříchu ví, před knězem, který tam není pro to, aby kajícího soudil nebo moralizoval, a je to důležité i pro kajícího, aby otevřel před Bohem své srdce. O kněze není třeba se bát, pravděpodobně s ním jen tak nějaké vyznání nesečne – leccos vydržíme.

Někdy je kromě rozhřešení také možná modlitba za uzdravení a modlitba za rozvázání z pout, která člověka v této oblasti znesvobodňují – konkrétně třeba za rozvázání z pout pornografie, nezřízené sexuality apod. Tuto modlitbu se může modlit každý kněz z titulu svého svěcení. Tato modlitba neřeší slabost člověka, ale vrací mu svobodu, kterou pro svůj boj bytostně potřebuje.

#### 4. Chronické onemocnění.

Každý má nějakou slabost, nějakou Achillovu patu. Pokud je to zrovna oblast sexuality – je to nepříjemné, je to těžké, ale nejde se této slabosti zbavit ze dne na den, i když by člověk moc a moc chtěl. To ale neznamená – a za tím si stojím – že tento člověk nemůže vést dobrý duchovní život. Tuším, že Raniero Cantalamessa v jedné knize uvedl, že jsou hříchy, ze kterých se člověk může uzdravit pouze tím, že z nich trpělivě a pokorně povstává a s důvěrou je svěřuje Pánovu milosrdenství. Neexistuje důvod, pro který by Bůh zavrhl svého syna nebo svou dceru – ani kvůli slabosti, ani kvůli hříchu, ani kvůli neschopnosti – prostě neexistuje. Ježíš nikdy neslíbil, že povedeme život bez pokušení a těžkostí, že budeme ve všem, na co sáhneme, stoprocentně úspěšní a že náš život nebude boj. Ale slíbil, že bude s námi po všechny dny našeho života, slíbil

nám svého Svatého Ducha, slíbil nám, že pokud budeme prosit – dostaneme to. Slíbil odpuštění hříchů, slíbil nám, že pro nás připraví místo u svého Otce v jeho Království.

I s touto slabostí se dá žít život víry – a skrze povstávání z pádů jít za svým Bohem. Jsou hříchy a slabosti podstatně horší (i když se to zdá být neuvěřitelné) a pro Boha je problém pouze hřích nevyznaný a hřích bez lítosti... Mohu doporučit knihu Józefa Augustyna: *Sexualita v našem životě*, která se i k celé problematice vyjadřuje.

## Sexualita samoty 2: Otázky a odpovědi

### 1. Je masturbace lehkým nebo těžkým hříchem?

V pozadí této otázky stojí podotázka: Kdy je možné ještě přistoupit k přijetí Eucharistie a kdy už je třeba absolvovat svátost smíření? Odpověď na tuto otázku není jednoznačná. Vnímání sexuality, kdy je každé provinění vnímáno jako těžký hřích, je samo o sobě zvrácené. A když za mnou přicházejí lidé, kteří mají tak zdeformované svědomí, že i jen fantazie se sexuálním obsahem (kterým se minimálně ve formě pokušení nemůže vyhnout žádný zdravý muž nebo žena) jsou těžkým hříchem, je mi smutno. Je mi smutno ze zpovědníků a rodičů, kteří z velikého Božího daru udělali strašáka a z Boha udělali hlídače lidského sexu. Opačný extrém považuji za stejně zvrácený. Tvářit se, že každé využití sexuality je dobré, vede k mnoha vnitřním i vnějším vztahovým zraněním, protože, ať už se nám to líbí nebo ne, každý Boží dar má také svá pravidla pro použití. Dar života, dar schopnosti vytvářet vztahy, dar síly i dar umění – i dar sexuality. Ale přes všechny problémy se pokusím dát návod, jak si na výše položenou otázku odpovědět.

Téma masturbace je stále ještě tabu. A vedlejší efekt všech tabuizovaných témat je zjednodušení – a o masturbaci to platí dvojnásob. Je to intimní téma, a tak když někdo svou sexualitu tímto způsobem nezvládá, je většinou těžké o tom mluvit. Prostě se stydí. Důsledek porušení tabu...

Když se pak tento člověk odhodlá vyznat svůj čin ve svátosti smíření, může se setkat s několika přístupy. Ten diskrétnější je, že kněz prostě mlčí a tváří se, jako by nic neslyšel. Někdy je to dobré – protože se problém zbytečně nerozmazává. Druhý extrém je, když se kněz začne vypytovat. To je podle mého názoru horší – protože i když to dělá s čistým úmyslem, je to narušení intimity kajícíka. Já se vždy ptám, chce-li o tom ten dotýčný mluvit, a jeho přání respektuji.



Proč je to tak důležité? Ona totiž není masturbace jako masturbace. Pokusím se to vysvětlit na příkladu. Přejde člověk ke zpovědi a vyzná: „Zabil jsem.“ Každému je jasné, že není zabití jako zabití. Je totiž velký rozdíl mezi úkladnou vraždou, zabitím v hádce v afektu, zabitím z nedbalosti, zabitím následkem autonehody, zabitím v sebeobraně, nebo dokonce nezaviněným zabitím (například strojvůdce přejede vlakem sebevraha – brzdil, ale neubrzdil). A to jsem zdaleka nevyčerpal všechny možnosti.

Když je všem jasné, že není zabití jako zabití – jak to, že mnozí (kněží i laici) nerozlišují mezi motivacemi a okolnostmi problému sexuality samoty? Přitom zde platí úplně stejné principy při posuzování etické povahy daného skutku.

První a zásadní otázka je, jak moc je rozhodnutí svobodné. Jsou lidé a situace, ve kterých je jejich svoboda zásadním způsobem umenšena. Dlouhá sexuální abstinence, příliš velké duševní napětí, vztahové problémy, izolace, hormonální procesy v organismu... To všechno a možná ještě jiné, to jsou všechno okolnosti, které umenšují mravní odpovědnost. Člověk, který se nerozhoduje svobodně, nemůže spáchat těžký hřích.

Druhým důležitým bodem jsou okolnosti. Něco jiného je masturbace člověka, který žije z pohodlnosti singles, něco jiného člověka, který žije v manželství a z nějakého objektivního důvodu nemůže svou sexualitu prožívat normálně. Něco jiného je masturbace dospívajícího člověka, který s přirozenou zvědavostí objevuje svou sexualitu (nebo o její povaze nic netuší – troufnu si říct, že jsem se setkal s několika lidmi, kdy vinu za masturbaci nesli rodiče, protože nesplnili svou povinnost citlivě a důstojně seznámit svého syna/svou dceru s touto přirozenou stránkou lidského života), něco jiného je stejný problém, kdy člověk v masturbaci vidí příjemnou zábavu.

Dále si můžeme položit otázku, nakolik se jedná o hřích z vůle nebo o hřích ze slabosti. Nevěřím, že hřích ze slabosti by Bůh považoval za těžký hřích, protože slabost – to je něco, co nás s Bohem spojuje, a nemá nás oddělovat. Hřích ze slabosti je často způsoben příliš velkým vnějším tlakem nebo napětím. Je dobré řešit to, co napětí způsobuje, a nezvětšovat ho ještě hrůzou z Boha. Oproti tomu hřích z vůle spojený s nějakým sobeckým motivem nebo motivem záměrné a svobodně zvolené zvrácené sexuality, myslím si je daleko větší než jen nezvládnutí sexuality, protože může signalizovat mnohem závažnější problémy. Není snadné spáchat těžký hřích – něco, co by oddělilo člověka od Boha. Ne kvůli dokonalosti člověka, ale kvůli dokonalosti Boha. Ne kvůli síle člověka, ale kvůli síle Boží lásky k lidem. Těžký hřích je vzpoura člověka vůči Bohu. Občas se zeptám lidí, se kterými o těchto problémech mluvím, jestli se svým hříchem chtěli vzbouřit proti svému Bohu. Odpověď bývá v drtivé většině záporná...

Myslím, že nezanedbatelnou okolností také je to, jestli se člověk dál snaží o čistotu a následování Krista, nebo si řekne: „Tak když už jsem zhřešil/a jednou, tak už je to jedno, protože to stejně musím vyznat ve zpovědi, bude to nepříjemný, tak si aspoň, než k té zpovědi půjdu, ještě užiju...“ A pak ten samý skutek – teď už za svobodnějšího souhlasu bez větších výčitek klidně zopakuje, a třeba mnohokrát, po dlouhou dobu... A ani netuší, že se jeho rozhodnutím dělá z Boha strašák a z čistoty vlastně nežádoucí cíl. Zním několik lidí, které právě tento přístup nejenže oddělil od svátosti smíření, ale následně pak i od prožívání bohoslužeb, a nakonec i od prožívání víry. Škoda. Zbytečná ztráta. Stojí za to?

Také je dobré vědět, jestli je to mimořádné selhání, nebo jestli je to skutečně slabost daného člověka, se kterou dlouhodobě bojuje. Pokud se masturbace dostala do pozice zlovyku, tak není v silách kajčnicka se tohoto problému jednorázově zbavit a je potřeba mnoha

malých krůčků – od praktického vyhýbání se hříchu až po uvědomění si Boží lásky k člověku i přes jeho slabost a hříšnost.

Asi jsem nevyčerpal mnohé možné okolnosti, které mohou udělat z masturbace hřích lehký, těžký, nebo dokonce žádný. Když se jen vyzná: „Nezvládl/a jsem svou sexualitu, sebeukájel/a jsem se, masturboval/a jsem...“ tak se to z toho nepozná.

Navrhovaná odpověď a řešení výše položené otázky? Je příliš individuální. Pokud to člověk nepozná vlastním svědomím – tedy smyslem pro posouzení závažnosti hříchu, tak by měl mít nějakého dobrého zpovědníka, před kterým se nebude bát a nebude mít přílišný ostych toto téma otevřít. Vůbec nejde o popisování detailů a rozebírání hříchu... Jde o to, aby společně zkusili přijít na to, co je příčinou, jaké jsou případné okolnosti a svoboda rozhodování, a co se s tím dá dělat. Dobrý a moudrý zpovědník by měl umět poradit, jestli a za jakých podmínek má tento kající chodit ke svatému přijímání (předpokládám, že dobrý a moudrý zpovědník si moc dobře uvědomuje, že Eucharistie není odměna za dobré chování, ale LÉK – dar Lékaře, kterého nepotřebují zdraví, ale nemocní – dar Ježíše, který nepřišel povolat spravedlivé, ale hříšníky – dar posily slabých na cestě do Božího království – v neposlední řadě dar Odpouštějícího, který měl vždy soucit s trpícími).

## *2. Jaký je vztah masturbace a pornografie?*

V podstatě se jedná o dva související, ale přesto odlišné hříchy. Masturbace se týká sexuality, pornografie degradace člověka na objekt sexuální touhy. Masturbace se týká většinou pouze člověka samotného, ale pornografie se týká všech lidí, kteří (buď kvůli penězům, drogám, nebo zvrácenému pojetí sexuality) propůjčili své (Bohem darované tělo) jako nástroj. Z člověka se stane pouhé tělo, které odkrývá to, co by mělo být skryto, a z intimity se stane pouhé prodejní zboží. Chlubí se tím, co člověku dal Bůh k prožívání lásky a

vztahů, a to způsobem, který je v přímém rozporu s tím, proč mu to daroval. A člověk, který se při masturbaci vzrušuje pornografií, má na tomto hříchu druhých také podíl viny. Proto by měly být vyznány oba dva hříchy.

Bohužel, myslím, že spousta lidí tyto dva odlišné hříchy směšuje a vyznává je jaksi spakované. A přitom je velmi praktické je oddělit. Není-li pornografie, je méně pokušení a větší šance, že člověk ve své čistotě obstojí. A pokud člověk svou sexualitu neustojí, ale nesáhne po pornografii, tak je to menší vina, než když se otevře zlu i v této zvrácené oblasti.

V neposlední řadě je zde i rovina okultní. Pornografie je zlo degradující důstojnost člověka, které má schopnost spoutat srdce člověka, jeho vnímání lidí, a vnímání vlastní i cizí sexuality (dá se to pozorovat podle toho, že pornografie velmi často znázorňuje sexualitu těžce zvrácenou). I současná profánní psychologie už zná pojem závislost na pornografii.

A odpověď? Těsný, ale oddělitelný. Všem, kdo problém s pornografií nevyznali, bych radil, aby tak učinili. Kdo mají problém se závislostí na pornografii, aby se s kněžími modlili za rozvázání z těchto závislostí. A těm, kdo mají problém s masturbací, bych radil, aby se, když už bojují se svou slabostí, důsledně pornografií vyhýbali. Může to být krok vpřed v řešení celého problému.

### *3. Jak je to s masturbací v manželství?*

V manželství se může jednat o několik odlišných situací. Může to být vzájemná masturbace, jako předehra přirozeného manželského objetí, proti tomu nelze z hlediska křesťanské etiky nic namítat. Do stejné kategorie patří i masturbace – většinou ženy, která v přirozeném manželském objetí (z důvodu nezávinně nedosažené vzájemné harmonie) nedosáhla vyvrcholení a vnímá jeho potřebu. V obou zmíněných případech totiž nejde o sobecké zneužití

sexuality, ale spíše o doplnění manželského vyjádření vzájemné lásky.

Jiný případ je, jak už jsem výše uvedl, když je v manželství nějaký problém a ti dva spolu nemohou z nějakého důvodu žít intimním životem. Pokud je problémem hádka a narušení vzájemného vztahu, je nanejvýš dobré, když se úsilí a střed pozornosti nevěnuje masturbaci, ale naopak – obnovení jejich vzájemného vztahu, důvěry a přirozeného společného života.

Zcela jiným případem je, když vzájemná nebo jednotlivá masturbace nahrazuje přirozené spojení jako forma antikoncepce. Tam pak platí jiné principy – proč se brání otevřenosti novému životu a jaké k tomu používají prostředky. Pokud k tomu vedou sobecké důvody (byť vzájemné), tak se jedná o poměrně zásadní problém útočící na samotnou povahu využití sexuality v manželství.

#### *4. V čem spočívá duchovní riziko masturbace?*

Strategie pokušení je zvláštní. Člověk by řekl, že se snaží o sexualitu, ale pravda je taková, že nepokouší zdaleka jenom sexualitu.

Bůh, když tvořil člověka, tak mu dal sexualitu (nejen tělesnou) a vložil do ní touhu. A ať se budeme ohánět morálkou, jak chceme, tak původní záměr je život v manželství – myslím tím plný život v manželství – se vším, co k tomu patří. To je účel sexuality člověka. Tělo, duše i duch jsou tak prostě nastavené... Člověk si může udělat předsevzetí, jaké chce, ale tohle prostě nezmění.

Sama sexualita není nepřítel. Každý člověk je mužem nebo ženou, jsou stvořeni se svým tělem, se svými potřebami... To, že je život často komplikovanější (třeba v rovině manželství, samoty...), než bychom chtěli, je věc druhá.

Když Bůh stvořil člověka, tak ho nestvořil jako dokonalého, ale jako zranitelného. Zranitelnost je podmínkou lásky – kdo mi nevěří, ať se podívá do mezilidských vztahů, a kdyby mi to nevěřil ani tehdy, ať se podívá na kříž... Zranitelnost je podmínkou lásky... Bůh nás učinil zranitelnými, abychom byli schopni milovat.

Pokušiteli je jedno, jak člověk svou sexualitu prožívá. Je mu jedno, co udělá, aby oddělil člověka od jeho Boha, který nikdy nepřestal projevovat svoji lásku a přijetí. A často právě v otázce masturbace se mu daří jedna zákeřná strategie... Když člověk zhřeší a ví, že je to hřích ze slabosti, tak se Pokušitel vetře mezi člověka a Boha a jako by natáhne člověku před oči velikou plachtu s nápisem: „Zhřešils/zhřešilas? Tak to tě Bůh už nemůže mít rád.“ A pod tento nápis jako by umístil veliké zrcadlo.

Nápis způsobí, že člověk, místo aby se okamžitě a se vší silou utekl pod ochranu Boha a hledal u něj útěchu a zastání proti zlu, začne pochybovat o Boží lásce (viz Písmo a situace lidí po prvním hříchu)... A zrcadlo povede k tomu, že se nebude dívat na Boha a jeho lásku k němu jako k hříšníkoví, ale na svoji slabost. Jak v evangeliu Ježíš krásně a citlivě jednal s cizoložnou ženou – a nechci být příliš naturalistický – co je masturbace proti cizoložství?

A to, co nakonec oddělí člověka od Boha, není masturbace, ani slabost, kterou člověk neustál, ale naopak – oddělí ho od Boha to, že před něj ve své slabosti nepředstoupí. Jak řekl jeden kamarád: „Pokušitel není hlupák, je to zákeřná mrcha, a s tím je třeba počítat.“

##### *5. Jak moc je masturbace člověka problém z Boží strany?*

Odpověď na tuto otázku je teoretická, protože já nejsem Bůh. Můžeme jen z toho, co nám Bůh sám o sobě řekl, vyvozovat, jak se na lidskou slabost a lidský hřích dívá.

Velmi často si onu striktní čistotu předepíšou sami lidé: „Nebudu...“ a v pozadí za ní stojí strach z Boha nebo strach o Boží přátelství. To je špatný důvod, protože není božský, ale lidský. Bůh nikoho nepřestal milovat ani v těžkých chvílích jeho života, ani ve chvílích jeho slabosti. Nikdy. Boží láska k člověku NEMÁ ŽÁDNOU PODMÍNKU. On přišel, aby vykoupil lidi z moci zla, když jsme byli hříšní – jak můžeme číst v Písmu. A jestli si tam tu podmínku („Bůh mě má rád, jen když jsem hodný/á“) dosadí člověk sám, tak je to špatně. I když člověk svou sexualitu ze své slabosti nezvládá, Bůh ho nikdy nepřestal milovat. Nezapomeňme, že Bůh nepřišel pro ty hodné... To jen my si (následkem naší výchovy) takové věci myslíme. Ježíš to říká jasně: on přišel hledat a zachránit to, co zahynulo. To, co vzbuzuje pocity viny, není Bůh, ale vlastní laťka člověka, kterou nedokázal přeskočit.

#### *6. Co dělat, když už člověk ze slabosti hřeší?*

Hlavně žádnou paniku. Svět se nezboří, nic není ztraceno. Moc bych doporučoval, aby člověk co nejdříve vstoupil do modlitby, ne s pohledem na sebe a svou slabost, ale s pohledem na Boha. A samozřejmě aby měl kněze nebo někoho, kdo mu bude v boji o čistotu a o duchovní život dobrým průvodcem. Více jsem o tom psal v minulé kapitole.

#### *7. Tři poznámky na konec...*

1. Věřím, že Bůh o síle sexuality ví. Ví, jak je člověk křehký a jak silné je pokušení. To není alibismus, ale inspirace pro ty, kdo narážejí na svou slabost a není jim to lhostejné...

2. Je možné, že uvolnění – fyzické i psychické – do sexuality vložil Bůh? Poslední dobou jsem se setkal s několika případy, kdy jsem si položil otázku, jestli to Bůh neudělal schválně, aby člověk měl v masturbaci takovou záchrannou brzdu... Princip záchranné brzdy není v tom, že by se jí brzdilo normálně, za běžného provozu

dle libovůle člověka, ale za mimořádné situace, v mimořádném nebezpečí, tlaku... Uznávám, že je tato myšlenka dost odvážná... Ještě jí musím s nějakými teology a psychology prokonzultovat... Zdůrazňuji, že je veliký rozdíl, jestli někdo za záchrannou brzdu zatáhne z legrace, z nudy, anebo proto, že už opravdu nemůže dál.

3. Co je horší? Když už někdo opravdu nemůže a uvolní své vnitřní napětí v soukromí tímhle způsobem, nebo když bude podrážděný a vysílený z boje o svou čistotu ubližovat lidem okolo sebe? Někdy nejde zvolit dobro, je potřeba volit menší zlo... Opět to není alibismus, ale rozlišení předvídatelných důsledků.

Tyto poslední tři poznámky berte prosím s rezervou. Jedná se o můj názor, v němž si zároveň uvědomuji svou omylnost. Rozhodující podle mě je, jak o čistotu konkrétní člověk bojuje. Buďto to vezme jako legalizaci masturbace (bez boje), a pak je to špatně, protože takhle jsem to rozhodně nemyslel, anebo to vezme jako útěchu po prohrané bitvě proto, aby se soustředil na to, co je v životě důležité, a sebral síly k dalšímu duchovnímu boji o čistotu.



### Sexualita samoty 3: Rozhovor

S výslovným laskavým svolením, o které jsem požádal, bych chtěl uvést část jednoho rozhovoru. Baval jsem se s jedním člověkem na téma sexuality samoty a on mi položil zajímavou otázku: „Má někdo právo ‚kecat‘ do mojí sexuality?“

Dobrá otázka. Možná někoho překvapí, že ji pokládám. Myslím si, že vyslovená je lepší, než nevyslovená. Na nevyslovené otázky totiž není možné hledat odpovědi a zůstávají uzavřené.

Pojďme hledat odpověď. Má někdo právo mluvit do sexuality člověka? Začněme Bohem. Připadá mi to skoro až nefér začít s tím, že si myslím, že zrovna Bůh to právo má. Ano, on stvořil lidi s tělem – i se sexualitou. A jako Tvůrce má právo mluvit o poslání a účelu jeho darů. Má právo něco chtít, má právo nastavit životu a jednání určité hranice. Už jen proto, aby si člověk životem neublížil. Bohužel se jeho hlas někdy obtížně interpretuje, a tak se do Božího hlasu občas připele i leccos lidského – byť dobře míněného – ale přesto ne-Božího. Připusťme prozatím, že Bůh, když chce mluvit do života a do jeho konkrétních oblastí, tak to nedělá proto, že by mu dělalo radost nás omezovat, ale dělá to, protože chce, abychom si neublížili. Pokud se na tomto neshodneme, pak asi nebudeme moct pochopit smysl života člověka a smysl jeho obdarování. Tím nechci říct, že nejsou stanoveny žádné hranice. Jsou – a jsou velmi potřebné a důležité. V oblasti sexuality například tam, kde jde o vztah, ochranu a důstojnost člověka, o život a svobodu nenarozeného dítěte... Tam jsou hranice jasně dané a na těchto hranicích už není prostor pro chybu a pro kompromis.

Má právo mluvit do sexuality člověka církve? Zde bych rád důsledně rozlišil moralizování a předávání zkušeností. Bohužel, daleko víc jsem se (nejen v této oblasti) setkal s tím, že církevní představitelé moralizovali, než že by předávali zkušenosti

společenství. Možná opovážlivě si troufnu tvrdit, že církve právo moralizovat nemá – Ježíš (jasná hlava církve) také nemoralizoval, ale ukazoval na Boha. Možná jsem se setkal s příliš mnoha představiteli církve, kteří na Boha neukazovali, Boží slovo nehlásali, na zkušenosti církve se neodvolávali, ale pod pohružkami pekla říkali, co lidé musí a co nesmí. Říkali co, ale nedokázali říct proč. Zkušenosti církve (jakožto společenství Božího lidu) ukazují, že jsou věci, které vedou k životu, a věci, které k životu nevedou. Je praktické a žádoucí pojmenovat dobro dobrem, zlo zlem, pojmenovat nebezpečí... Jazykem lidí, jazykem lidskosti, jazykem pokory před Bohem...

Myslím si, že do svojí sexuality si paradoxně nejvíc mluví člověk sám. Nastaví si laťku příliš vysoko, a považuje sexualitu za něco zlého, zkaženého a nedosažitelného, nebo si ji nastaví příliš nízko, a utěšuje se tím, že přece o nic nejde. Jenže jak najít nějaký životaschopný přístup? Skoro se neodvažuji napsat slovo kompromis. Mluví se hodně, moralizuje se ještě víc, svět okolo nás má nastavené hranice také jinak (má-li je vůbec). K tomu se ale ještě vrátím.

Nicméně náš rozhovor pokračoval. Zeptal jsem se: „Myslíš, že Bůh neví, že máš sexualitu? Že máš tělo? Že máš nějaké potřeby? Neví Bůh jak krásná je sexualita? Neví, jaká je v tomto jeho daru ukrytá síla a jaké blaho a dobro dokáže přinést?“ Prosím, abyste mě nepochopili špatně. To není snaha zbořit hranice a vše legalizovat, ale snaha do problémů se sexualitou vtáhnout Boha.

Vysvětlím proč. Když se setkávám s lidmi, kteří se z masturbace vyznávají, tak nemohu nepozorovat určitou izolaci. Je to tak citlivá oblast, že jako by to byli jen oni sami, kdo mají s tímto problémem. Trochu výhodu v tom máme my, kněží, kteří sloužíme svátostí smíření, protože vidíme, kolik lidí s tím bojuje. Stejně tak se s tím ale

lidé nesvěřují sobě navzájem – z naprosto pochopitelných důvodů. A zdání, že je člověk na něco úplně sám, dokáže být zničující. A to ani nemluvím o tom, že takový člověk se cítí být izolovaný (nemůže o tom mluvit) nejen od druhých lidí, ale i od Boha – protože je to vždy hřích, a když člověk hřeší, tak se na něj Bůh hněvá a nemá ho rád... Ano, je to neevangelní, nelogické, ale je to tak. Falešná představa Boha v praxi.

A člověk se stydí. Dospívající se stydí, protože jsou dospívající, dospělí se stydí, protože jsou dospělí, a staří se stydí, protože jsou staří. Nepochopíte mě špatně – rozhodně ne všichni bojují v této oblasti, ale hojní zástupci jednotlivých skupin jsou. Ano, jistě – studie je věc do určité míry dobrá a žádoucí, má za úkol chránit intimitu člověka. Ale pokud přesáhne jistou hranici, zvláště hranici ve vztahu k Bohu, tak se člověk může podobně jako Adam schovávat před Bohem – před tím, který jediný může skutečně v některých záležitostech pomoci. Ať už odpuštěním, nebo posilou. A skrývat se před Bohem – to není dobrá cesta.

Problém izolace nespočívá jen v psychickém trápení (paradoxně sebetrápení), ale i v tom, že se duchovní život člověka začne točit jen okolo jeho sexuality a potažmo okolo něj samotného. Duchovní život se přestane točit okolo Boha, ale středem se stane člověk. A to je problém z duchovního hlediska daleko větší než samotné špatné využití daru sexuality. Člověk se totiž začne ptát a zamýšlet se jen nad tím, kdy a jak, případně kolikrát zhřešil, a přestane se dívat na Boha, na to, co po něm Bůh chtěl, na další mnohé (!) oblasti jeho života.

Bude se dívat jen na sebe a na svůj hřích. A toto sobectví (ego-centrismus) dokáže celkem snadno znehodnotit duchovní život, víc než sexualita samoty.

Kolik lidí opustilo svátostnou praxi kvůli tomuto hříchu a striktnímu pojetí morálky bez vysvětlení? Kolik lidí nad sebou zlomilo hůl? Kolik lidí odmítlo představu Boha studujícího naše selhání, aby nás vystavil výčitkám a pocitům viny? A kde byli ti, kdo měli ukazovat na Boha, který „tak miloval svět (a hříšníky), že proto, aby mohli žít (a mohli být očišťováni z hříchů) dal svého jediného Syna“? Na tyto otázky neznám odpověď. Ale dokážu si je představit. A je mi z toho smutno...

Chci se vrátit k tomu, jak si člověk sám mluví do vlastní sexuality. Často jsem se setkal s tím, že si člověk sám nastavil laťku své čistoty tak, že fyzicky, psychicky nebo duchovně nebyl schopen jí přeskočit. Nebo tak nízko, že se o nic ani nesnažil. Všimněme si – ne Bůh nastavil laťku, ne církev nastavila laťku, ale člověk sám si nastavil laťku... Příčin může být mnoho – nejčastější příčinou je vnímání svatosti jako bezhříšnosti. Toho my lidé ale nejsme schopni – a už vůbec ne z vlastních sil. A věřím, že to Bůh ani nechce, protože lidi zná. Další příčinou může být výchova, kde byla sexualita jedno velké tabu, a proto zdrojem informací o této oblasti byla média a podobně nekvalitní zdroje. Dalšími příčinami mohou být samota, hlad po přijetí, po blízkosti druhého člověka... A myslím, že by se dalo ještě pokračovat.

A tak to, co mnoho lidí trápí, není reálná Boží výčitka, ale vlastní výčitky lidské. To neznamená, že masturbace je naprosto v pořádku a že je žádoucí (jen proto, že to chce tělo). To znamená, že má-li člověk dobře s konkrétním problémem pracovat, tak musí být pravdivý a musí zjistit, kde onen problém skutečně leží.

Pojďme pokračovat v načatém rozhovoru. „Víš, co je nejhorší? Že jak hřích opakuju, tak si říkám, že se z toho vyzpovídám a bude to OK. A pak mám ohromný výčitky a je to pro mě větší překážka než ta masturbace sama o sobě. Pocit, že Bůh byl podveden,

zneužit a zrazen...“ To když jsem četl (náš rozhovor byl písemný), tak jsem si uvědomil autenticitu a pravdivost. Asi by nebylo vhodné napsat mou tehdejší odpověď, protože se pak náš rozhovor rozvinul do hlubších rovin a bylo potřeba velmi osobního přístupu. Možná už toto může být odpovědí – najít osobní přístup. Nejen svátosti jako na běžícím pásu, nejen zpověď v šeru budky, nebo jen na Vánoce a Velikonoce. Ale třeba duchovní doprovázení, modlitba za konkrétní problémy, pokus o objevení některých příčin i cest...

S tím, co jsem napsal, také souvisí jedna otázka, která možná napadá mnoho čtenářů – je možné z tohoto hříchu vyrůst? Nedám přímou odpověď, ale dám několik odpovědí dílčích. Je možné vyrůst z pojetí svatosti jako bezhříšnosti. Je možné vyrůst z postoje pýchy: „Já to zvládnou sám/sama.“ Je možné vyrůst z postoje sebestřednosti: „Celý svět, lidé i Bůh se točí okolo mě.“ Je možné vyrůst do postoje, kdy člověk, ač si je vědom vlastní slabosti a nedokonalosti, dokáže žít pro Boha a pro druhé. Je možné vyrůst do postoje, kdy si člověk uvědomí veliká obdarování v jiných oblastech. Je možné vyrůst do postoje, kdy člověk bude, i přes vlastní slabost a nedokonalost, hledat sílu a inspiraci u Boha. A je možné vyrůst a objevit krásu Božího daru.

Poslední věcí, kterou chci zmínit, je pojetí Boha (odpusťte mi ten výraz) jako strašáka. Nedokážu si představit Boha, který až k němu přijde člověk po své pozemské smrti, tak na něj hned u dveří vybafne otázku: „Tak, kolik máš hříchů v oblasti sexuality?“ Tak si Boha rozhodně nepředstavuji. Spíš by se tak ptali lidé, u kterých se rozhodně inspirovat nechci. Další dobré otázky: Jaký je můj Bůh? Hledám u něj pomoc nebo odsouzení? Budu ho vnímat jako spoluhráče (bytosť, které na mě záleží) nebo protivníka (bytosť, která číhá na mé chyby)?

## Sexualita samoty 4: Řešení?

Do posledního zamyšlení jsem prý zapomněl napsat odpověď na otázku: „Jaké je řešení?“ Tak se k tomu zkusím vrátit. Sice jsem už mnohé naznačoval v předchozích kapitolách, možná připojím ještě několik drobných poznámek a vodítek. Jaké je tedy řešení problému sexuality samoty? Možná mnohem snadnější, než by si někdo mohl myslet, možná mnohem složitější, než by si někdo mohl přát. Je dobré si položit otázku: „Proč? Proč se problému masturbace potřebuji zbavit?“ A možná se nespokojit s první odpovědí, která lidi většinou napadne: „Protože je to hřích.“ Celá oblast tělesnosti je přikryta studem – a zvláště selhání a zranění v této oblasti jsou ponižující. Problém masturbace není jen v tom, že jej křesťané vyznávají ve svátosti smíření, ale je v životní disharmonii – ve zklamání ze sexuality, a jak jsem už někde psal, v zaměřenosti života. Vraťme se tedy k naší otázce: „Proč se toho chci zbavit?“

Nepomůže tvářit se, že o nic nejde, stejně tak jako nepomůže oblast sexuality démonizovat, anebo lámat nad sebou hůl. Tento trojúhelník extrémů (bagatelizace, démonizace a rezignace) znají jistě všichni zpovědníci – a určitě mi dají za pravdu, že cesta ven nevede ani jedním tímto extrémem. Naopak, kterýkoliv z těchto extrémů může být zničující – bagatelizace způsobí ztrátu citlivosti pro hřích, démonizace zvýší napětí, a tím i potřebu jeho ventilace (sem patří i chuť zakázaného ovoce), a rezignace nad sebou znamená konec snah o duchovní život – nebo života s Bohem úplně.

Často jsem se ve zpovědích setkal s nevyřčenou motivací: „Abych už konečně měl/a pokoj.“ To sice chápu, ale nefunguje to. Možná proto, že je to dost sebestředná motivace a sebestřednost právě za problémem nezvládnutí sexuality také stojí. Tato motivace v sobě často mívá dvě nevyřčené sestřičky: „Nechci bojovat“ a „nechci prohrávat.“ Tedy lenost a strach z prohry. Prohra je životní

událost, která lidem moc nechutná. I v případě dlouhého boje – třeba i o čistotu (nejen o tu vnější, ale i o tu vnitřní) – může dojít k prohře. Pochybnosti o smyslu boje, pochybnosti o sobě, pochybnosti o Boží pomoci – to jsou věci, které často následují.

Tak tedy: pochybnosti o smyslu boje. „Proč mám bojovat, když vím, že to nezvládnou? Jaký to má smysl? Tolikrát se to nepovedlo, proč by se to mělo najednou povést?“ Vele důležitá pochybnosti. Ukazují slabinu, kterou pokušení obzvláště rádo využívá. Má smysl boj o čistotu? To je otázka, která by mohla pomoci. Má smysl bojovat s pokušením? Proč? Dovolím si nabídnout jednu možnou odpověď: Každý boj a každé drobné vítězství je důležité na cestě za Bohem. Má smysl a ten je klíčové znát a následovat.

Vypůjčím si obraz manželství: Není možné, aby se manželé na všem shodli. Dřív nebo později přijdou neshody – a muž se ženou se musí učit je překonávat. Musí se učit komunikovat, musí se učit odpouštět, musí se učit opouštět (sami sebe, své představy a pravdy – nikoliv životního partnera). A tak jejich manželství s každým vítězstvím získává větší a větší hodnotu. Občas mívám obřad požehnání při zlaté svatbě. Vidávám manžele po padesáti letech manželství – a jejich lásku zocelenou, očištěnou, osvědčenou. Ale cesta ke zlaté svatbě vždycky vedla skrze boje – vnitřní i vnější, skrze boje, které oba dva sváděli o svou životní lásku, proti nepřátelům vnitřním (pýcha, lenost, sobectví...) i vnějším (nepřízeň doby, chudoba, těžkosti a bolesti). A právě na tomto vztahu si cením (společně se zlatomanželi) každého vítězství – a také každé zvládnuté prohry. Zpětně jde vidět, že to všechno úsilí mělo smysl.

Vzpomínám na písničku Daniela Landy Touha. Občas jí dávám kajcíníkům při svátosti smíření jako poslech za pokání. Obsahuje verš: „Touha je padnout a vstát a rány nevnímat...“ a ukazuje důležitou věc. Touha neznamená nepadat, ale znamená po pádech

povstávat. Touha znamená, že člověk nevnímá rány, ale žene se dál, dopředu za svým cílem. V případě manželů je to společná cesta ke zlaté svatbě (a samozřejmě dál...), v případě problému sexuality samoty je to spása člověka. Touha po Bohu by měla křesťany učit, že přijdou pády, ale že je potřeba z nich trpělivě povstávat a jít dál. Tedy nelámat nad sebou hůl, nepopírat pády, a nevzdávat se. Lidé pohodlní jsou lidé bez skutečné touhy – ti to můžou klidně vzdát, protože nemají šanci.

Tento boj, stejně tak jako životní cesta mají svůj vyšší smysl – a každý pád pro člověka představuje možnost povstání. Nebo možná bychom mohli říct (spíš než povstání) pozvednutí. Je to Bůh, který člověka s velkorysostí a s láskou pozvedá z jeho pádů, odpuštěním vrací nevinnost, o kterou přišel hříchem, a opět ho staví na cestu a říká: „Jdi dál.“ Možná proto, že ví, že člověk jednou dojde za horizont, kdy přestane padat, možná proto, že chce člověku ukázat svoji trpělivost a lásku, které nejsou omezeny počtem pádů... Nevím. Možná obojí.

Pochybnost o sobě... To je nebezpečná pochybnost. Protože narušuje sebepojetí člověka, a přesně to se může odrážet v rovině sexuality – začarovaný kruh. Zkusím navrhnout krásné, ale náročné řešení – nedívat se sám na sebe pohledem svým, ale pohledem Boha – z nadhledu. Odtud se totiž dá zahlédnout, že jsou důležitější věci v životě člověka než jen problém sexuality samoty. Nezvládnutí jedné věci nikdy nemůže znehodnotit celý život člověka. Naopak – nezvládnutí jedné věci může vést k životní pokoře a k velkorysosti a službě projevované druhým lidem. Tedy k vycházení ze sebe. To je lék.

A nakonec pochybnosti o Boží pomoci. To souvisí s již mnoho skloňovaným tématem falešných představ Boha. Jak je vnímán Bůh?



Bůh jako řešitel našich problémů?

Bůh jako garant bezstarostného života?

Bůh jako šikovný služebník na naše dálkové ovládání?

Bůh jako ten, který ochotně vyřeší naše problémy a slabosti za nás?

Bůh, kterého zajímají jen ti dokonalí, svatí, spravedliví?

...nebo

Bůh, kterého nám stojí za to následovat?

Bůh, pro kterého se vyplatí bojovat s vlastní slabostí?

Bůh, který je dobrým průvodcem a cílem?

Bůh jako ten, kdo nabídne skutečnou pomoc, a ne jen schování problému?

Bůh, který přichází pro slabé, hříšné, zajaté a toužící?

Pochybnost o Boží pomoci je iluze Nepřítele, který dobře ví, že ztratíme-li kontakt s naším Bohem, jsme zranitelnější a zničitelnější. Za povšimnutí stojí sobectví prvních pěti představ... Myslím, že Bohu nejde o počet pádů, ale o ochotu k boji, která souvisí s ochotou milovat, s ochotou věřit, s ochotou doufat.

Další důležitá okolnost je, jestli je masturbace mimořádný úlet, nebo dlouhodobý problém kvůli návyku. To jsou dvě odlišné věci. V případě mimořádného úletu pomůže si ho uvědomit a poučit se z něj. V případě návyku počítat s tím, že tento problém je prostě běh na dlouhou trať. Věřím, že Bůh po člověku nechce nic nemožného – tedy že nechce, aby člověk zlomil svou přirozenost, aby silou vůle přemohl svůj návyk – jednoduše proto, že toho ze svých lidských sil prostě není schopen. Pak je důležitá trpělivost a drobné krůčky k cíli.

Někdy si člověk za návyk může sám (vypěstoval si ho vědomě a dobrovolně), někdy ne. To je v podstatě jedno – určitě tedy z úhlu pohledu řešení. Zvláštní případ, se kterým se občas setkávám ve zpovědích, je člověk, který se v dospělosti obrátil, ale ze svého předchozího života si přinesl právě tyto zkušenosti a návyky. Setkávám se s těmi, kteří (při přípravě na křest) nebyli připraveni na

takový náraz a po odplynutí prvotního nadšení mají pocit, že zradili, odpadli... Ty bych vybízel k obzvlášť velké trpělivosti: „Vaše obrácení, (křest), život z víry – to jsou veliké hodnoty, a rozhodně se nedají zastínit ani umenšit zátěží z minulých let, se kterou bojujete a která nejde vyřešit náraz. Mějte trpělivost sami se sebou. Věřím, že Bohu jde víc o cestu člověka, než o dílčí neúspěchy a slabosti.“

Rizikovým faktorem je také zaměstnanost. Lidé, kteří jsou velmi vytíženi a přetíženi a zažívají veliké vnitřní napětí, mají tendenci ho ventilovat právě sexualitou samoty. Ti potřebují kreativní odpočinek, fyzickou aktivitu či sport. Paradoxně stejně často stejným druhům pádů podléhají lidé, kteří se obyčejně nudí. Člověk s tímto typem slabosti má daleko menší šanci v zápase s vlastní fantazií. A snáz než s fantazií se dá zápasit s nudou – smysluplně se zaměstnat. Je to snazší a úspěšnější – a je praktické nezapomínat, že nuda = lenost. A ta k Bohu také nevede.

Dalším rizikovým faktorem je pak jedna součást moderního stylu života a to jsou moderní technologie, které slouží nejen k práci a komunikaci mezi lidmi, ale také k zábavě – a bohužel k hodnotám, které hodnotné rozhodně nejsou. Jasně, řeč je o internetu, pornografii apod. Když manipulujeme s ohněm, víme, že pálí. Když někdo sedí u internetu, měl by vědět, že někudy cesty vedou a někudy zase ne. A jako uhasit oheň v pravý čas, tak umět vypnout počítač, nebo se odpojit od netu – také v pravý čas – to je umění. Umění těch, kdo ví, kam jdou a ví, co chtějí – a co ne.

Vraťme se k otázce, na kterou jsem dosud přímo neodpověděl: „Jaké je řešení?“ Má odpověď bude možná vyčerpávající. Řešením (i) tohoto problému je život s Bohem – všechno ostatní jsou jen dílčí kroky. Toto řešení má charakter krátkodobý – tím je život s Bohem zde na zemi, i dlouhodobý – spása a svatost po přechodu hranic života. Celé téma bych chtěl uzavřít bonusovou útěchu: přátelé, čas

hraje pro člověka. Jednou se (i) tento problém s definitivní platností vyřeší. Kdo obstojí? A na úplný závěr nabízím *čtyři věty z Písma*:

Podřídte se tedy Bohu. Vzepřete se ďáblu a uteče od vás, přiblížte se k Bohu a přiblíží se k vám. (Jak 4,7)

Žijte z moci Božího Ducha, a nepropadnete žádostem těla. (Gal 5,16)

Ježíšovi podali knihu proroka Izaiáše; otevřel ji a našel místo, kde je psáno: „Duch Hospodinův jest nade mnou; proto mne pomazal, abych přinesl chudým radostnou zvěst; poslal mne, abych vyhlásil zajatcům propuštění a slepým vrácení zraku, abych propustil zdeptané na svobodu, abych vyhlásil léto milosti Hospodinovy.“ (Lk 4,17-19)

Kvůli tomu jsem třikrát volal k Pánu, aby mne toho zbavil, ale on mi řekl: „Stačí, když máš mou milost; vždyť v slabosti se projeví má síla.“ A tak se budu raději chlubit slabostmi, aby na mně spočinula moc Kristova. Proto rád přijímám slabost, urážky, útrapy, pronásledování a úzkosti pro Krista. Vždyť právě když jsem sláb, jsem silný. (2Kor 12,8-10)

### **Závěr**

Prošli jsme spolu čtyři oblasti duchovního života, čtyři bojiště víry. Myslím, že by bylo vhodné na závěr knihy umístit nějaké povzbuzení.

Nebojte se bojovat, máme dobrý cíl. A pokud nějaké bitvy prohrajete, budete zraněni a nebude se vám chtít dál, uchovejte si v srdci víru v Boha – od něj máme naději, že společně s Ním ve všech bojích zvítězíme. Ne bez Něj, ne bez nás.

Kniha narozdíl od bojů končí. Přeji všem čtenářům mnoho sil do jejich duchovního života, modlitby, do těžkých vztahů i do všech bojů o čistotu.

Požehmán buď Hospodin, má skála,  
který učí bojovat mé ruce a mé prsty válčit!  
Moje milosrdenství a moje pevná tvrz,  
můj nedobytný hrad, můj vysvoboditel,  
můj štít, k němuž se utíkám, on mi můj lid podmaňuje.  
Hospodine, co je člověk, že ho bereš na vědomí,  
co syn člověka, že na něj myslíš?  
Člověk se podobá vánku, jeho dny jsou jak stín pomíjivé.  
Hospodine, nakloň nebesa a sestup!  
Dotkni se hor a bude se z nich kouřit.  
Udeř bleskem, rozptyl nepřátele, vypusť své šípy a uveď je  
v zmatek,  
vztáhni ruku z výše, vyprosti mě  
a vysvobod' z nesmírného vodstva, z rukou cizozemců!  
Jejich ústa mluví šalebně, jejich pravice je pravice zrádná!  
Bože, chci ti zpívat novou píseň,  
s harfou o deseti strunách budu ti pět žalmy.  
Ty, jenž dáváš spásu králům, jenž Davida, svého služebníka,  
vyprošťuješ od zhoubného meče,  
vyprosti mě a vysvobod' z rukou cizozemců!  
Jejich ústa mluví šalebně, jejich pravice je pravice zrádná.  
Kéž jsou naši synové jak štěpy, krásně urostlí v svém mládí.  
Naše dcery ať jsou jako sloupy vytesané podle chrámového vzoru.  
Naše sýpky ať jsou plné, ať skýtají hojnost všeho.  
Našich ovcí ať je na tisíce, desetitisíce všude vůkol, náš skot ať je  
břeží.  
Ať nás nepostihne vpád a odvlékání, ať nezazní žalostný křik na  
ulicích.  
Blaze lidu, jemuž se tak daří. Blaze lidu, jehož Bohem je Hospodin!  
(Žalm 144)

### **Odkazovaná a použitá literatura**

*Bible, Písmo svaté Starého a Nového zákona, Český ekumenický překlad*  
vydala Česká biblická společnost, 2007

*Katechismus katolické církve*  
vydalo Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří, 2001

Kateřina Lachmanová, *Vězení s klíčem uvnitř*  
vydalo Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří, 2001

Kateřina Lachmanová, *Dvoji tvář lenosti*  
vydalo Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří, 2000

Józef Augustyn, *Sexualita v našem životě*  
vydalo Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří, 2005

Jiří Černý, píseň *Jenom ty a já*  
<http://jiricerny7.webnode.cz/texty-pisni/jenom-ty-a-ja/>