

Bible a emoce

1/2011 
PRŮVODCE STUDIEM BIBLE

Obsah

Úvod	3
1. Emoce	4
2. Boží opatření proti strachu	11
3. Stres	18
4. Vztahy	25
5. Vína	32
6. Pozitivní myšlení	39
7. Naděje proti depresi	46
8. Vyrvalost a trpělivost	53
9. Vědomí vlastní hodnoty	60
10. Žárlivost	67
11. Osvobozen od závislosti	74
12. Příroda jako zdroj zdraví	81
13. Společenství s Ježíšem	88

Bible a emoce – Průvodce studiem Bible

Julián Melgosa

1. čtvrtletí 2011

Foto: archiv

Grafická úprava a sazba Stanislav Staněk 

Vydalo nakladatelství Advent-Orion, spol. s r. o.
pro Církev adventistů sedmého dne

Vytiskly Těšínské papírny, spol. s r. o.

Vydání první, Praha 2010

ISBN 978-80-7172-956-3

ISSN 0409-3208

Úvod

Ježíš plakal

Jako lidé jsme ze všech stvořených bytostí nejracionálnější. Žaby, psi, housenky i oslík jsou opravdu zázračná stvoření, ale nemají schopnost uvažovat. Navzdory veškeré logice a přehlednosti jsme také plně emocionální. Někdo by mohl oprávněně tvrdit, že emoce ovládají náš život více než rozum.

Emoce jsou dobré. Bez nich bychom sotva byli lidmi. (Který člověk neví, co je to láska, soucit, sympatie, strach nebo smutek?) Roboti by byli schopni fungovat bez emocí, ale my ne.

Protože žijeme ve světě hříchu, naše emoce nám často způsobují velkou bolest. Nemoc, války, chudoba, přírodní pohromy, ekonomická nejistota, rodinné problémy – jak to v nás nemá vyvolat strach, obavy a zármutek?

Všimněme si, jaké emocionální reakce vyvolal tento svět u Ježíše. „Ježíšovi vstoupily do očí slzy“ (J 11,35). „Tu se po nich rozhlédl s hněvem, zarmoucen tvrdostí jejich srdce“ (Mk 3,5). Ježíš řekl: „Má duše je smutná až k smrti“ (Mt 26,38). „Když Ježíš viděl, jak pláče a jak pláčou i Židé, kteří přišli s ním, v Duchu se rozhorlil a vzrušen řekl: „Kam jste ho položili?““ (J 11,33.34). „Byl v opovření, kdekdo se ho zřekl, muž plný bolesti, zkoušený nemocemi...“ (Iz 53,3).

Tato neuvěřitelná pravda o našem Pánu je výstižně vyjádřena v Listu Židům: „Nemáme přece velekněze, který není schopen mít soucit s našimi slabostmi; vždyť na sobě zakusil všechna pokušení jako my, ale nedopustil se hříchu“ (Žd 4,15). Zde se hovoří o našich slabostech. A jak všichni víme, je velmi nepříjemné je prožívat.

Smutek, bolest, žal... Tyto pocity nejsou špatné ani hříšné. Není to projev nedostatku víry či důvěry, když těmito emocemi reagujeme na životní problémy. Vždyť podobně je prožíval i Ježíš.

Žijeme tisíce let po existenci „stromu života“ (Gn 2,9). Naše DNA je značně poškozená. V protikladu k mýtům o evoluci se na lidech ukazuje vzrůstající míra degenerace.

Není divu, že hřích si vybírá svou daň i na našem emocionálním zdraví. Namísto toho, abychom ovládali své emoce, ony ovládají nás, a to do té míry, že nás často dotlačí ke zcela nesprávným rozhodnutím, která nám způsobí ještě více žalu a zármutku. Naštěstí se však můžeme z tohoto kruhu bolesti a zraňování vymanit. Pán Bůh má pro nás něco lepšího.

Toto čtvrtletí budeme hovořit o lidských emocích. Zaměříme se na biblické principy, na jejichž základě můžeme pochopit své emoce a hledat Boží sílu podřídit je jeho milující svrchovanosti. Podíváme se na některé biblické postavy. Soustředíme se na jejich emocionální reakce, ať už dobré, nebo špatné, a položíme si důležitou otázku: Co se můžeme naučit z jejich zkušenosti? Jak nám to může pomoci v naší situaci?

I když bychom v žádné situaci neměli omezovat Boží moc, která dokáže uzdravit kohokoli, pro některé lidi – zvláště ty, jejichž emocionální problémy zapříčinily narušení tělesného zdraví, např. chemickou nerovnováhu – je vhodná a potřebná profesionální pomoc odborníka.

Naši modlitbou je, aby nám tyto úkoly pomohly přiblížit se k Bohu, který nás obdařil tou největší emocí – láskou. Bez ohledu na naše emocionální vrcholy a pády, každý z nás se může hrát na výsluní této lásky (zvláště když přijdou pády) a poté prostřednictvím Boží milosti odrážet tuto lásku druhým. Protože bez ohledu na naše trápení a zármutek „láska nikdy nezanikne“ (1K 13,8).

*Dr. Julián Melgosa je děkanem
the School of Education & Psychology at Walla Walla University.*

EMOCE

Texty na tento týden:

2 S 13; Ga 5,22; Ko 3,12–14; L 19,41–44; J 16,20–24

Základní verš

Amen, amen, pravím vám, vy budete plakat a naříkat, ale svět se bude radovat; budete se rmoutit, ale váš zármutek se promění v radost. (J 16,20)

Emoce jsou důležitou součástí lidské osobnosti. Mezi základní emoce patří strach, hněv, radost a smutek, ale také očekávání, překvapení, znechucení či důvěra. Mohou nás motivovat ke konání dobra i zla.

Emoce mají vliv na naše celkové zdraví. „Pozitivní“ emoce v nás vyvolávají pocit uspokojení a pohody; „negativní“ mohou vyvolat bolest a úzkost. Pozitivní emoce upevňují duševní i tělesné zdraví. Pokud jsme dlouhodobě vystaveni „negativním“ emocím, může dojít k různým poruchám v chování, ve vztazích i v tělesném zdraví.

Bůh chce, abychom se těšili z dobrého vlivu pozitivních emocí. Vínou hříchu však často čelíme nepříznivým důsledkům negativních emocionálních zkušeností (strach, smutek, bolest). Ani lidé, o nichž se píše v Bibli, nebyli imunní vůči emocionálním vítězstvím a prohrám. Některým se podařilo udržet své emoce pod kontrolou; jiní ztratili sebekontrolu a dovolili, aby je negativní emoce vedly ke špatným činům.

Vztah mezi emocemi a chováním není zcela jasný a přímý. Bolestivé emoce nás často srazí na kolena. Někteří v utrpení právě na kolenou hledají odpovědi na svou bolest a u Boha nacházejí pomoc, podporu a sílu vstát. Pro jiné je utrpení tak těžké, že ve své bolesti přestanou Bohu důvěřovat.

Proto je důležité, abychom toho co nejvíce věděli nejen o svých emocích, ale také o tom, jaký vliv mají na náš život.

Negativní emoce

Potom se přihodilo toto: Davidův syn Abšalóm měl krásnou sestru jménem Tamar. Do ní se zamiloval Davidův syn Amnón. Amnón se tak soužil, že až pro svou sestru Tamaru onemocněl. (...) Když k němu však přistoupila, aby mu dala jíst, uchopil ji a řekl jí: „Pojď, spí se mnou, má sestro!“ Odvětila mu: „Ne, můj bratře, neponižuj mne! To se v Izraeli přece nedělá! (...) On však na to nedal a neposlechl; zmocnil se jí, ponižil ji a spal s ní. Pak ji však Amnón začal převelice nenávidět. Nenávist, kterou k ní pociťoval, byla větší než láska, kterou ji miloval. Amnón jí poručil: „Ihned odejdi!“ (...) Když král David uslyšel o všech těchto věcech, velice vzplanul. (...) Abšalóm přikázal své družině: „Hleďte, až bude Amnón rozjařen vínem a až vám řeknu: ‚Bijte Amnóna!‘, usmrťte ho a nebojte se. Je to na můj příkaz. Buďte rozhodní a stateční!“ (2S 13,1–16.21.28)

Je to opravdu tragický příběh. Uprostřed zmatku sledujeme, jak si lidé navzájem způsobují velkou fyzickou i citovou bolest. Jejich chování má dopad nejen na celou královskou rodinu, ale i na budoucí generace.

**Osobní
studium**

Jaké emoce prožívaly jednotlivé postavy tohoto příběhu – Amnón, Tamar, David, Abšalóm?

Amnónův vztah k Tamar nebyl láskou. Ovládla ho spíše touha po tělesné rozkoši než bratrská láska. Když dosáhl svého cíle, začal ji „převelice nenávidět. Nenávist, kterou k ní pociťoval, byla větší než láska, kterou ji miloval“ (v. 15). V Amnónově zkušenosti vidíme emocionální extrémy: neovladatelnou vášeň a nenávist. Chování člověka v takovém citovém rozpoložení je téměř vždy nevyvážené a přináší vážné následky. Amnónova vášeň se v okamžiku změnila v nenávist. Pohrdl poslední prosbou své sestry a násilím ji vyhnal ze svého obydlí.

Tamar se stala obětí. Na příkaz krále připravila oběd svému bratru Amnónovi. Když odhalila jeho záměry, snažila se mu jeho plán rozmluvit a ukázat na ničivé důsledky takového činu. Amnón byl však pevně rozhodnut, že uskuteční, co si umanol. Nedokázal vzít v úvahu rozumné argumenty. Pokračoval v realizaci svého hrozného plánu.

Jako každá žena, která byla znásilněna, sexuálně zneužita nebo týrána, i Tamar musela cítit hněv, ponížení, stud. To vše mělo zničující dopad i na její vědomí vlastní hodnoty. Její bratr Abšalóm pro ni nebyl oporou. Zlehčoval její utrpení („nepřipouštěj si to k srdci“ – v. 20). Sám však dva roky připravoval plán, jak se Amnónovi pomstít a jak se ho zbavit, aby vzrostla jeho šance dostat se na izraelský trůn.

Kdy jsi i ty pociťoval nenávist, smutek, strach nebo hněv? Jak ses s těmito pocity vyrovnal? Když se na to díváš s odstupem času, co jsi měl udělat jinak?

Aplikace

Pozitivní emoce

Ovoce Božího Ducha však je láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrotu, věrnost, tichost a sebeovládání. Proti tomu se zákon neobrácí. (Ga 5,22,23)

Jako vyvolení Boží, svatí a milovaní, oblečte milosrdný soucit, dobrotu, skromnost, pokoru a trpělivost. Snášejte se navzájem a odpouštějte si... Jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy. Především však mějte lásku, která všechno spojuje k dokonalosti. (Ko 3,12–14)

Osobní studium

Negativní emocionální stavy, jako například nenávisť, úzkost, strach, hněv a žárlivost, vyvolávají bezprostřední fyziologické reakce: bušení srdce, napětí ve svalech, sucho v ústech, studený pot, pocit trémy, nervozitu a další fyzické projevy. Dlouhodobé přetrvávání těchto příznaků způsobuje poruchy srdce a trávicího traktu.

Naopak pozitivní emocionální stavy, jako například soucit, laskavost, pokora, skromnost, vlídnost a trpělivost, vyvolávají pocit pohody, pozitivního životního postoje a pomáhají budovat dobré vztahy s jinými lidmi a s Bohem. Pozitivní psychologie je nově vzniklé a všeobecně přijímané odvětví psychologie, které se soustřeďuje na podporu pozitivních emocí. Jeho cílem je, aby člověk získal pocit štěstí a tak předcházel duševním nemocem. Je dokázáno, že když se zabýváme negativními emocemi, nepříznivě to ovlivňuje zdraví a délku života. Naopak pozitivní postoj k životu upevňuje zdraví a podporuje dlouhověkost. Obecně platí, že čím pozitivnější jsou vaše emoce a váš postoj k životu, tím lepšímu celkovému zdraví se budete těšit.

Láska patří mezi základní citové vztahy. Znamená však mnohem víc než jen emoce. Bůh je Láska. Jeho záměrem je, abychom se jako jeho děti cítili jím milováni a abychom uměli projevat lásku. Touží, abychom poznali, co znamená jej milovat. Láska vyvolává řadu dalších pozitivních pocitů a emocí, které se mohou projevit vhodným chováním a dobrými návyky.

Aplikace

Ovoce Ducha svatého dává našemu životu novou kvalitu (Ga 5,22). Pro Pavla je nejpozoruhodnější hodnotou láska (1K 13; Ko 3,12–14). Co znamená, že se máme „oblect laskavostí“ (B21)?

Jak emoce ovlivňují tvé jednání? Proč nemáme dělat důležitá rozhodnutí pod „návačem“ emocí – ať už pozitivních, nebo negativních?

Projevy emocí u Ježíše – 1

Když s ním v těch dnech opět byl velký zástup a neměli co jíst, zavolal si učedníky a řekl jim: „Je mi líto zástupu, neboť již tři dny jsou se mnou a nemají co jíst.“ (Mk 8,1.2)

Soucit (lítost), o kterém čteme u Mk 8,1–3, byl podnětem k tomu, aby Ježíš nasýtil velký zástup. Nikdo jiný nemyslel na praktické potřeby těchto lidí, kteří tři dny téměř nic nejedli. Ježíš si všiml, že někteří přišli zdaleka. Uvědomoval si, že pro některé by bez jídla byla cesta domů nad jejich síly.

**Osobní
studium**

U jakých dalších Ježíšových skutků byl jeho motivací soucit? Mk 1,40.41; 6,34

Lidé často pohrdali nemocnými malomocenstvím. Žádné jiné onemocnění nebo obtíže nevyvolávaly v lidech větší hrůzu a zároveň lítost než malomocenství. Lidem, kteří byli viditelně postiženi touto chorobou, byl zakázán jakýkoli kontakt s ostatními. Často byli nuceni žít na vymezeném místě nebo v táboře. Kdykoli se k nim někdo přibližoval, jejich povinností bylo volat: „Nečistý! Nečistý!“ Měli tím varovat lidi, aby je zdaleka obešli a vyhnuli se tak infekci. Ježíšovi bylo malomocného líto. Uzdravil ho a poslal domů se slovy, aby to nikomu neříkal. Uzdravený muž se však nedokázal ovládat. Nemohl nemluvit o zázraku, který prožil. Řekl to každému, koho potkal.

Ježíš cítil lítost nejen ve chvíli, kdy lidem chyběly základní tělesné potřeby, ale i tehdy, když neměli vůdce, směr a cíl. Proto dříve, než se postaral o jejich tělesný pokrm, „nasýtil“ jejich hluboké duchovní potřeby a učil je o království Božím.

O Ježíšově soucitu čteme i u Mk 9,36, kde Ježíš dává důraz na fyzický dotek. Vzal dítě do náručí a projevil mu lásku a náklonnost. Vztáhl ruku a dotkl se i nemocných lidí, aby pocítili božskou uzdravující moc.

Při setkání s bohatým mláďencem (Mk 10,21.22) byl Ježíš naplněn Boží láskou k tomuto mladému muži, i když se rozhodl neuposlechnout Ježíšovy rady. Oba během setkání prožívají silné emoce – lásku (Ježíš) a smutek (bohatý mláďenec).

Jakými způsoby vyjadřuješ soucit a lítost? Jakými konkrétními činy umíš projevít soucit s lidmi, kteří trpí? Co je pro tebe při projevování soucitu nejtěžší?

Aplikace

Projevy emocí u Ježíše – 2

Když už byl blízko a uzřel město, dal se nad ním do pláče a řekl: „Kdybys poznalo v tento den i ty, co vede k pokoji! Avšak je to skryto tvým očím. (L 19,41.42)

Osobní studium

Přečti si L 19,41–44. Co vedlo Ježíše k tomu, že plakal nad Jeruzalémem? Když hleděl do budoucnosti a viděl, co postihne Jeruzalém, určitě pocítoval něco víc než smutek. Cítil lítost nad mnoha jeho obyvateli, kteří ho odmítli. „Ježíš plakal na hoře, když hleděl na město, které tak velmi miloval a na kterém mu tolik záleželo. Zatímco se tisíce obyvatel radovaly a křičely hosana, zaznívaly poslední úpěnlivé prosby odmítané lásky a soucitu“ (E. G. Whiteová: *The Spirit of Prophecy*, sv. 3, s. 20).

Pisatelé evangelií zaznamenávají dvě příležitosti, při kterých Ježíš plakal. Lidé obvykle pláčou, když litují sami sebe. V uvedených záznamech však čteme, že Ježíšova lítost byla projevem jeho hlubokého soucitu s druhými.

Jaké bolestné a nepříjemné emoce prožíval Ježíš v následujících případech? Co je vyvolalo? Mt 26,37.38; Mk 3,5; 8,12; J 11,32–38; Mk 11,15.16

Několik prvních veršů u Iz 53 potvrzuje, že Ježíš byl „mužem bolesti“. I když prožil mnoho radostných chvil, nejednou na něj doléhala těžká emocionální bolest. Ježíšovo utrpení často pramenilo ze zklamání, že mu jeho následovníci nerozuměli. Navzdory Ježíšově lásce a nadpřirozeným znamením mnozí nepochopili, že je zaslíbený Mesiáš. Nesmírně trpěl i tehdy, když pozoroval důsledky hříchu na lidstvo.

Také smrt Lazara vyvolala u Ježíše velký žal a smutek. Jan říká, že Ježíš „byl hluboce pohnut v duchu“ (J 11,33 – B21). Je to překlad řeckého slova, které naznačuje velmi silný projev citového neklidu a zmatku, doprovázený slyšitelným zvukem vycházejícím z hrdla a nosu. Řecký dramatik Aeschylus (525–456 př. Kr.) použil stejné slovo, když chtěl popsat zvuk, který vydávají koně při odfirknutí. Toto slovo nacházíme v Novém zákoně pětkrát, přičemž čtyřikrát popisuje Ježíšovy emoce.

Aplikace

Rozjímáním o Ježíšových emocích můžeme lépe pochopit, že Ježíš nám rozumí, když prožíváme citový neklid. Vzpomeňte si na verš: „Nemáme přece velekněze, který není schopen mít soucit s našimi slabostmi...“ (Žd 4,15). Jak nám může poselství tohoto verše pomoci být blíže Ježíši, zvláště když prožíváme těžkosti?

Váš zármutek se promění v radost

Amen, amen, pravím vám, vy budete plakat a naříkat, ale svět se bude radovat; budete se rmoutit, ale váš zármutek se promění v radost. Žena, když rodí, má zármutek, neboť přišla její hodina; ale když porodí dítě, nevzpomíná už na soužení pro radost, že na svět přišel člověk. I vy máte nyní zármutek. Uvidím vás však opět a vaše srdce se zaraduje a vaši radost vám nikdo nevezme. (...) Až dosud jste o nic neprosili v mém jménu. Proste a dostanete, aby vaše radost byla plná. (J 16,20–24)

Tyto verše dávají naději všem, kdo právě prožívají fyzickou nebo duševní bolest. Pojdme se nad nimi společně zamyslet.

Okolní svět budí dojem, že je plný radosti. Věřící člověk má při pohledu kolem sebe rozpačité pocity: Zdá se mu, že bezbožníci si užívají radostného života, zatímco mnohé Bohu odevzdané lidi potkává bolest a trápení. Ježíš nás však ujišťuje, že to tak nebude trvat navždy. A navíc zdání často klame. Ze své přirozenosti máme tendenci domnívat se, že jiní jsou šťastnější a úspěšnější než my.

Smutek, bolest a strach se změni v radost. To je smyslem Ježíšova zaslíbení. Věřící by měli ocenit nejen to, že smutek jednou pomine, ale také si uvědomit, že jej nahradí radost.

Další zajímavou myšlenkou je to, že člověk zapomene na prožitou bolest. Je pravda, že vzpomínky na nepříjemnou minulost v nás často vyvolávají úzkost a strach. Lidé často vyhledávají psychoterapeuty právě proto, aby je zbavili důsledků minulosti, která ovlivňuje jejich současný život. Ježíš nás však ujišťuje, že jako žena při pohledu na právě narozené děťátko zapomene na všechnu bolest prožitou při porodu, tak i jeho následovníci zapomenou na všechnu bolest a trápení, kterými v minulosti prošli.

Nikdo nám nevezme naši radost. Radost, kterou nám Ježíš nabízí, není taková, jak si ji nyní představujeme. To, co nás čeká, je absolutní štěstí, radost s kvalitou věčnosti, kterou spaseným již žádný nepřítel nezkalí.

V ten den získáme nádherný pocit naplnění. Ježíš říká, že spravedliví ho již nebudou muset o nic prosit, protože všechny jejich potřeby budou uspokojeny.

Osobní studium

Zaslíbení říká, že náš žal a zármutek se změni v radost. Jak se tato naděje může stát součástí našeho života? Jak nám pomáhá překonávat nepříznivé okolnosti života? Jak můžeš použít Ježíšovo zaslíbení a povzbudit někoho, kdo prožívá trápení?

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„Když Ježíš svým pronikavým pohledem popatřil na znesvěcování chrámového nádvoří, obrátily se na něj oči všech přítomných. Zmlkly hlasy lidí, dobytek ztichl. Kněží, vedoucí představitelé, farizeové i pohané – všichni hleděli v němém úžasu a nepopsatelném ohromení na Božího Syna, který stál před nimi v majestátu nebeského Krále. Božskost, jakou vyzařovala jeho lidská přirozenost, ho obklopovala důstojností a slávou, jakou nikdy předtím neprojevil. Lidí se zmocnil zvláštní strach. Ti, co byli nejbliže Ježíšovi, se samovolně stáhli, pokud jim to jen zástup umožňoval. Až na několik jeho učedníků Spasitel stál sám. Všechny hlasy utichly. Ticho, které nastalo, se zdálo nesnesitelné. Když se sevřené Ježíšovy rty otevřely, jeho hlas zazněl jako zvuk polnice. V tom okamžiku všichni přítomní s úlevou vydechli.

Promluvil jasně, důrazně a s takovou mocí, že se lidé zapotáceli jako pod náporem silného větru: „Je psáno: Můj dům bude zván domem modlitby, ale vy z něho děláte doupě lupičů“ (Mt 21,13). Sestoupil po schodech a s nezměrnou autoritou, jakou dosud v předcházejících třech letech neprojevil, v rozhořčení, které potlačilo jakýkoli vzdor, tónem znějícím jako hlas polnice přikázal: Odneste to od-sud!“ (3SL 23.24)

Otázky k rozhovoru

- 1. Jak bys popsal Ježíšovy emoce na základě uvedeného citátu? Co nám to ukazuje o emocích jako zdroji dobra?*
- 2. Jak můžeme negativní emoce vyvážit pozitivními? Přemýšlejte o zkušenosti Máří Magdaleny a jiné Marie, které se šly podívat na Ježíšův hrob a byly naplněny strachem a zároveň velkou radostí.*
- 3. Židovské komunity slaví svátek Purim na památku dne, „který jim přinesl zvrat, místo starosti radost, místo smutku den pohody“ (Est 9,22). Co můžeme udělat pro to, abychom nezapomněli, kolikrát se náš žal změnil v radost? Podělte se ve třídě o své zkušenosti.*
- 4. Jak se můžeme naučit spoléhat se na Boží zaslíbení, přestože se nám mnohdy zdají tak nedostupná a vzdálená?*

BOŽÍ OPATŘENÍ PROTI STRACHU

Texty na tento týden:

Gn 3,6–10; 15,1–3; J 14,1.2; Mt 6,25–34; Fp 4,11.12

Základní verš

Všechnu svou starost vložte na něj, neboť mu na vás záleží. (1 Pt 5,7)

V Bibli se velmi často hovoří o obavách, smutku, trápení či strachu. Mnohé texty souvisejí s tím, co lidi znepokojuje a z čeho mívají obvykle strach; v jiných výskytech jsou součástí zaslíbení a Božích opětovných ujištění určených těm, kdo jsou plní obav a úzkostí. „Neboj se“ – toto poselství se jako zlatá nit táhne celým Písmem. Zaznívá opakovaně a s velkým důrazem. Často vyniká právě ve vypjatých situacích, ve kterých se ocitli jednotlivci nebo celý Boží lid.

Již od příchodu hříchu na tuto zem jsou strach a úzkost součástí lidské existence. Obavy z toho, co se může stát, jsou pro naše duševní a tělesné zdraví jednou z nejnebezpečnějších emocí. Legenda z Blízkého východu hovoří o poutníkově, který jednoho večera potkal Strach a Mor na jejich cestě do Bagdádu, kde se chystali zabít 10 000 lidí. Poutník se Moru otázal, zda chce všechny tyto nebohé obyvatele zabít on sám. „Věřu ne,“ odpověděl Mor. „Já usmrtím jen několik stovek z nich. O zbytek se postará můj přítel Strach.“

V tomto úkolu budeme hovořit o tom, jak můžeme díky Boží moci prožívat úlevu od strachu a obav. Důvěra v Boha a spokojenost jsou klíčovými prvky v našem pohledu víry do budoucna.

První zkušenost se strachem

Žena viděla, že je to strom s plody dobrými k jídlu, lákavý pro oči, strom slibující vševedoucnost. Vzala tedy z jeho plodů a jedla, dala také svému muži, který byl s ní, a on též jedl. Oběma se otevřely oči: poznali, že jsou nazí. Spletli tedy fíkové listy a přepásali se jimi. Tu uslyšeli hlas Hospodina Boha procházejícího se po zahradě za denního vánku. I ukryli se člověk a jeho žena před Hospodínem Bohem uprostřed stromů v zahradě. Hospodin Bůh zavolal na člověka: „Kde jsi?“ On odpověděl: „Uslyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se.“ (Gn 3,6–10)

Osobní studium

Je těžké mluvit o chvíli, kdy Adam s Evou poprvé pocítili strach. Nikdo z nás si zřejmě nepamatuje okamžik, kdy tuto emoci prožíval poprvé. Psychologové tvrdí, že již nemluvnátka cítí strach, většinou když jsou hladová nebo slyší ostrý a pronikavý zvuk. Děti prožívají různé druhy strachu – ze zvířat, samoty, ze tmy, z různých situací ve škole, odloučení od rodičů, strach z toho, že nevyrostou, že se vrstevníci s nimi nebudou kamarádit... I dospělí jsou vystaveni strachu a obavám, které souvisejí s konkrétními okolnostmi v jejich životě: strach z toho, že si nenajdou vhodného partnera, dobrou práci, strach z teroristického útoku, chronické nebo nevyléčitelné nemoci, přepadení, smrti atd.

E. G. Whiteová napsala, že když Adam pojedl ze zakázaného ovoce, „myšlenka na hřích jej naplnila strachem. Oběma se zdálo, že dosud příjemný vzduch v ráji se ochladil. Láska a mír, v němž dosud žili, zmizel a místo něho je zaplavil pocit viny a zmocnil se jich strach z budoucnosti. Náhle si uvědomili svoji duševní nahotu“ (PP 31 – par.; PP 57).

Strach a obavy jsou běžnou součástí našeho života. Jsou to ničivé, bolestivé a nepříjemné emoce. Mezi obecné symptomy strachu patří neklid, nespavost, nervozita, napětí, bolest hlavy, únava, závratě, bušení srdce, dušnost, pocení, potíže s koncentrací, nadměrná opatrnost. Ustaranost mohou doprovázet i záchvaty paniky. Bůh nás chce osvobodit od takovýchto zkušeností a vyzývá nás, abychom mu důvěřovali.

Uvedené texty přinášejí Boží odpověď na náš strach. Vyberte text, který nejvíce promlouvá do vaší situace.

Ž 23,4

Př 1,33

Ag 2,5

1Pt 3,14

1J 4,18.19

Aplikace

Co v tobě vyvolává obavy? Proč? Je tvůj strach opodstatněný? Jaké praktické kroky můžeš udělat, abys buď odstranil to, co v tobě vyvolává strach, nebo abys zmírnil samotný strach?

Nebojte se

Po těchto událostech se stalo k Abramovi ve vidění slovo Hospodinovo: „Nic se neboj, Abrame, já jsem tvůj štít, tvá přehojná odměna.“ Abram však řekl: „Panovníku Hospodine, co mi chceš dát? Jsem stále bezdětný. Nárok na můj dům bude mít damašský Eliezer.“ Abram dále řekl: „Ach, nedopřáls mi potomka. To má být mým dědicem správce mého domu?“ (Gn 15,1–3)

Když Bůh povolal Abrama, slíbil mu, že z jeho potomstva se stane veliký národ. Jak roky plynuly a dědic nepřicházel, Abram se k tomu ve svých myšlenkách stále častěji vracel. Tato věc se stala jeho noční můrou. Verše 2 a 3 odhalují pravý důvod Abramova strachu: „Kdo bude dědit můj majetek? Vždyť mým dědicem bude můj služebník!“ Zdá se, že tento postoj zevšeobecňuje reakci vrozenou lidské přirozenosti – zanechat po sobě něco, co zachová náš vliv, i když my zemřeme.

Na Abramovu starost Bůh odpověděl slovy: „Nic se neboj, Abrame, já jsem tvůj štít, tvá přehojná odměna“ (Gn 15,1). Náš budoucí život, dokonce to, co nás čeká po smrti, je v rukou našeho nebeského Otce. On ví, že jednou z našich největších potřeb je zbavit se strachu. Touží, abychom v tomto bolestném a rozbouřeném světě prožívali klid založený na důvěře, že budoucnosti se netřeba bát – protože je v Božích rukou.

Ustaranost se projevuje obavami vyvolanými nejistotou. Taková nejistota se může týkat blízké i vzdálené budoucnosti – a dokonce se nemusí vůbec stát realitou, protože zatím existuje jen v našich představách. Symptomy ustaranosti – ať už emocionální, nebo fyzické – jsou však zcela reálné a mohou být nepříjemné a bolestivé. Není divu, že Bůh nás touží od nich osvobodit.

Povzbud' se následujícími Božími ujištěními:

Dt 31,8

2Pa 20,17

L 21,9

J 14,27

Ve které oblasti tvého života potřebuješ slyšet Boží „Neboj se“? Strach a obavy se zdají často silnější než klid a jistota. Bůh je však silnější než tvé obavy a miluje tě láskou, která všechnen strach překonává. Jaká zaslíbení ti mohou tuto skutečnost připomínat? Jak můžeš být povzbuzením pro člověka v tvé blízkosti, který zápasí se strachem a obavami?

**Osobní
studium**

Aplikace

Důvěra a ustaranost

Bylo před velikonočními svátky. Ježíš věděl, že přišla jeho hodina, aby z tohoto světa šel k Otci; miloval své, kteří jsou ve světě, a prokázal svou lásku k nim až do konce. (...) Nalil vodu do umyvadla a začal učedníkům umývat nohy a utírat je plátnem, jímž byl přepásán. (...) „Já vím, které jsem vyvolil.“ (...) Když to Ježíš řekl, v hlubokém zármutku dosvědčil: „Amen, amen, pravím vám, jeden z vás mě zradí.“ (...) Jidáš přijal skývu, a hned vyšel ven. Byla noc. (...) Šimon Petr mu řekl: „Pane, kam odcházíš?“ Ježíš odpověděl: „Kam já jdu, tam mne nyní následovat nemůžeš. (...) Amen, amen, pravím tobě: Než kohout zakokrhá, třikrát mě zapřeš.“ „Vaše srdce at' se nechvěje úzkostí! Věříte v Boha, věřte i ve mne. V domě mého Otce je mnoho příbytků; kdyby tomu tak nebylo, řekl bych vám to. Jdu, abych vám připravil místo. A odejdu-li, abych vám připravil místo, opět přijdu a vezmu vás k sobě, abyste i vy byli, kde jsem já.“ (J 13,1–14,3)

Osobní studium

Poslední Ježíšova večeře s učedníky se odehrávala v napjaté atmosféře. Nejprve se Ježíš před učedníky nepochopitelně ponížil, když jim umyl nohy, jako by byl nějakým bezvýznamným sluhou. Pak několikrát hovořil o zradě a o svém odchodu. Nakonec však došlo na slova o důvěře v něj, v Otce a v Ducha svatého. Jen důvěra může zbavit neklidné srdce strachu a obav z budoucnosti. Hned nato Ježíš upozorňuje učedníky na království, které pro ně připravuje. Zaslíbení přináší klid: *Bez ohledu na okolnosti a nepříznivé situace, ve kterých se ocitnete, v domě mého Otce jsou pro vás připraveny příbytky. Proto mi důvěřujte a věřte mým zaslíbením.* To, co tehdy řekl Ježíš učedníkům, platí i pro nás.

V životě je důležité nepodléhat beznaději a strachu, ale naučit se dívat na to, co přináší naději a zklidnění naší zkormoucené mysli. Jednou ze základních metod práce různých terapeutů a poradců je vést lidi k tomu, aby více důvěřovali sobě a svým schopnostem. Je důležité si věřit, protože bez zdravé sebedůvěry trpíme nejen my, ale i naše okolí. Mnohým z nás ublížili i jejich nejbližší, a je proto pro ně těžké důvěřovat lidem. Je to i zkušenost žalmisty (Ž 118,8.9). V našem bolavém a nestálém světě je tím nejdůležitějším naučit se důvěřovat našemu Bohu. Ačkoli se setkáme s problémy, bolestí a tragédiemi, důvěra v jeho zaslíbení nás může zvednout z prachu, vrátit nám jistotu a naplnit naše další směřování klidem a jistotou.

Aplikace

Vzpomeň si na okamžiky, kdy Bůh odpověděl na tvé modlitby a dal ti to, co bylo pro tebe nejlepší. Jak ti mohou tyto zkušenosti pomoci upevnit důvěru v nebeského Otce, i když se teď možná nacházíš ve složité situaci a prožíváš těžkosti?

O ptácích a lilích

Proto vám pravím: Nemějte starost o svůj život, co budete jíst, ani o tělo, co budete mít na sebe. Což není život víc než pokrm a tělo víc než oděv? Pohleďte na nebeské ptactvo: neseje, nežne, nesklízí do stodol, a přece je váš nebeský Otec živí. Což vy nejste o mnoho cennější? Kdo z vás může o jedinou píd' prodloužit svůj život, bude-li se znepokojovat? A o oděv proč si děláte starosti? Podívejte se na polní lilie, jak rostou: nepracují, nepředou – a pravím vám, že ani Šalomoun v celé své nádheře nebyl tak oděn jako jedna z nich. Jestliže tedy Bůh tak obléká polní trávu, která tu dnes je a zítra bude hozena do pece, neobleče tím spíše vás, malověrní? Nemějte tedy starost a neříkejte: Co budeme jíst? Co budeme pít? Co si budeme oblékat? Po tom všem se shánějí pohané. Váš nebeský Otec přece ví, že to všechno potřebujete. Hleďte především jeho království a spravedlnost, a všechno ostatní vám bude přidáno. (Mt 6,25–33)

Tento text nejen hovoří o tom, abychom si nedělali starosti, ale dává také rady, jak se s obavami vypořádat. V Ježíšových slovech nalézáme myšlenky, které nás zbaví mnoha trápení.

Dívej se na život v *souvislostech* (v. 25). Neustálá zaneprázdněnost povinnostmi může způsobit, že ztratíme ze zřetele skutečně důležité věci. Každodenní rutina může odvést naši pozornost od podstatných věcí. Bůh nám dal život. Bůh stvořil naše tělo. Pokud má takovou moc, proč by nám nepomohl se základními životními potřebami? Nedělejme si zbytečné starosti.

Nechej se inspirovat *jednoduchostí* z přírody (v. 26.28–30). Vrabci a lilie jsou v Palestině běžnou součástí tamní přírody. Ježíš je vybral jako protiklad k nesmírné složitosti lidského života. Je zřejmé, že vrabci se netrápí nad tím, co budou zítra jíst, a lilie se nepachtí, aby si mohly koupit oblečení podle nejnovější módy. A přece je o ně dobře postaráno. „Neobleče tím spíše vás, malověrní?“ (v. 30).

Ustaranost je zbytečná a nesmyslná (v. 27). Řešení otázky s cílem najít možné řešení může být užitečné, ale trápit se pro problémy samotné nejen nic nevyřeší, ale zvětší negativní vliv problému.

Zaměř se na *priority* (v. 33). Křesťané se mohou někdy dostat do víru materialismu nebo jiných aktivit, které mohou odvést jejich pozornost od toho, na čem v životě skutečně záleží. Proto nám Ježíš připomíná: „Dejte jeho na první místo a zijte tak, jak on si přeje, a on se o vás postará“ (Mt 6,33 – SNC).

**Osobní
studium**

Napiš si věci, kvůli kterým se trápiš. Pak klekni a modli se. Popros Boha, aby převzal všechny tvé starosti. Které věci můžeš alespoň částečně vyřešit? Co se naopak zcela vymyká tvé kontrole? Udělej, co je v tvých silách, a pak pros Pána, aby ti pomohl důvěřovat mu v tom ostatním.

Aplikace

Dost má den vlastního trápení...

Nedělejte si tedy starost o zítřek; zítřek bude mít své starosti. Každý den má dost vlastního trápení. (Mt 6,34)

Netrapte se žádnou starostí, ale v každé modlitbě a prosbě děkujte a předkládejte své žádosti Bohu. A pokoj Boží, převyšující každé pomýšlení, bude strážit vaše srdce i mysl v Kristu Ježíši. (...) Čemu jste se u mne naučili, co jste přijali a uslyšeli i spatřili, to číňte. A Bůh pokoje bude s vámi. (...) Ne že bych si naříkal na nedostatek; naučil jsem se být spokojen s tím, co mám. Dovedu trpět nouzi, dovedu mít hojnost. Ve všem a do všeho jsem zasvěcen: být syt i hladov, mít nadbytek i nedostatek. (Fp 4,6–12)

Osobní studium

Pokud bychom žili podle textu Mt 6,34, přineslo by nám to hodně klidu. Ježíš nechce, abychom přestali plánovat nebo byli lhotejší a bezstarostní. Říká nám však, abychom si nedělali starosti a neznepokojovali se pro to, co by se mohlo stát; abychom se nezabývali neustále myšlenkami typu „co když...“ Je dobré plánovat, je dobré být připraven na různé možnosti, kterými se náš život může vyvíjet, ale není dobré žít v neustálém strachu a klást si donekonečna otázky typu: Co když onemocním? Co když ztratím práci? Co když budu mít havárii? Co když naše dítě zemře? Co když mě někdo napadne?

Následující seznam ukazuje, co v lidech vyvolává obavy a starosti. Z toho, čím se lidé trápí, jsou:

- z 50 % události, které se nikdy nestanou,
- z 25 % události z minulosti, které nemohou změnit,
- z 10 % trápení nad často neodůvodněnou kritikou jiných,
- z 10 % neopodstatněné obavy o zdraví,
- pouze 5 % tvoří reálné problémy, které je třeba řešit.

Inspirací pro nás mohou být i Pavlova slova z Listu Filipským. Pavel vyjadřuje svou spokojenost s tím, co má. Spokojenost není postoj, který se dá zdědit, ale získaná vlastnost. Pavel říká, že se naučil vystačit si s tím, co má, a být spokojený v každé situaci. Zvláště v dnešním světě zasaženém mnoha globálními i osobními problémy by bylo velmi prospěšné, kdyby se každý naučil být spokojen s tím, co má, a nedělal si starosti kvůli tomu, co se může stát zítra.

Aplikace

Ježíš řekl: „Pokoj vám zanechávám, svůj pokoj vám dávám; ne jako dávám svět, já vám dávám. Ať se vaše srdce nechvěje a neděsí!“ (J 14,27). Jaký užitek čerpáš z tohoto Ježíšova ujištění? Poděl se s ostatními o svou zkušenost. Co se můžete jeden od druhého naučit?

Podněty k zamyšlení

„Nezabíjí práce, ale starosti. Jediný způsob, jak se zbavit ustaranosti, je odevzdat každý problém Kristu. Nedívejme se na svět z horší stránky. Pěstujme radostného ducha.“ (E. G. Whiteová, *Mind, Character and Personality*, s. 466)

„Pokud se vychováváme k tomu, abychom měli víc víry, víc lásky, víc trpělivosti a víc důvěry vůči našemu nebeskému Otci, konflikty, kterými v životě procházíme, budeme snášet s větším klidem a větší spokojeností.“

Pán není rád, když se svým trápením a starostmi nejdeme do Ježíšovy náruče. On je jediným naplněním každého zaslíbení, zdrojem každého dobrodiní, splněním každého požehnání. (...) Nebýt Ježíše, byli bychom na naší životní pouti skutečně osamělí. ‚Nenechám vás jako sirotky,‘ říká nám (J 14,18). Pamatujme na jeho slova, věrme jeho zaslíbením, připomínejme si je den co den a rozjímejme o nich v noci – a buďme šťastní.“ (Tamtéž, s. 468.)

Otázky k rozhovoru

- 1. Zamyslete se ve třídě nad poslední otázkou v části na čtvrtku.*
- 2. Někteří lidé se bojí utrpení a bolestivé smrti, ačkoli k tomu nemají žádný bezprostřední důvod. Jiní opravdu prožívají těžké a vážné nemoci. Další se možná nacházejí v jiných život ohrožujících situacích. Jak můžeme tyto lidi potěšit?*
- 3. Když se měl Jákob setkat s Ezauem, prožíval „velikou bázeň a tíseň“ (Gn 32,8). Josefovi bratři „oněměli hrůzou“ (Gn 45,3 – B21), když se jim Josef dal poznat. Uvažujte společně o tom, jak se vyrovnat se strachem, který pramení z vědomí, že jsme udělali něco špatného. V čem je tento strach rozdílný od jiných druhů strachu?*
- 4. Jób prohlásil: „Čeho jsem se tolik strachoval, to mě postihlo, dolehlo na mě to, čeho jsem se lekal“ (Jb 3,25). Mohou se naše obavy opravdu stát realitou? Mohou neustálé obavy z něčeho „přivolat“ danou věc?*
- 5. Vzpomeňte si na všechno, pro co jste se kdy trápili, ale co se nakonec nikdy nestalo. Jaké poučení jste těmito vzpomínkami získali? Jak vám to může pomoci v tom, abyste si nedělali zbytečné obavy o budoucnost?*

STRES

Texty na tento týden:

1Kr 17,2–4.15.16; 19,1.2; Mk 6,31–34; Ga 6,2; J 15,13

Základní verš

Pojďte ke mně všichni, kdo se namáháte a jste obtíženi břemeny, a já vám dám odpočinout. (Mt 11,28)

Stres prožívá každý – v práci, během krizí v rodině, z pocitů viny, při nejistotě z budoucnosti či nespokojenosti s minulostí. Ať už je stres způsobený výjimečnými obtížnými situacemi, nebo každodenními událostmi, vyvolává v lidech napětí, které negativně ovlivňuje jejich tělesné i duševní zdraví.

Psychiatři Thomas H. Holmes a Richard H. Rahe jsou autory dnes již klasické studie, provedené na více než 5 000 pacientech. V 70. letech 20. století v ní zveřejnili stupnici 43 stresujících událostí a přiřadili jim bodové hodnocení (např. smrt partnera – 100 bodů; rozvod – 73 bodů; vlastní onemocnění nebo úraz – 53 bodů; stěhování – 20 bodů). Na základě této studie přišli k závěru, že pokud se člověk ocitne v situaci, kdy se mu v krátkém čase nahromadí 150 a více bodů, vzniká u něj 50% riziko onemocnění. Pokud se někomu nasbírá více než 300 bodů, je v přímém ohrožení vypuknutí choroby. Studie také ukázala, že děti a dospívající jsou na stresové situace mnohem citlivější.

K tomu, aby člověk podal lepší výkon, je třeba přiměřené, stimulující množství stresu. Pokud však tento stres překročí určitou míru, je to pro jeho zdraví nebezpečné.

Ježíš nám dává příklad i radu, abychom hledali Boha na tichém místě. To je nejlepší lék na stresové situace, kterým jsme vystaveni (Mk 6,31). Jestliže to Bohu dovolíme, pomůže nám zvládnout psychické vypětí, které je součástí našeho života na této zemi.

Vzrušující životní příhody

Elijáš Tišbejský z přistěhovalců gileádských řekl Achabovi: „Jakože živ je Hospodin, Bůh Izraele, v jehož jsem službách, v těchto letech nebude rosa ani déšť, leč na mé slovo.“ Stalo se k němu slovo Hospodinovo: „Jdi odtud a obrať se na východ a skryj se u potoka Kerítu proti Jordánu. Z potoka budeš pít a přikázal jsem havranům, aby tě tam opatřovali potravou.“ Šel tedy a učinil, jak řekl Hospodin. (...) A havrani mu přinášeli chléb i maso ráno a chléb i maso večer a z potoka pil. (1Kr 17,1–6)
(Vdova) šla a udělala, jak Elijáš řekl, a měla co jíst po mnoho dní ona i on i její dům. Mouka ve džbánu neubývala a olej v láhvi nedocházel podle slova Hospodinova, které ohlásil skrze Elijáše. (1Kr 17,15.16)
(Pro další studium viz také 1Kr 17,17–22; 18,23–39.45.)

Během dlouhého období hladu musel mít Elijáš velmi blízký vztah s Bohem. Byl to on, kdo se o něj osobně staral. Jednak mu havrani dvakrát denně přinášeli jídlo. To byl zázrak! Pak byl svědkem nekončícího „přídělu“ chleba z trochy oleje a mouky, který stačil nasytit tři lidi během dvou let. Později Bůh prostřednictvím Elijáše vzkřísil syna vdovy, u které bydlel. Byla to velká zkouška víry a zároveň důkaz, že Bůh má moc nad životem i smrtí.

E. G. Whiteová vztahuje poučení z tohoto příběhu na Boží věrný lid, který bude žít v posledních dnech: „Viděla jsem, že v té době budeme mít jistotu chleba a vody. Nebudeme mít nedostatek ani trpět hlady, protože Bůh má moc prostrít nám stůl na poušti. Pokud to bude nutné, pošle havrany, aby nás krmili, jak to udělal v případě Elijáše.“ (EW 56)

Zápas na hoře Karmel byl dalším dramatickým a nevyvratitelným projevem Boží moci. Silný liják po třiletém suchu byl také důkazem, že Bůh zasahuje do lidských dějin. Elijášův život byl plný přímých Božích zásahů. Sotva si dokážeme představit, jak mohl někdo po tolika zázracích nemít vůči Bohu úplnou důvěru. A přece u Elijáše pozorujeme příznaky stresu a pesimismu (1Kr 19,3.4).

Pro nás z toho plyne důležité poučení. Bez ohledu na zázraky, které se stanou v našem životě, vždy budeme čelit problémům a obtížím. Nikdo, dokonce ani takový prorok, jakým byl Elijáš, není imunní vůči problémům, které s sebou život přináší.

**Osobní
studium**

Zkoušky a neúspěch jsou často příčinou frustrace a stresu. Ale i pozitivní a radostné události mohou znamenat zátěž. Proč jsou přílišná spokojenost a opojení úspěchem nebezpečné?

Aplikace

Trpké životní příhody

Elijáš jim poručil: „Pochyptejte Baalovy proroky! Nikdo z nich ať neumikne!“ Když je pochytali, zavedl je Elijáš dolů k potoku Kíšonu a tam je pobil. (...) Achab oznámil Jezábele vše, co udělal Elijáš, že pobil všechny Baalovy proroky mečem. Jezábel poslala k Elijášovi posla se slovy: „Ať bohové udělají, co chtějí! Zítřka v tento čas naložím s tebou, jako ty jsi naložil s nimi!“ Když to Elijáš zjistil, vstal a odešel, aby si zachránil život. Přišel do Beer-šeby v Judsku a tam zanechal svého mládence. Sám šel den cesty pouští, až přišel k jednomu trnitému keři a usedl pod ním; přál si umřít. Řekl: „Už dost, Hospodine, vezmi si můj život, vždyť nejsem lepší než moji otcové.“ (1Kr 18,40; 19,1–4)

Osobní studium

Ať už Elijáš pozabíjel stovky proroků sám, nebo ne, jednoznačně celou akci řídil. Musela to být pro něj emocionálně zničující zkušenost. Bůh s tím souhlasil, protože to byl jediný způsob, jak vymýtit modloslužbu, jejíž součástí bylo i obětování dětí (1r 19,5). Ale prorok za to zaplatil emocionální daň.

Od začátku Achabovy vlády byla bezbožná královna neoblomná: Trvala na tom, že její manžel bude sloužit Baalovi a uctívat ho (1Kr 16,31). Důsledkem bylo, že celý izraelský národ upadl do modloslužebných praktik. Jezábel byla nástrojem na obnovu uctívání Aštarty, jedné z nejodpornějších forem kenaanské modloslužby. Smrt kněží ji rozzuřila a ztratila veškerou trpělivost.

Jak se mohl tento Boží muž po všech těch zázracích ocitnout v tak zoufalém stavu? Jak dospěl k tomu, že prosil Boha, aby mu vzal život? „Tak satan využíval lidských slabostí v minulosti a bude tak činit i v budoucnu. Kdykoliv se člověk ocitne ve svízelné situaci, je zaskočen okolnostmi, trpí bídou či propadá zoufalství, přichází satan, aby ho pokoušel a trápil. Útočí na naše slabá místa. Snaží se otrávit naši vírou v Boha, který dopustil, abychom se dostali do těžké situace.“ (TV 72; DA 120)

Aplikace

Proč je tak důležité, zvláště když prožíváme stres a beznaděj, oživovat si vzpomínky na to, jak Bůh v minulosti působil v našem životě? Proč zapomínáme na to, co pro nás Pán udělal? Jak nám může chvála a uctívání pomoci překonat toto těžké období?

Boží terapie

Pak pod tím keřem ulehl a usnul. Tu se ho dotkl anděl a řekl mu: „Vstaň a jez!“ Vzhlédl, a hle, v hlavách podpopelný chléb, pečený na žhavých kamenech, a láhev vody. Pojedl, napil se a opět ulehl. Hospodinův anděl se ho však dotkl podruhé a řekl: „Vstaň a jez, máš před sebou dlouhou cestu!“ Vstal, pojedl, napil se a šel v síle onoho pokrmu čtyřicet dní a čtyřicet nocí až k Boží hoře Chorébu. Tam vešel do jeskyně a v ní přenocoval. Tu k němu zaznělo slovo Hospodinovo. Bůh mu řekl: „Co tu chceš, Elijáši?“ (1Kr 19,5–9)

Jaké jednoduché léky dostal Eliáš v tomto stresujícím období svého života? Jaké ponaučení si z toho můžeme vzít pro sebe? Jaký dopad – ať už pozitivní, nebo negativní – má náš mentální stav na naše chování?

**Osobní
studium**

Eliáš potřeboval v tomto těžkém období svého života jen velmi málo – dostatek odpočinku, chléb a vodu. Pak měl intenzivní tělesný pohyb, který trval čtyřicet dní a čtyřicet nocí – šel z hory Karmel na horu Choréb. Je zajímavé, že právě náležitý spánek, pohyb a zdravá strava se často doporučují v boji proti stresu a duševní vyčerpanosti.

Běžný lék na poruchy nálad se nazývá „plánovaná aktivita“. Sestává z vypracování přísného harmonogramu, který obsahuje příjemné a smysluplné aktivity. Ty přinutí člověka trpícího depresí organizovat, připravovat a realizovat určité činnosti. Takový režim pomáhá člověku pozitivně vyplnit čas a vyhnout se sebelítosti. Do těchto aktivit je často zařazeno i fyzické cvičení, protože pomáhá produkovat endorfiny, morfiu podobné přírodní chemické prvky, které zlepšují náladu a alespoň dočasně zmírňují depresi.

Eliáš byl veden k opatřením, která mu měla vrátit klid a vyrovnanost. Podobně jako Eliáš, i my potřebujeme být otevření Božímu vedení. Jen co si Eliáš sedl pod keř, modlil se. Máte pravdu, nebyl to ten nejlepší druh modlitby (když prosil Boha, aby mu vzal život), ale byla to modlitba, touha, aby Bůh převzal vedení.

Postupem času se Eliášovi podařilo zvítězit nad svým strachem a pesimismem a Bůh jej mohl znovu použít (viz 1Kr 19,15.16; 2Kr 2,7–11). Než ho Bůh vzal ve vichřici do nebe, Eliáš měl velkou přednost pomazat svého nástupce. Rozdělil vodu v řece Jordán, čímž umožnil sobě a Elišovi dostat se suchou nohou na druhý břeh.

Nakonec byl Eliáš vzat do nebe, aniž okusil smrt. Jak zvláště skončil ten, který v zoufalství prosil Boha, aby mu vzal život!

O co se ochuzujeme, pokud se modlíme jen tehdy, když prožíváme strach nebo když se nám nedaří? Porovnej život založený na modlitbě s tím, když se modlíme pouze v naléhavých situacích. Jak se naučit žít v postoji nepřetržité modlitby?

Aplikace

Ježíšova metoda na překonání stresu

Zavolal svých Dvanáct, počal je posílat dva a dva a dával jim moc nad nečistými duchy. (...) I vyšli a volali k pokání; vymítali mnoho zlých duchů, potírali olejem mnoho nemocných a uzdravovali je. (...) Apoštolové se shromáždili k Ježíšovi a oznámili mu všechno, co činili a učili. Řekl jim: „Pojďte sami stranou na pusté místo a trochu si odpočňte!“ Stále totiž přicházelo a odcházelo mnoho lidí, a neměli ani čas se najíst. Odjeli tedy lodí na pusté místo, aby byli sami. Mnozí spatřili, jak odjíždějí, a poznali je; pěšky se tam ze všech měst sběhli a byli tam před nimi. (Mk 6,7.12.13.30–33)

Osobní studium

Když v polovině 90. let minulého století nastal rozmach v používání mobilních telefonů, jeden kazatel řekl: „Nikdy nechci mít mobilní telefon! Když při návštěvách sborů slyším o problémech, s nimiž lidé zápasí, naplňuje mě to bolestí a vnitřně se cítím vyčerpaný. Při cestě autem domů nacházím klid a úlevu. Kdybych měl mobilní telefon, neodpočinul bych si ani v autě.“ Každý následovník Ježíše Krista potřebuje tichý úkryt, kde může najít klid a ticho, kde se může modlit a poslouchat, co mu Bůh říká prostřednictvím svého psaného slova.

E. G. Whiteová o Ježíši napsala: „Nejšťastnější chvíle prožíval, když byl sám v přírodě a s Bohem. Ve volném čase odcházel z místa, kde pracoval, do polí, zelených údolí, na svahy hor či do lesů a tam přemýšlel o Bohu a rozmlouval s ním. Ráno ho často zastihlo na odlehlém místě při rozjímání, modlitbě nebo četbě Písma. Potom se zase vracel domů ke svým povinnostem a znovu se s příkladnou trpělivostí pouštěl do práce.“ (TV 54; DA 90) Lidé nás mohou naštvat a znechutit, nebo nám přinést klid. Ježíš nacházel klid v přítomnosti přátel, kteří do jeho života přinášeli pohodu a lásku. Tak tomu bylo v domě Lazara, Marty a Marie. „Rodině v Betanii byl velmi přátelsky nakloněn a pro jednoho jejího člena udělal svůj nejobdivuhodnější skutek. (...) V Lazarově domě si Ježíš často odpočinul. (...) Nejednou vyčerpaný námahou zatoužil po společenství. Rád se utíkal do této tiché domácnosti. (...) Náš Spasitel si vážil pokojných domovů a pozorných posluchačů. Toužil po lidské přívětivosti, zdvořilosti a lásce.“ (TV 334; DA 524)

Aplikace

Jaké zkušenosti máš s hledáním tichého místa na rozjímání nad Božím slovem, odpočinek a utřídění myšlenek? Co bys poradil obyvatelům velkých měst, kteří musí cestovat celé hodiny, pokud chtějí být v přírodě, nebo někomu, kdo žije spolu s velkou rodinou? Za kým bys šel (přátelé, blízcí), kdybys prožíval vnitřní zmatek a potřeboval podporu?

Přinášet druhým úlevu

*Snad už víte, jaké události začaly v Galileji a pak se rozšířily i do Judska. Nejprve Jan hlásal pokání a křtil. Potom Ježíše z Nazaretu vyba-
vil Bůh zvláštní mocí a svatým Duchem. Všude, kam přišel, pomáhal
a uzdravoval všechny, které sužoval ďábel. Bůh se k němu přiznával
a my můžeme dosvědčit jeho činy v zemi Židů i v Jeruzalémě. A přesto ho
tam popravili na kříži! Bůh však Ježíše třetího dne vzkřísil a my jsme se
s ním opět setkali. (Sk 10,37-40 – SNC)*

*Nikdo nemá větší lásku než ten, kdo položí život za své přátele. (J 15,13)
Berte na sebe břemena jedni druhých, tak naplníte zákon Kristův. (Ga 6,2)*

Ježíšův životní styl se vyznačoval obětavostí. Všechnu svou energii použil na to, aby sloužil jiným. Svými laskavými slovy a uzdravující mocí jim přinášel úlevu. Nikdy nepoužil svou božskou moc ve svůj prospěch. Musel tím na Petra velice zapůsobit, když Spasitele popsal jako někoho, kdo „procházel zemí, všem pomáhal a uzdravoval všechny, kteří byli v moci ďáblůvě...“ (Sk 10,38).

Ve většině případů je stres z práce, ve vztazích nebo kvůli penězům způsobený egoismem (touhou mít víc nebo si dokázat vlastní důležitost). Zaměřit se na potřeby jiných je dobrý způsob, jak se ho zbavit. Lidé, kteří se jako dobrovolníci zapojují do různých dobročinných projektů, prožívají větší pocit pohody a uspokojení než ti, kteří se takové službě nevěnují.

John D. Rockefeller (1839–1937) je dobrým příkladem toho, jak zvládnout stres soustředěním se ne na sebe, ale na druhé. V roce 1879 jeho rafinerie Standard Oil zajišťovala 90 procent produkce ve Spojených státech. Ve svých 50 letech byl nejbohatším mužem světa. V roce 1891 se však nervově zhroutil a hrozila mu smrt. Během několika měsíců se však ze své nemoci zotavil. Jak?

Kromě jednoduché stravy, odpočinku a cvičení se rozhodl, že rozdá svůj majetek. Zbývajících 40 let svého života zasvětil dobročinnosti. Na začátku 20. století se hodnota jeho soukromého majetku vyšplhala k částce 900 milionů dolarů. Když zemřel, byl jeho majetek vyčíslen částkou 26 milionů dolarů. Jeho dary způsobily ve světě mnoho dobra. Žil spokojeně ještě téměř padesát let – až do věku 97 let.

Osobní studium

K tomu, aby někdo mohl pomáhat druhým lidem, nemusí konat zázraky ani rozdat obrovskou sumu peněz. Jakou zkušenost máš s požehnáním, které ti přinesla služba druhým? Modli se o moudrost, abys věděl, jak a komu pomoci, a o ochotu ke službě.

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„(Elijáš) se otočil k Bohu zády a tak dlouho prchal, až se ocitl v bezútesné, neobydlené pustině. Zcela vyčerpan usedl pod trnitým keřem, aby si trochu odpočínul, a přál si umřít. Řekl: ‚Už dost, Hospodine, vezmi si můj život, vždyť nejsem lepší než moji otcové‘ (1Kr 19,4). Jeho duch byl zcela zdeptán hořkým zklamáním a on si přál se už nikdy nesetkat s žádným člověkem. Nakonec vyčerpaním usnul.

Do života každého člověka přicházejí období silného zklamání a strachu – období, kdy je těžké uvěřit v Boží milosrdenství a kdy problémy tíží natolik, že si člověk přeje zemřít. V takových chvílích se mnozí odvracejí od Boha a stávají se otroky pochybností a nevíry. Kdybychom v těchto okamžicích pochopili záměry Boží prozřetelnosti, očima víry bychom uviděli anděly, kteří se snaží chránit nás před námi samotnými a postavit nás na pevný základ. Tehdy by se v nás zrodila nová víra a nový život.“ (OSÚ 62; PK 162)

Otázky k rozhovoru

- 1. Kdy jste prožívali období, ve kterém jste jasně viděli Boží působení ve svém životě a vaše víra byla silná? Jaké zkušenosti máte se zmalomyslněním a pochybnostmi? Co jste se z vašich osobních zápasů víry naučili? Jak byste mohli pomoci jiným, kteří možná prožívají něco podobného?*
- 2. Proč se většinou cítíme lépe, když pomáháme druhým? Proč je pro nás mnohdy tak těžké obětovat se pro druhé?*
- 3. Důkladně prozkoumej své zdravotní návyky. Co jíš a piješ? Jakému fyzickému cvičení se věnuješ? Kolik času si vyhrazuješ pro odpočinek a rodinu? Jaké změny bys mohl udělat, aby ses po citové a tělesné stránce cítil lépe? I když v některých případech mají lidé velmi vážné psychické problémy, které musí řešit odborník, mnohdy stačí udělat některé změny v životním stylu – a dojde k výraznému zlepšení v tom, jak se cítíme.*
- 4. Kolik času máš „nazbyt“? Jak ho využíváš? Jak bys jej mohl lépe využít na budování vztahu s Bohem?*

VZTAHY

Texty na tento týden:

1S 25; Ef 4,1–3; 1Pt 3,9–12; L 17,3,4; 23,34; Jk 5,16

Základní verš

Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem jednejte s nimi; v tom je celý Zákon i Proroci. (Mt 7,12)

Zkušený evangelista měl v rámci přípravy na evangelizační přednášky ve zvyku v daném městě organizovat seminář „Jak zvládnout stres“. Vymyslel jednoduchý dotazník, ve kterém měli posluchači uvést čtyři nebo pět věcí, které jim způsobují nejvíce stresů. Jeho spolupracovníci pak rozdělili odpovědi do několika kategorií, například zdraví, peníze, práce, vztahy atd. Dříve než byly odpovědi vyhodnoceny, jeden z jeho spolupracovníků si všiml, že evangelista již má připravenou sérii diapositivů k tématu „vztahy“. Když se ho na to zeptal, evangelista mu vysvětlil, že výsledek průzkumu byl při každé sérii přednášek stejný – za hlavní příčinu stresu lidé vždy určili špatné vztahy.

Ať už jde o problémy s partnerem, dětmi, šéfem, spolupracovníky, sousedy, přítelem nebo nepřítelem – hlavním stresorem jsou vždy vztahy. Ale platí i opak – pozitivní vztahy jsou silným zdrojem uspokojení. Zdá se, že toto pravidlo překračuje kulturní i zeměpisné hranice. Lidé nás mohou udělat šťastnými a stejně tak nás mohou udělat i nešťastnými.

Proto se v tomto úkole chceme soustředit na téma vztahů a zabývat se tím, co o nich učí Bible.

Ve vši pokoře a mírnosti

„...navštivte Nábala a pozdravte ho mým jménem: ‚Bud’ zdrav. Pokoj tobě, pokoj tvé rodině, pokoj všemu, co máš. Jak slyším, stříháš právě ovce. Víš, že tví pastýři byli s námi. Chovali jsme se k nim slušně a za celou dobu, co byli v Karmelu, se vůbec nic neztratilo. (...) Dej tedy prosím svým služebníkům i svému synu Davidovi, co máš po ruce.“ (...) „Jaký David? Jaký syn Jišajův? To mám vzít svůj chleba, svou vodu a maso, které jsem připravil pro své stříhače, a dát to lidem, o kterých ani nevím, odkud jsou?“ (...) David svým mužům řekl: „Každý si připásejte meč.“ (...) Jeden z Nabalových mládců mezitím řekl Nabalově ženě Abigail: „Viš, že David poslal z pouště k našemu pánovi posly s pozdravem, ale on jim vynadal? Ti muži na nás byli velmi hodní, chovali se k nám slušně a po celou dobu, kdy jsme s nimi byli na pastvinách, se nám vůbec nic neztratilo. Ve dne i v noci nás chránili jako hradba... Rozmysli si teď dobře, co bys měla udělat, protože náš pán i celý jeho dům se řítí do neštěstí. Jenže je to takový ničema, že s ním není řeč.“ Abigail rychle vzala dvě stě chlebů, dva měchy vína, pět připravených ovcí, pět měr praženého zrní, sto sušených hroznů a dvě stě hrud fíků a naložila to na osly (...) Jakmile Abigail uviděla Davida, rychle sesedla z osla, padla před Davidem na tvář a poklonila se až k zemi... (1S 25 – B21)

Osobní studium

Příběh Davida, Nábala a Abigajil je vynikajícím příkladem řešení konfliktních situací. Jejich spor mohl skončit úplně jinak. Výsledek totiž závisel na tom, jak se jednotliví lidé zachovají – zda budou projevovat svoji nadřazenost, přistoupí k problému jako rovnocenní partneři nebo se zachovají jako pokorní přátelé či spolupracovníci.

David vyslal své vojáky k Nabalovi možná s neobvyklou, ale přijatelnou prosbou: „Chránili jsme tvé muže a tvůj majetek. Můžeš se nám za to nějakým způsobem odvděčit?“ Nabal však byl tvrdý a zlý člověk. Různé překlady Bible používají výrazy jako mrzutý, lakomý, hrubý, nevrlý, nečestný a hrubián.

Všimněme si, jak se k němu zpočátku David choval. I když byl ve vojenské převaze, jeho poselství se vyznačovalo pokorou a pozorností, představil se mu dokonce jako „jeho syn David“.

O Abigajil Bible říká, že byla rozumná a krásná. V hrozícím nebezpečí spěchala, aby utišila Davidův hněv. Poklonila se před ním a představila se mu jako „jeho služebnice“. Davida oslovila „můj pane“ a prosila o odpuštění. Davidovi také připomněla, že jako Boží muž by se měl vyhnout zbytečnému krveprolití. Její taktní a pokorné chování změnilo Davidovy záměry. Chválil Pána za to, že ji k němu poslal. Abigajil svým bohabojným duchem zachránila život mnoha nevinným lidem. Nabal později zemřel jako oběť vlastního strachu.

Aplikace

Zamysli se nad lidmi, kteří se k tobě chovají nepřátelsky. Jak by asi zareagovali, kdyby se tvůj postoj vůči nim vyznačoval pokorou a mírností? S pomocí Boží mírnosti se o to pokus. (Pamatuj přitom, že ani ty nejsi vždy nejmilejší a nejvštrněnější.) Přecť si i Ef 4,1–3.

Odplatit zlo dobrem

Slyšeli jste, že bylo řečeno: „Oko za oko a zub za zub.“ Já však vám pravím, abyste se zlým nejednali jako on s vámi; ale kdo tě uhodí do pravé tváře, nastav mu i druhou; a tomu, kdo by se s tebou chtěl soudit o košili, nech i svůj plášť. Kdo tě donutí k službě na jednu míli, jdi s ním dvě. Kdo tě prosí, tomu dej, a kdo si chce od tebe vypůjčit, od toho se neodvracej. (Mt 5,38–42) Nakonec pak: Všichni buďte jedné mysli, soucitní, plní bratrské lásky, milosrdní a pokorní, neodplácejte zlým za zlé ani urážkou za urážku, naopak žehnejte... Chceš-li milovat život a vidět dobré dny, zdržuj jazyk od zlého a rty od lstivých slov, odvrát se od zlého a čini dobré, hledej pokoj a usiluj o něj. Vždyť oči Páně hledí na spravedlivé a jeho uši jsou otevřeny jejich prosbám, ale tvář Páně je proti těm, kteří činí zlo. (1Pt 3,8–12)

Starozákonní princip „oko za oko, zub za zub“ byl spravedlivý. Izraelský národ potřeboval i jakési „prováděcí předpisy“ k Desateru, které řešily jeho přestoupení na úrovni mezilidských vztahů. Ježíš však na své následovníky klade vyšší nároky. Na principu „nastav i druhou tvář“ ukazuje, že v našich vztazích má mít hlavní slovo láska. Láska je aktivním projevem vztahu. Možná jsme jako křesťané hrdí, když se někomu nepomstíme za to, že nám ublížil. Pasivita však není to, k čemu nás Ježíš volá.

Apoštol Petr Ježíšovu myšlenku dále rozvíjí. Neodpláčet zlým za zlé je málo. V Petrových slovech můžeme vidět odezvu jeho vlastní zkušenosti. Ježíš mu jeho zradu neoplatil, naopak po vzkříšení Petra ujistil nejen o své lásce a odpuštění, ale také o tom, že s ním nadále touží spolupracovat na záchraně druhých lidí.

Manželský pár s malými dětmi měl neshody se sousedy. Ti mladým rodičům vyčítali hluk, který jejich děti dělaly na společném pozemku, kde měly rozložené hračky. Pořád jim něco vadilo. Mladí rodiče z toho byli nešťastní. Rozhodli se však, že se nebudou se sousedy hádat. Jednoho dne maminka dětí donesla sousedům dva kousky čerstvě upečeného jablečného koláče. Sousedy to velmi potěšilo. Tento jednoduchý čin způsobil, že v jejich vztahu k dětem nastala výrazná změna.

**Osobní
studium**

Není jednoduché projevit lásku a soucit lidem, kteří nám ublížili nebo nás zradili. Vyžaduje to hodně pokory. Ježíš nám říká: „Učte se ode mne, neboť jsem tichý a pokorného srdce...“ (Mt 11,29). Pokora je prvním krokem k tomu, abychom uměli odplatit zlo dobrem. Popros někoho z bratrů a sester, aby se s tebou modlili za lidi, kteří ti ublížili a kterým chceš u Boha vyprosit požehnání. Je to vážná věc, ke které nás zve náš Zachránce. Neodkládej to!

Aplikace

Odpuštění

A odpusť nám naše viny, jako i my jsme odpustili těm, kdo se provinili proti nám. (...) Neboť jestliže odpustíte lidem jejich přestoupení, i vám odpustí váš nebeský Otec; jestliže však neodpustíte lidem, ani váš Otec vám neodpustí vaše přestoupení. (Mt 6,12–15)

*„Mějte se na pozoru! Kdyby tvůj bratr proti tobě zhřešil, pokárej ho, a bude-li toho litovat, odpusť mu. Kdyby proti tobě zhřešil sedmkrát za den a sedmkrát by se k tobě obrátil se slovy: ‚Je mi to líto,‘ musíš mu odpustit.“ Apoštolové Pánu řekli: „Dej nám víc víry.“ (L 17,3–5 – B21)
Bud'te k sobě navzájem laskaví, milosrdní, odpouštějte si navzájem, jako i Bůh v Kristu odpustil vám. (Ef 4,32)*

Osobní studium

Křesťanství není povrchní náboženství. Ježíš nás nezve hrát divadlo, nechce po nás, abychom se přetvařovali. Můžeme sice budít dojem, že je vše v nejlepším pořádku, ale ve skutečnosti můžeme mít ve svém srdci pýchu, hněv či pocit vlastní spravedlnosti. Součástí našeho života je, že se setkáváme s konflikty, nepochopením, vzájemným (často nechtěným) ubližováním si, a to i na půdě církve. Proto je velmi důležité, abychom se naučili odpouštět.

Teprve nedávno si začali odborní poradci uvědomovat význam duchovních principů pro duševní zdraví. Celá desetiletí psychologové považovali náboženství za základní zdroj viny a strachu u člověka. Dnes naopak mnozí z nich využívají prvky z křesťanského způsobu života. „Terapie“ jako jsou modlitba, duchovní deník, učení se biblických textů nazpaměť a léčba odpuštěním tak jsou mnohými uznávány jako metody, které pomáhají překonat různé emocionální poruchy.

Odpuštění patří mezi nejvíce uklidňující léky. Je třeba však povědět, že schopnost skutečně odpustit a přijmout odpuštění nám dává Bůh. Jen on umí změnit naše srdce (Ez 36,26).

Někdy si člověk myslí, že odpustit určitý čin je zhola nemožné (L 17,5). Nikdo z lidí však nesnášel takovou bolest, ponížení a potupu jako Ježíš – Král a Stvořitel vesmíru, když byl nespravedlivě zhanoben a ukřižován svým stvořením. A přece úpěnlivě prosil Otce, aby jim odpustil (L 23,34).

Aplikace

Občas se stává, že lidé druhým ublíží a ani si neuvědomí, jakou bolest jim tím způsobili. Jindy někoho urážejí, protože nemají pocit bezpečí nebo se domnívají, že jim hledání chyb na druhých přinese úlevu od vlastních problémů. Zkus připustit, že se k tobě někdo nezachoval dobře v důsledku svých problémů. Usnadňuje ti to tvoji nabídku odpuštění? Jak můžeme odpustit těm, kdo nám ublížili úmyslně? Komu potřebuješ odpustit ty? Proč je to důležité i pro tvoje dobro?

Vyznávejte si navzájem hříchy

*Vyznávejte hříchy jeden druhému a modlete se jeden za druhého, abyste byli uzdravení. Velkou moc má vroucí modlitba spravedlivého. (Jk 5,16)
Všechmu svou starost vložte na něj, neboť mu na vás záleží. (1Pt 5,7)*

Když se něčeho nepěkného dopustím vůči svému sousedovi, měl bych se mu omluvit. Moje omluva je svědectvím o tom, že jsem ochoten vzít na sebe odpovědnost za to, co se stalo. Když mi odpustí, náš vztah se obnoví. Opuštění však není něco, na co bych měl „nárok“, co bych mohl vyžadovat. Mohu vyznat svou vinu, omluvit se a projevit lítost. Je však na člověku, kterému jsem ublížil, jestli mi umí odpustit bez ohledu na míru mého provinění vůči němu.

V Jakubově textu však nacházíme i jiný dopad vyznání a odpuštění. Vyznávání hříchů, chyb a provinění někomu, komu důvěřujeme, přináší emocionální uzdravení. Odhalení své vlastní nedokonalosti křesťanskému příteli zmírňuje břemeno hříchu. Navíc, oboustranné vyznání prohlubuje mezilidské vztahy. Moci někomu důvěřovat a zároveň vědět, že mi někdo důvěřuje, přináší vzájemné sblížení. Psychologické či pastorační poradenství je často založeno na tom, že možnost sdílet se s vlastními pocity má příznivý vliv na psychiku člověka. I když existují psychické poruchy, které vyžadují odbornou pomoc, mnohé potíže mohou být zmírněny a vyléčeny pozitivním vlivem církevního společenství. Platí to zvláště v případě problémů způsobených narušenými mezilidskými vztahy, jako je například nedorozumění, konflikt, pomluvy, žárlivost apod. Pokud se v takových případech budeme řídit Jakubovou radou, zmírní se nejen psychická zátěž, ale dojde k obnově síly potřebné ke změně destruktivního chování.

Když se se svými hříchy svěřujeme blízkému příteli, může nám to přinést velkou úlevu. Je třeba však také říci, že se tím stáváme zranitelnými. Vždy existuje riziko, že si přítel naše vyznání nenechá jen pro sebe (jak nám možná slíbil). Takové nedodržení slova či porušení vzájemné důvěry může mít na vztah zničující účinky.

Nejdůležitější je však to, že svá provinění můžeme vždy vyznat Pánu v plné důvěře a jistotě odpuštění. Přečtěte si 1Pt 5,7. Narušené vztahy mohou v člověku vyvolat nejistotu, ba až strach a úzkost. Pomoci mohou jiní lidé, ale nejjistější pomoc přichází od Boha, který je ochoten kdykoli převzít všechny naše starosti a zanechat v nás skutečný pocit úlevy přicházející poté, co své trápení vložíme do jeho rukou.

**Osobní
studium**

Máš zkušenosti s vyznáváním svých hříchů před jiným člověkem? Co ses z toho naučil?

Aplikace

Co slouží vzájemnému budování

*Z vašich úst ať nevyjde ani jedno špatné slovo, ale vždy jen dobré, které by pomohlo, kde je třeba, a tak posluchačům přineslo milost. (Ef 4,29)
Proto se navzájem povzbuzujte a buďte jeden druhému oporou, jak to již činíte. (1Te 5,11)*

*A tak usilujme o to, co slouží pokoji a společnému růstu. (Ř 14,19)
Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem jednejte s nimi; v tom je celý Zákon i Proroci. (Mt 7,12)*

Osobní studium

Pavel napomíná sbory rané církve, aby v „Kristově těle“ nedocházelo k narušování mezilidských vztahů. Mnohé problémy ve vztazích vznikají v důsledku vzájemného ponižování. Trpí tím celé společenství. Lidé, kteří rádi pomlouvají, většinou sami mají problémy – trpí pocitem méněcennosti, potřebují, aby si jich někdo všiml, touží mít moc a něco řídit nebo mají malou sebedůvěru. Jediným řešením je vyznat takové chování jako hřích a rázně s ním skoncovat.

Člověk, který si je vědom vlastní hodnoty, jakou má u Boha, je částečně chráněn před vlivem těchto pomluv. Všichni, kdo patří ke Kristovu tělu, mají velikou přednost – dar spasení (Ž 17,8; 1Pt 2,9). Nejenže si mají vážit jeden druhého, ale také si pomáhat v růstu slovy povzbuzení, pochvalou, pokorou a radostí. Tímto způsobem nejlépe pomůžeme těm, co mají osobní problémy.

Další možností podpory je stát se jakýmsi „mediátorem“. O tvůrčích pokojích Ježíš říká, že jsou „blahoslavení“, a nazývá je „syny Božími“ (Mt 5,9). Jakub říká, že tvůrci klidu budou sklízet „ovoce spravedlnosti“ (Jk 3,18).

Princip uvedený v Mt 7,12 je při budování zdravých a fungujících vztahů klíčový. Je jako drahokam nevyčíslitelné ceny. Toto „zlaté pravidlo“ založené na lásce a převyšující jakýkoli lidský zákon přináší praktický užitek všem.

Jistý čínský farmář pěstoval rýži na terasovitých polích na svahu kopce, z něhož měl krásný výhled do údolí i na moře. Jednoho dne si všiml, jak se v zátoce tvoří zvláštní odlivová vlna – moře ustupovalo a v zátoce za sebou nechávalo jen holý písek. Věděl, že je to důsledek podmořského zemětřesení. Během krátké chvíle se voda vrátí jako přílivová vlna tsunami a zničí vše v údolí. Vzpomněl si na své přátele, kteří tam pracovali, a rozhodl se okamžitě jednat – zapálil své rýžové pole. Když jeho přátelé uviděli oheň, rychle utíkali nahoru, aby jej uhasili. Díky tomu se zachránili před ničivou přílivovou vlnou. Jejich obětavost, s jakou běželi uhasit přítelovo pole, jim zachránila život.

Aplikace

Přemýšlej o svých posledních návštěvách bohoslužby. Co jsi řekl a udělal pro to, aby byl váš sbor místem, kde může hříšník najít odpuštění, unavený opočiněk, zarmoucený nadějí, pochybující jistotu a zraněný uzdravení?

Podněty k zamyšlení

Přečti si Ef 4,25–32 a podtrhni slova, která se dotýkají přímo tvého srdce. Uvažuj o všem, co můžeš s Boží pomocí udělat, aby se prohloubily tvé vztahy s druhými lidmi.

Uvádíme část dopisu, který E. G. Whiteová v roce 1908 napsala jistému evangelistovi:

„Mám pro tebe poselství od Pána: Buď laskavý v řeči a vlídný v chování. Dávej si pozor, protože máš sklon být kritický, panovačný a mluvit unáhleně. (...) Tvrdá a ostrá slova zarmucují Pána; nerozumná slova ubližují. Mám příkaz říct ti, aby tvá řeč byla vlídná a laskavá. Dávej pozor na to, co říkáš. Ať v tvém vyjadřování ani v tých gestech není žádná tvrdost a nevlídnost...

Pokud budeš každý den hledět na Ježíše a učit se od něj, projevíš šlechetný a vyvážený charakter. Buď přívětivější a nevyřkni jediné slovo odsouzení. Uč se od velkého Mistra. Vlídna slova plná soucitu a pochopení budou lékem pro ty, co prožívají zoufalství a beznaděj. Boží slovo prožívané v praktickém životě bude působit uzdravující a uklidňující mocí. Nevlídná a ostrá slova nikdy nepřinesou požehnání tobě ani nikomu jinému.“ (GW 163.164)

Otázky k rozhovoru

- 1. Kdy ses naposledy přistihl při tom, že jsi někoho pomlouval? Možná ne aktivně, ale tím, že jsi dopřál sluchu pomlouvám a klepům. Proč je to v jistém smyslu stejně špatné jako samotná pomluva? Jak zastavit jednání, kterým může být druhým velmi ublíženo?*
- 2. Mnohdy je pro nás těžké odpustit, zvláště když nám někdo velmi ublížil. Jak se naučit odpouštět těm, kteří o to neprosili, kteří nemají zájem o tvé odpuštění a možná jím dokonce pohrdají? Co je tvojí povinností v takovém případě?*
- 3. Verbální a fyzické týrání v rodinách je něčím, co působí jednotlivcům i skupinám hodně bolesti. Jaký by měl být křesťanský postoj k domácímu násilí? Co dělat, když odpuštění nepřináší žádnou změnu v chování?*
- 4. Zamyslete se nad svým životem. Jaké kroky můžete podniknout, aby se zlepšily vaše vztahy? Proč jsou pokora, důvěra v Boha a touha dělat to, co je správné, v tomto procesu tak důležité?*

VINA

Texty na tento týden:

Gn 3,8–13; 1J 1,9; Ž 32; 1Tm 4,1.2; Mt 26,75; Ř 8,1

Základní verš

Budeš-li mít, Hospodine, na zřeteli nepravosti, kdo obstojí, Panovníku? Ale u tebe je odpuštění; tak vzbuzuješ bázeň. (Ž 130,3.4)

Vědomí viny patří mezi nejbolestivější emocionální stavy. V člověku vyvolává nejen nesmírný pocit bezmoci a neschopnosti, ale také stud, strach, lítost, hněv, úzkost, ba až fyzickou nemoc. I když je to velmi nepříjemné, Bůh může využít tyto pocity k tomu, aby hříšníka přivedl k pokání a ke kříži. U něj může nalézt odpuštění, po kterém tak velmi touží. Jsou případy, kdy se člověk cítí vinen za něco, za co zodpovědný není. Může jít například o lidi, kteří přežili autonehodu, nebo děti po rozvodu rodičů.

Oprávněné vědomí viny způsobuje, že člověk cítí neklid, který ho nutí něco s tím udělat. V závislosti na osobní volbě může být destruktivní, jako v případě Jidáše, nebo pozitivní, jako v případě Petra.

V tomto úkolu budeme studovat čtyři biblické záznamy o vině, abychom lépe pochopili tento proces a něco se z něho naučili. Uvidíme, že vědomí viny může Pán Bůh použít pro naše dobro. Mnohé závisí na našem postoji vůči vině a na tom, co se s tím rozhodneme udělat.

Vina, stud a strach

Tu uslyšeli hlas Hospodina Boha procházejícího se po zahradě za denního vánku. I ukryli se člověk a jeho žena před Hospodínem Bohem uprostřed stromů v zahradě. Hospodin Bůh zavolal na člověka: „Kde jsi?“ On odpověděl: „Uslyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se.“ Bůh mu řekl: „Kdo ti pověděl, že jsi nahý? Nejedl jsi z toho stromu, z něhož jsem ti zakázal jíst?“ Člověk odpověděl: „Žena, kterou jsi mi dal, aby při mně stála, ta mi dala z toho stromu a já jsem jedl.“ Proto řekl Hospodin Bůh ženě: „Cos to učinila?“ Žena odpověděla: „Had mě podvedl a já jsem jedla.“ (Gn 3,8–13)

Pocit viny byl zřejmě první negativní emoci, kterou lidé pocítili. Jen co Adam a Eva zhřešili, jejich chování se změnilo. „I ukryli se člověk a jeho žena před Hospodínem Bohem uprostřed stromů v zahradě“ (v. 8). Touto neobvyklou reakcí vyjádřili strach ze svého Otce a Přítele. Styděli se podívat se mu do očí. Dokud nepadli do hříchu, těšili se z Boží přítomnosti. Nyní se však skryli, když slyšeli, že se blíží. Nádherné pouto bylo přerušeno. Kromě strachu a studu cítili i zármutek, když si uvědomili strašné následky neposlušnosti vůči Bohu.

Všimněte si, co Adam a Eva řekli: „Žena, kterou jsi mi dal...“ a „Had mě podvedl...“ Vina vyvolává zdánlivě automatickou reakci – člověk začne obviňovat někoho jiného nebo omlouvat své vlastní chování. Sigmund Freud, zakladatel psychoanalýzy, nazval toto jednání „projekce“. Podle něj lidé promítají svou vinu na druhé nebo na okolnosti, aby si usnadnili břemeno viny. Tato „projekce“ se považuje za obranný mechanismus. Toto obviňování druhých však ničí mezilidské vztahy a znemožňuje Boží odpuštění. Správné řešení spočívá v přijetí plné odpovědnosti za své jednání a v hledání Toho, který jediný nás může osvobodit od viny. „Nyní však není žádného odsouzení pro ty, kteří jsou v Kristu Ježíši“ (Ř 8,1).

Někdy lidé trpí a cítí vinu neprávem. Blízcí příbuzní těch, co spáchali sebevraždu, lidé, kteří přežili vážnou autonehodu nebo neštěstí, a děti nedávno rozvedených rodičů jsou typickými příklady těch, kdo často prožívají neopodstatněný pocit viny. V takových situacích lidé potřebují, aby je někdo ujistil o tom, že nenesou odpovědnost za rozhodnutí či jednání druhých ani za nepředvídatelné události. Pokud v některých případech nesou nějakou vinu, musí za své jednání převzít zodpovědnost, prosit o odpuštění ty, kterým ublížili, a pak se pevně držet biblických zaslíbení. Jak vzácná jsou v těchto chvílích Boží slova: „Jak je vzdálen východ od západu, tak od nás vzdaluje naše nevěrnosti“ (Ž 103,12).

Osobní studium

Jak se stavíš k obviněním? Je ti bližší reakce Adama, Heroda a farizeů, nebo reakce obyvatel Ninive, Davida či Petra? Kdy se ti naposledy stalo, že jsi vinu za své špatné jednání svalil na někoho jiného? Kdy naposledy svalil někdo vinu na tebe? Jak by se měly takové problémy řešit?

Aplikace

Soužení Josefových bratrů

A řekli si navzájem: „Jistě jsme se provinili proti svému bratru; viděli jsme jeho tíseň, když nás prosil o smilování, ale nevyslyšeli jsme ho. Proto jsme přišli do tísně teď my.“ Rúben jim odpověděl: „Cožpak jsem vám neříkal, abyste se na tom hochovi neprohřešovali? Neposlechli jste, a teď jsme voláni za jeho krev k odpovědnosti.“ (Gn 42,21.22)
„Já jsem Josef!“ řekl Josef svým bratrům. „Žije ještě můj otec?“ Bratři oněměli hrůzou, jak se ho lekli. (Gn 45,3 – B21)

Osobní studium

V mysli Josefových bratrů přetrvávaly výčitky svědomí a špatné vzpomínky. Pocity viny byly u nich spojeny s konkrétní událostí v minulosti. Často vinu prožíváme podobně. Někdy se nám vrací jako nějaký obraz nebo krátká příhoda, kterou si člověk v hlavě stále znovu promítá. Jindy se připomene v bleskové vzpomínce, která člověku proletí myslí nebo se zjeví ve snu. Jákobovi synové museli mít stále před očima obraz mladého Josefa, jak je prosí o smilování.

Lidi s pocitem viny neustále pronásledují vlastní vzpomínky a myšlenky. Nařikají nad tím, co udělali, mají strach z důsledků a obviňují se. Minulost v nich vyvolává úzkost, neklid a zklamání. Zlobí se sami na sebe za to, co udělali nebo neudělali. Minulost však nezměníme. To, co potřebujeme, je pokání a odpuštění. V uvedeném příběhu poznáváme Josefův ušlechtilý charakter. Svým bratrům nabízí odpuštění. Povzbuzuje je, aby se kvůli svému jednání přestali trápit. Ujišťuje je, že vše se dělo podle Božího záměru pro záchranu mnoha životů. To, že Bůh dokázal využít jejich špatný skutek k dobru, však nic nemění na tom, že se dopustili strašného zločinu.

Hříchy působí bolest nejen hříšníkovi, ale i Bohu. Mnohé hříchy se týkají i jiných lidí. V trojúhelníku „Bůh – druzí – já“ musí být všechny strany v rovnováze, pokud se chceme vymanit ze svých provinění. Cesta k odpuštění je někdy dlouhá a bolestná, ale určitě stojí za to po ní projít.

Aplikace

Pokorné vyznání je jedinou cestou, jak se zbavit viny. „Tvé hříchy se před tebou mohou tyčit jako hory. Jestliže se však pokoříš, vyznáš je a spolehneš se na zásluhy ukřížovaného a vzkříšeného Spasitele, Bůh ti odpustí a očistí tě od veškeré nespravedlnosti. (...) Nechej se naplnit silnou touhou po jeho spravedlnosti. Boží slovo říká, že tato spravedlnost ‚vytvoří pokoj‘ a ‚zajistí klid a bezpečí navěky‘ (1z 32,17).“ (PNL 326; AA 566) Co potřebuješ vyznat, abys okusil toto zaslíbení?

Když člověk chřadne a síla vysychá

Blaze tomu, z něhož je nevěrnost snata, jehož hřích je přikryt. Blaze člověku, jemuž Hospodin nepravost nepočítá, v jehož duchu není záludnosti. Mlčel jsem a moje kosti chřadly, celé dny jsem pronášel. Ve dne v noci na mě těžce ležela tvá ruka, vysychal mě morek jako v letním žáru. Svůj hřích jsem před tebou přiznal, svoji nepravost jsem nezakrýval, řekl jsem: „Vyznám se Hospodinu ze své nevěrnosti.“ A ty jsi ze mne sňal nepravost, hřích můj. (Ž 32,1–5)

Co nás tento žalm učí o vině a vyznání? Co měl David na mysli, když řekl, že „mlčel“? Co se stane, když člověk zůstane mlčet? Jak David vyřešil tento svůj problém?

Osobní studium

Upřímné vyznání je dobré pro duši a zřejmě i pro tělo. Davidova slova jasně naznačují, že vědomí viny mu působilo fyzickou bolest – „chřadly jeho kosti“ (v. 3) a měl pocit, že v něm vysychá všechna síla (v. 4). Odborníci v oblasti zdraví dnes vědí, že mezi psychickým stresem a nemocemi těla je velmi úzký vztah. Fyzické symptomy vyvolané psychickými procesy nazýváme „psychosomatickými onemocněními“. V oblasti psychoneuroimunologie věda nedávno zjistila, že duševní stav hraje klíčovou roli v prevenci i náchylnosti našeho těla k různým nemocem.

Vina, podobně jako jakákoli jiná silná negativní emoce, způsobuje náhlé zhoršení chování a dlouhodobě oslabuje fyzické zdraví. Ti, co znají Pána Boha, se takovému riziku vystavovat nemusí. David je příkladem toho, že mlčení ránu hříchu nezhojí. Až komunikace s Bohem a vyznání viny přináší uzdravení (v. 5).

Hanba, výčitky svědomí, smutek a beznaděj způsobené vinou mohou vymizet díky Božímu úžasnému odpuštění. Tyto bolestné vnitřní stavy pak vystřídá radost a štěstí (Ž 32,11).

Přečti si 1Tm 4,1.2. Co znamená, že „pokrytci, lháři mají vypálen cejch na vlastním svědomí“?

Pavel upozorňuje Timotea na jednotlivce, kteří budou učit věřící podivné nauky. Budou to dělat proto, že jejich „svědomí má na sobě vypálen cejch“ (v. 2). Jako když oheň popálí nervová zakončení, v důsledku čehož se určitá část těla stane necitlivá, tak se i svědomí může stát necitlivé v důsledku (a) opakovaného přestupování správných principů, až člověk ztratí smysl rozpoznat zlo, (b) silných vlivů prostředí, které způsobí, že člověk bude vůči zlu lhostejný nebo ho bude dokonce považovat za dobro.

Ve vztahu k naší vině máme dvě možnosti: Bud' se jí pokusíme zbavit tak, že na ni „zapomeneme“ (že ji „zamlčíme“), nebo ji vyznáme Bohu a lidem, kterým jsme ublížili, a tím získáme jistotu, že je nám odpuštěno. Jaký je v tom rozdíl? Jak mohu vědět, že mé svědomí je stále citlivé na hřích?

Aplikace

Hořký pláč

Tu se Petr rozpomněl na slova, která mu Ježíš řekl: „Dříve než kohout zakokrhá, třikrát mě zapřeš.“ Vyšel ven a hořce se rozplakal. (Mt 26,75)

Osobní studium

V Mt 26,75 čteme o jednom z největších projevů viny. Dvakrát Petr prohlásil, že svého Mistra nikdy nezapře. Podruhé to bylo dokonce poté, co Ježíš předpověděl, že ho v noci třikrát zapře. O několik hodin později ho dvě ženy označily za Ježíšova učedníka a on to pokaždé popřel. Pak ho poznala skupina veleknězových služebníků. Petr však prohlásil: Nejsem jeden z jeho učedníků (J 18,25). Všimněte si, že žalobci (obyčejní lidé, ženy, služebníci) patřili do nízké společenské třídy. To jen zvětšovalo Petrovu pozdější hanbu a vědomí viny.

Rozhodující je však to, že když si uvědomil svůj skutek, vedlo ho to nejen k zoufalému pláči, ale především k pokání, ke změně srdce a opravdovému obrácení. Došel k bolestivému, ale velmi potřebnému poznání. I pro nás je důležité, abychom se viděli takoví, jací ve skutečnosti jsme. Potřebujeme prohlédnout ten mnohdy falešný obraz, jaký jsme si o sobě utvořili, a přiznat si, jaké zrady jsme schopni – a pak stejně zlomeni jako Petr padnout před Pána. Dobrou zprávou je, že Bůh nás nenechává v zoufalství nad vlastní bídou, ale pozvedá nás z prachu a před celým vesmírem se k nám přiznává jako náš Otec.

„S pláčem Petr odchází do samoty Getsemanské zahrady. Pokleká na místě, kde předtím viděl ležet tvář k zemi svého Spasitele, když prožíval taková muka, až se potil krví. Výčitky svědomí doprovázejí vzpomínky na tu noc, kdy spal, zatímco Ježíš se úpěnlivě modlil ke svému Otci. Jeho pyšné srdce se láme a kající slzy svažují trávu, na kterou jen nedávno dopadly krvavé krůpěje potu drahého Božího Syna. Ze zahrady odchází jiný, obrácený člověk. Je připraven soucítit s pokoušenými. Je pokorný a dokáže mít pochopení se slabými a bloudícími.“ (3T 416)

První polovina knihy Skutků je přesvědčivým svědectvím o Petrově změně. Jeho kázání, způsob vedení a zázračné činy byly pozoruhodné a vedly ke spasení mnohých. Svým dílem významně přispěl k založení církve jako Kristova těla. Bylo pro něj ctí zemřít stejným způsobem, jakým zemřel jeho Mistr (J 21,18).

Aplikace

Čemu tě naučily tvé vlastní pády a selhání? Jaký postoj máš k lidem, kteří podléhají pokušení? Jak se naučit sloužit druhým v jejich těžkostech, i když sami můžeme právě prožívat nějaké trápení?

Úplné odpuštění

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)

Nyní však není žádného odsouzení pro ty, kteří jsou v Kristu Ježíši, neboť zákon Ducha, který vede k životu v Kristu Ježíši, osvobodil tě od zákona hříchu a smrti. (Ř 8,1,2)

Říkáme-li, že jsme bez hříchu, klameme sami sebe a pravda v nás není. Jestliže vyznáváme své hříchy, on je tak věrný a spravedlivý, že nám hříchy odpouští a očisťuje nás od každé nepravosti. (1J 1,8,9)

Boží odpuštění je tak hluboké, že není možné je zcela pochopit. Ani to nejupřímnější lidské odpuštění nemůžeme srovnávat s Božím odpuštěním. Bůh je dokonalý, my jsme nedokonalí. Díky tomu, co pro nás Bůh učinil prostřednictvím Ježíše Krista, můžeme všichni získat plné a dokonalé odpuštění, jestliže v plné víře a podřízením Bohu prosíme o splnění tohoto zaslíbení.

Bible používá obrazy ze známého prostředí, aby nám pomohla pochopit význam složitých pojmů. Sníh a vlna jsou dobrými příklady bělosti (Iz 1,18), mořské hlubiny patří mezi nejhlubší místa (Mi 7,19), jaká si umíme představit, a nic nemůže být zeměpisně od sebe více vzdáleno než východ od západu (Ž 103,12). A přece tato přirovnání plně nevystihují Boží odpuštění.

V anglickém městě Elstow je klášter, v němž je z barevného skla vytvořena vitráž znázorňující příběh z knihy Cesta poutníka od Johna Bunyana. Hlavní postavou je křesťan přicházející ke kříži. Z jeho ramen padá těžké břemeno vin. Jeho duši to přináší nevýslovnou úlevu. Křesťan říká: „Od té doby jsem ho víc neviděl.“ Břemeno bylo pryč. Bolest, strach, úzkost a hanba navždy zmizely. Naše nedokonalost, sobectví a narušené vztahy způsobují, že jen velmi těžko dokážeme pochopit dokonalé a úplné Boží odpuštění. Jediný způsob je přijmout je vírou a modlit se: „Pane, pokorně ti vyznávám své hříchy a přijímám tvé odpuštění a očisťování. Amen.“

Osobní studium

Jak si můžeme být jisti, že jsou nám naše hříchy odpuštěny, jestliže to necítíme? Jaké důvody k tomu máme navzdory svým pocitům?

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„Když se hřích snaží získat vládu nad srdcem člověka, když vina trápí nitro a břemeno svědomí, když nevíra zatemňuje mysl, kdo vnese paprsek světla? Či milost dokáže přemoci hřích? Kdo nabídne vzácné odpuštění a zbaví nás všech našich hříchů? Kdo vyžene temnotu a pomůže nám doufat a radovat se v Bohu? Jedině Ježíš, náš Spasitel, nám může odpustit naše hříchy. On je naším Obhájcem na nebeském soudu. Ti, jejichž životy jsou skryté s Kristem v Bohu, musí vstát a zářit, protože sláva Páně je nad nimi.“ (E. G. Whiteová, Bible Training School, květen 1915)

„Pokud ses provinil vůči svému příteli nebo bližnímu, máš uznat svůj omyl. Jeho povinností je odpustit ti. Pak máš prosit o odpuštění Pána Boha, protože bratr, kterému jsi ublížil, je Božím vlastnictvím. Když jsi ublížil jemu, dopustil ses hříchu vůči jeho Stvořiteli.“ (E. G. Whiteová, The Faith I Live By, s. 128)

Otázky k rozhovoru

- 1. Paní Mao, manželka bývalého představitele Komunistické strany Číny Mao Ce-Tunga, žila v neustálém strachu a vědomí viny, protože se dopustila mnoha špatností. Byla natolik paranoidní a tak velmi ji trápilo vědomí viny, že jakýkoli náhlý hluk nebo nečekaný zvuk ji děsil a vyvolával v ní záchvat zuřivosti. Došlo to tak daleko, že její služebnictvo muselo odhánět ptáky z její zahrady, aby neslyšela jejich zpěv. I když jde skutečně o extrémní případ, co vypovídá o moci viny, která je schopna zničit náš život?*
- 2. Jakou radu bys dal člověku, který zápasí s vědomím viny kvůli hříchům, jichž se v minulosti dopustil, a prosí, aby ho Kristus přijal, a přece se nemůže zbavit výčitek? Jak bys mu pomohl?*
- 3. V části na čtvrtke jsme četli o různých obrazech, kterými Bible popisuje Boží odpuštění. Vymyslete ve vaší skupince nějaké metafory ze současnosti, které by vystihovaly hloubku odpuštění, jež v Ježíši nacházejí ti, co ho přijmou.*
- 4. Mohla by existovat vina ve světě, kde by neexistoval Bůh?*
- 5. Bůh může použít vinu k tomu, aby nás přivedl k víře a pokání. Může mít vědomí viny i nějaký jiný „užitek“? Pokud ano, co by to mohlo být?*

POZITIVNÍ MYŠLENÍ

Texty na tento týden:

Mk 7,21–23; L 6,45; Sk 14,2; 15,24; Ž 19,15; Ko 3,1–17

Základní verš

Konečně, bratří, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu. (Fp 4,8)

Jednou z nejlepších současných terapií na mnohé duševní poruchy je kognitivně-behaviorální terapie. Vychází z předpokladu, že u většiny psychických problémů dojde ke zlepšení tím, že se identifikují a změní chybné a porušené představy, myšlenky a chování. Lidé trpící depresemi mají sklon vysvětlovat si všechna fakta ve svůj neprospěch. Úzkostní lidé zas mají tendenci hledět do budoucnosti s obavami a ti, kdo mají nízké vědomí vlastní hodnoty, přeceňují úspěchy druhých a podceňují své vlastní. Kognitivně-behaviorální terapie učí lidi rozpoznat a změnit nezdravé zvyky v myšlení, což se pak pozitivně odrazí v jejich chování.

Bible hovoří o těsném spojení myšlenky a činu (L 6,45). Pozitivní myšlení je nejen zdravé, ale pomáhá také člověku být čestným a poctivým. „Což nebloudí ti, kdo osnují zlé věci? Kdežto milosrdenství a věrnost provází ty, kdo chystají dobro“ (Př 14,22).

V tomto úkolu se zamyslíme nad některými biblickými pravdami, které nám mohou pomoci získat kontrolu nad naší duševní aktivitou tím, že dovolíme, aby Kristus vedl naši mysl.

Myšlenky – základ činů

Z nitra totiž, z lidského srdce, vycházejí zlé myšlenky, smilství, loupeže, vraždy, cizoložství, chamtivost, zlovolnost, lest, bezuzdnost, závistivý pohled, urážky, nadutost, opovážlivost. Všecko toto zlé vychází z nitra a znesvěcuje člověka. (Mk 7,21–23)

Dobrý člověk z dobrého pokladu svého srdce vydává dobré a zlý ze zlého vydává zlé. Jeho ústa mluví, čím srdce přetéká. (L 6,45)

Osobní studium

Je důležité hlídat si nejen své projevy, činy a slova, ale i své myšlenky. Lidé, kteří trpí poruchou impulzivního chování, se nedokážou vzepřít podnětu něco ukrást, někoho napadnout, hazardovat či riskovat. Odborníci zabývající se psychologickým zdravím vědí, že tomuto impulzu často předchází určitá myšlenka nebo sled myšlenek, které vyvolají nežádoucí chování. Pacienti se proto snaží rozpoznat tento „spouštěcí mechanismus“, zastavit ho a zaměstnat svou mysl něčím jiným. Takto získají kontrolu nad svými myšlenkami a vyhnou se jednání, ke kterému je jejich špatné myšlenky vedou.

Nesprávným činům často předcházejí konkrétní myšlenky. (Nejsou právě ony pokušením?) Povinností každého křesťana je naučit se s Boží pomocí rozpoznat první kroky tohoto procesu, protože špatné myšlenky, které pěstujeme, jsou stejným hříchem jako naše hříšné jednání.

Ti, kdo žijí podle vlastního chtění, mají své mysli naplněné hříšnými touhami. Ti však, kdo se dají vést Božím Duchem, mají své mysli naplněné touhami Ducha. Tělesné smýšlení přináší smrt, ale smýšlení vedené Božím Duchem přináší život a klid. Člověk, který myslí jen na sebe, žije v nepřátelství vůči Bohu; nechce se totiž – ba ani nemůže – podvolit jeho příkázáním. Je ovládán svou hříšnou přirozeností, a proto se Bohu nemůže líbit (Ř 8,5–8).

Pavel mluví o úzkém propojení mezi naší myslí a chováním. Duchem naplněná mysl usiluje o dobré skutky, ale hříchem ovládaná mysl vede člověka k hříchu. Nestáčí změnit chování či ukazovat světu lepší tvář. Musí dojít ke změně srdce a mysli. Naše jednání totiž vždy nakonec odhalí skutečný stav našeho srdce.

„Neustále si musíme uvědomovat zušlechťující moc čistých myšlenek a ničivý dopad špatných myšlenek. Přemýšlejme o svatých věcech. Naše myšlenky ať jsou čisté a pravdivé, protože jediným bezpečím pro každého člověka je správné myšlení.“ (E. G. Whiteová, *The Signs of the Times*, 23. srpna 1905)

Aplikace

Předpokládejme, že bys musel slovně vyjádřit myšlenky, které tě napadly během uplynulých 24 hodin. Co bys řekl? Byl bys v rozpacích? Uvědomil sis, jaké změny potřebuješ udělat?

Myšlenky jako zdroj strachu

Toto hnutí vyvolalo žárlivost a strach především u nejvyššího kněze a jeho přívrženců – saducejů. Ti totiž učili, že se žádné zázraky – a natož vzkříšení z mrtvých – nedějí. Dali proto apoštoly zatknout a uvěznit... (Sk 5,17,18)

My, apoštolové a starší, vaši bratři, posíláme pozdrav vám, svým bratřím v Antiochii, Sýrii a Kilikii, kteří jste dříve byli pohany. Dověděli jsme se, že vás někteří lidé od nás zneklidnili a zmátli svými slovy, ačkoliv jsme jim k tomu nedali žádný pokyn. Proto jsme se jednomyslně rozhodli, že zvolíme dva muže a pošleme je k vám s našimi milými bratry Barnabášem a Pavlem, kteří ve službě našeho Pána Ježíše Krista nasadili svůj život. (Sk 15,23–26)

Láska nezná strach; dokonalá láska strach zahání, vždyť strach působí muka, a kdo se bojí, nedošel dokonalosti v lásce. (1J 4,18)

Naše myšlenky mohou být zdrojem mnohého trápení. Psycholog Philip Zimbardo ve své knize *Psychologie a život* popisuje případ jedné mladé ženy, která byla hospitalizována kvůli strachu ze smrti. Očividně bylo vše v pořádku, ale lékaři ji radši vzali na noc do nemocnice na pozorování. Za několik hodin zemřela. Další policejní vyšetřování ukázalo, že před lety jí jasnovidec předpověděl smrt v den jejích 23. narozenin. Tato žena se stala obětí vlastního panického strachu den před svými 23. narozeninami. Lidé mohou vážně trpět v důsledku svých negativních myšlenek. Proto je třeba pěstovat „čisté“ myšlení. (Více v části na úterý.)

Je také velmi důležité pamatovat na to, že svým negativismem můžeme poškodit myšlení druhých. Slova jsou velmi mocný nástroj. Mohou buď stavět, nebo bořit. Ve slovech, která vyslovíme, je buď život, nebo smrt. Proto si musíme dávat velký pozor na myšlenky, pocity a názory, které ústně vyjádříme.

„Nemáte-li radostnou a veselou náladu, nemluvte o svých pocitech. Nevrhejte stín na život druhých. Chladné náboženství bez slunce nikdy nepřitáhne lidi ke Kristu. Naopak, zapudí je od něho do sítí, které satan rozprostírá pro zbloudilé. Nemyslete na své nesnáze. Myslete na sílu, kterou můžete získat v Kristově jménu. Uchopte se ve své obrazotvornosti neviditelných věcí. Upněte své myšlenky k důkazům velké lásky, kterou k vám má Bůh. Víra může obstát ve zkoušce, odolat pokušení a překonat zklamání.“ (ŽNP 264; MH 488)

Z čeho prožíváš strach ty? Komu ses se svými obavami a se svým strachem svěřil? Kdy jsi v druhých vyvolal strach, nejistotu nebo jsi snížil vědomí jejich hodnoty?

**Osobní
studium**

Aplikace

Čisté myšlení

Netrapte se žádnou starostí, ale v každé modlitbě a prosbě děkujte a předkládejte své žádosti Bohu. A pokoj Boží, převyšující každé pomýšlení, bude strážit vaše srdce i mysl v Kristu Ježíši. Konečně, bratří, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu. Čemu jste se u mne naučili, co jste přijali a uslyšeli i spatřili, to číňte. A Bůh pokoje bude s vámi. (Fp 4,6–9)

To už je, milovaní, druhý dopis, který vám píšu. Tímto napomináním chci probouzet vaše čisté smýšlení, abyste pamatovali na to, co předpověděli svatí proroci, i na to, co ustanovil Pán a Spasitel skrze vaše apoštoly. (2Pt 3,1,2)

Osobní studium

Připomínat si a opakovat si slova z Bible, přemýšlet nad nimi a rozjímat o nich je pro nás jedním z největších duchovních požehnání. Je to osvědčený způsob, jak pěstovat a rozvíjet to, co Petr nazývá „čistým myšlením“. Mnozí získali neocenitelné požehnání připomínáním si vzácných biblických textů. Když čelili obavám, pochybnosti, strachu, zklamání nebo pokušení, opakovali si v mysli biblická zaslíbení a prostřednictvím moci Ducha svatého získali klid a úlevu.

Dnešní generaci se nabízí mnoho jiných, lákavých a přitažlivých možností, jak trávit volný čas, a tak je ve velkém pokušení odložit Bibli stranou. Proto je nezbytné učinit závazné rozhodnutí, že budu každý den číst a rozjímat o Božím slově. Slova Písma jsou pevnou hradbou, která nás chrání před obrovským náporom nejružnějších rozptýlení, která přicházejí ze světa.

Modlitba nabízí další způsob, jak se odpoutat od sebe a svých problémů. Mnoho lidí se sice v modlitbě zaměřuje právě na těžkosti a hříchy, které předkládají Bohu, ale smysl modlitby je mnohem širší. K modlitbě patří oslava Boha, přemýšlení o jeho velikosti, milosti a o jeho lásce k nám. Modlitba je osvědčenou ochranou před hříšnými myšlenkami a v konečném důsledku i před hříšným jednáním.

Poselství Bible je jasné: Bohu záleží na tom, aby naše myšlenky byly čisté, protože naše myšlenky ovlivňují naše slova, jednání i celkovou pohodu. Bůh chce, abychom mysleli pozitivně, protože „čisté myšlení“ slouží k našemu dobru, ať už fyzickému, či psychickému. Dobrou zprávou je, že prostřednictvím rozjímaní nad Bibli, modlitby a Duchem inspirovaných rozhodnutí můžeme svou mysl a srdce zaměřit na věci, které povznesou a zuslechťí nejen nás, ale i druhé.

Aplikace

Ještě jednou si přečti uvedené biblické texty. Napiš seznam myšlenek, které ti přicházejí na mysl a jsou pravdivé, čestné, láskyplné atd. Co tvůj seznam obsahuje? Co mají tyto věci společného? Mluvte o svých seznamech ve třídě sobotní školy.

Myšlenky našeho srdce

Slova v mých ústech, v mém srdci myšlení kéž se ti, Hospodine, zalíbí – skálo má, můj Vykupiteli! (Ž 19,15 – B21)

Ty pak, můj synu Šalomoune, poznávej Boha svého otce a služ mu celým srdcem a ochotnou myslí. Hospodin zkoumá srdce všech, postřehne každý výtvar mysli. (1Pa 28,9)

Hospodin však Samuelovi řekl: „Nehleď na jeho vzhled ani na jeho vysokou postavu, neboť já jsem ho zamítl. Nejde o to, jak se dívá člověk. Člověk se dívá očima, Hospodin však hledí srdcem.“ (1S 16,7)

„Vždyť ty sám jediný znáš srdce všech lidských synů...“ (1Kr 8,39) Slovo „srdce“ se v Bibli často používá pro sídlo myšlenek a emocí (Mt 9,4). Jen Bůh má přístup do hloubky našeho ducha, zná naše skutečné záměry a naše skryté touhy. Před Stvořitelem nemůžeme ukrýt nic, dokonce ani naše náhodné myšlenky.

Je to přednost a velká výhoda, že Bůh zná naše myšlenky a pocity. Když lidem něco brání vyslovit slova modlitby, Bůh i tak ví, co potřebují. Lidé hledí na vnější vzhled a chování a na základě toho se snaží uhodnout, co si druhý myslí. Bůh však zná myšlenky tak, jak to nikdo z lidí nedokáže.

Satan a jeho andělé mohou jen pozorovat, poslouchat a hádat, co si myslíme. „Satan nemůže číst naše myšlenky, ale vidí naše jednání, slyší naše slova. Protože lidskou rodinu dobře zná, své pokušení přizpůsobuje slabým stránkám našeho charakteru a z toho těží.“ (E. G. Whiteová v RaH, 19. května 1891)

Při svém každodenním rozhodování nebo při přemýšlení nad druhými lidmi se vždy na chvíli zastav a vyšli k Bohu tichou modlitbou. Vychutnávej si důvěrný rozhovor, který můžeš vést se svým Bohem. Do tohoto rozhovoru není zasvěcen nikdo jiný v celém vesmíru. Pokud dovolíš Kristu vstoupit do tvého myšlenkového procesu, ochrání tě před pokušením a přinese ti duchovní požehnání. Takovéto chvíle ti pomohou prohloubit tvůj vztah s Bohem.

Osobní studium

Kdy se ti stalo, že ti, co neviděli do tvého srdce, nesprávně posoudili tvé úmysly? Jak ti dnešní uvážování pomohlo pochopit biblické napomenutí nesoudit druhé?

Aplikace

Pokoj Kristův v našich srdcích

Když jste byli vzkříšeni s Kristem, vztahujte se k nebeským výšinám, kde Kristus sedí po Boží pravici. Myslete na nebeské věci, ne na pozemské, vždyť jste zemřeli a váš život je s Kristem ukryt v Bohu... Umrtvěte proto své pozemské sklony – smilstvo, nečistotu, vášeň, zlé choutky a hlavně chamtivost (což je modlárství). (...) Proto se jako Boží vyvolení, svatí a milovaní oblečte niterným soucitem, laskavostí, pokorou, mírností a trpělivostí. Buďte mezi sebou snášliví, a má-li někdo k někomu výhrady, odpouštějte si navzájem. Tak jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy. Nadto vždy buďte oblečeni láskou, která je poutem dokonalosti. Ve vašich srdcích ať vládne Kristův pokoj – právě k němu jste byli povoláni v jednom těle. Buďte vděční. Slovo Kristovo ať ve vás přebývá v hojnosti. Navzájem se ve vši moudrosti vyučujte a napomínejte. S vděčností v srdci zpívejte Bohu žalmy, chvalo zpěvy a duchovní písně. (Ko 3,1–3.5.12–16)

Osobní studium

Tato část Písma nás přivádí k podstatě mravného a nemravného chování – k našemu myšlení. Poukazuje také na Ježíše Krista, který jediný nás může vést k dobru tím, že bude ovládat naše myšlenky (Ko 3,15). Všimněte si výrazů jako „odhodte to všechno“ (v. 8), „oblečte se“, „ať vládne pokoj Kristův“... Tyto obrazy naznačují, že zachovat se mravně je věc rozhodnutí a postoje, ne náhody. Nad hříchem můžeme zvítězit jen pod podmínkou, že naše srdce a mysl jsou směřovány k nebeským věcem. Kristus je zdrojem dobroty a síly. Jedině on může dát naši mysl pravý klid.

Svou mysl, jako podstatu naší existence, potřebujeme svěřit do Ježíšovy péče. To je pro budování našeho charakteru podstatné. Hříšné sklony a nevhodné prostředí kazí čistotu myšlení. Bůh nás však neopouští. Svoji pomoc a ochranu poskytuje každému, kdo po ní touží. „Pokud jsou naše myšlenky směřovány na Boha, on je bude řídit svou láskou a mocí“ (E. G. Whiteová, Mind, Character and Personality, sv. 2, s. 669).

Když člověk prožívá duchovní zápas, uvědomuje si, jak těžké je zbavit se některých škodlivých myšlenek. Nejsnáze se od nich odpoutá tak, že změní místo, činnost nebo vyhledá dobré společenství. To způsobí změnu, která ho přivede k modlitbě a dá mu jistotu.

Aplikace

Myšlení je záhadný proces, který probíhá v naší mysli a o němž víme jen velmi málo. Většinou jsme to však my sami, kdo rozhoduje, na co budeme myslet. Myšlenky můžeme sami měnit. Je třeba se jen rozhodnout, že na některé věci myslet nebudeme. V některých případech však může psychická nemoc ovlivnit tuto schopnost člověka a pak je odborná léčba velmi prospěšná. Jak jsi na tom se svými myšlenkami? Co uděláš, když tě v budoucnu napadnou špatné myšlenky?

Podněty k zamyšlení

„Vzácnější než zlato z Ofiru je moc správného myšlení. Potřebujeme si uvědomit, jak nesmírně důležité je správné ovládání našich myšlenek. (...) Každá nečistá myšlenka poskvřňuje duši, oslabuje morální citění a znesnadňuje působení Ducha svatého. Zastírá duchovní vidění, aby lidé neviděli Pána Boha. Bůh sice kajícímu hříšníkovi odpouští, avšak jeho duše zůstává zjizvena. Každý, kdo chce jasně rozoznat duchovní pravdu, musí se vyhýbat všem nečistým slovům a myšlenkám. (...) Všechno, co nám dal Bůh k dispozici, máme použít k tomu, abychom ovládali a zušlechťovali své myšlenky. Svou mysl máme uvést do souladu s Kristovou myslí. Jeho pravda posvěti naše tělo, duši i ducha a my budeme schopni zvítězit nad pokušením.“ (E. G. Whiteová v ST 23. srpna 1905)

Otázky k rozhovoru

- 1. Porovnejte ve třídě seznamy, které jste měli napsat v části na úterý. Co se z toho můžete naučit?*
- 2. Zamyslete se nad těmito slovy: „Zbraně našeho boje nejsou tělesné, ale od Boha mají sílu k boření hradeb. Jimi boříme výmysly i každou nadutost, která se staví proti poznání Boha. Jimi podmaňujeme každou myšlenku k poslušnosti Kristu“ (2K 10,4.5). Jak jim rozumíte?*
- 3. Jak působí na naši mysl internet, televizní program, reklama a podobně? Je podle vaší zkušenosti naše myšlení ovlivněno tím, na co se díváme a co posloucháme? Porovnejte své odpovědi.*
- 4. Jakým způsobem naše jednání často i podvědomě odhaluje, o čem přemýšlíme? Jak řeč těla prozrazuje, co je v našem nitru?*
- 5. Jakou radu byste dali člověku, který zápasí s prchlivostí? Jaké biblické zaslíbení byste mu přečetli? Proč je důležité připomenout mu i zaslíbení o odpuštění a přijetí v Ježíši? Jak mu můžete pomoci, aby se nevzdal a nepodlehл zoufalství v domněnku, že pokud nedosáhl vytouženého vítězství, jeho vztah s Bohem není dostačující? Jak mu můžete pomoci, aby se nikdy nevzdával zaslíbení o odpuštění – bez ohledu na to, jak nehodně se cítí?*
- 6. Dáváte si pozor na svá slova, která odrážejí vaše myšlenky? Jak se můžete přesvědčit o tom, že vaše slova slouží vždy k dobru a ne ke zlu?*

NADĚJE PROTI DEPRESI

Texty na tento týden:

Ž 42; 31,10; 39,2-7; 32,1-5; 1J 1,9; Mi 7,1-7; Zj 21,2-4

Základní verš

Hospodin je blízko těm, kdo jsou zkruseni v srdci, zachraňuje lidi, jejichž duch je zdeptán. (Ž 34,19)

Depresi (nebo i sklíčenost či stísněnost) lidstvo zná od pádu do hříchu. Člověk se přitom může dostat až do bodu, kdy upadne do takové malomyslnosti, že se stane neschopným normálně žít (sociální dysfunkce). Symptomy, které bychom dnes diagnostikovali jako depresi, pozorujeme u mnoha biblických postav.

Jedním z příznaků deprese je beznaděj. Biblické poselství naděje nám nabízí tolik ve srovnání se světem, který nabízí tak málo. Přesto každý z nás bývá občas vinou různých okolností skleslý a sklíčený. Proto není divu, že Boží slovo je plné zaslíbení, která lidem – ať už se nacházejí v jakékoli situaci – dávají víru v lepší budoucnost – pokud ne na tomto světě, pak určitě v tom příštím.

Deprese může mít různý původ a různé projevy. V případě těžké nebo dlouhotrvající deprese je důležité vyhledat odbornou pomoc. Pán Bůh jedná i prostřednictvím odborníků, aby pomohl těm, kteří potřebují zvláštní péči. Pokud jste fyzicky nemocní, vyhledáte odbornou lékařskou pomoc – bez ohledu na to, jaký máte vztah s Bohem. Totéž platí pro ty, kteří trpí těžkou klinickou depresí. Ta může být zapříčiněna genetickou predispozicí nebo chemickou nerovnováhou v mozku. Je důležité překonat strach či předsudky, případně uposlechnout rady blízkých a vyhledat pomoc.

Zraněná duše

Jako laň dychtí po bystré vodě, tak dychtí duše má po tobě, Bože! Po Bohu žízním, po živém Bohu. Kdy se smím ukázat před Boží tváří? Slzy jsou chléb můj ve dne i v noci, když se mne každý den ptají: „Kde je tvůj Bůh?“ Vzpomínám na to a duši vylévám v sobě, jak jsem se v čele zástupu brávil k Božímu domu, jak zvučně plesal a vzdával chválu hlučící dav, když slavil svátek. Proč se tak trpce rmoutíš, má duše, proč ve mně úzkostně sténáš? Na Boha čekej, opět mu budu vzdávat chválu, jen jemu, své spáse. (Ž 42,2–6)

Kvůli nespravedlivému pronásledování – ať už ze strany Saula, nebo nepřátel Izraele – David často trpěl střídáním nálad. Navíc v něm přestoupení Božích příkázání vyvolalo hluboké vědomí viny (Ž 51,4). A vinu často doprovází deprese.

Když člověk vidí sebe sama v negativním světle („jsem hlupák, neschopný břídil“), když na svět hledí pesimisticky („štěstí se ke mně vždy obrací zády“) a do budoucna se dívá bez naděje („nikdy to nebude lepší“), šance podlehnout depresi je vysoká. Takový postoj se nazývá „katastrofické myšlení“.

Křesťané se mohou rozhodnout a věci interpretovat jinak – způsobem, který stejnou měrou zohledňuje i Boží plány a jejich poselství.

Uvažujte o následujících možnostech:

Za koho se považuješ? Byl jsi stvořen k Božímu obrazu, abys vládl nad stvořením (Gn 1,26,27). Ještě pořád nosíš Boží rysy, i když poznamenané hříchem. Ježíš Kristus tě prostřednictvím své oběti zachránil od věčné smrti a udělil ti výsady – jsi vyvolený lid, královské kněžstvo, národ svatý (1Pt 2,9). V Božích očích máš nekonečnou cenu.

Svět. Je pravda, že svět je zkažený a plný zla. Ale existuje i mnoho pěkných, vznešených a nádherných věcí (Fp 4,8), o kterých můžeme přemýšlet. Navíc, křesťané mohou pochopit existenci zla, aniž by je to přivedlo do zoufalství, protože znají svůj původ a konečný úděl.

Budoucnost. Jak nádherná budoucnost je zajištěna pro Boží děti! Bible je plná zaslíbení a ujištění o spasení (Ž 37,39).

Osobní studium

Smutek není hříchem. Vzpomínáte si, jak často byl Ježíš smutný? Nesmíme se cítit vinni za to, že jsme někdy smutní, sklíčení a zmalomyslnění. V některých případech máme dokonce důvod být zranění. Jak ti mohou pomoci uvedené biblické pravdy vyrovnat se s problémy, které možná právě teď prožíváš?

Aplikace

Důsledky sklíčenosti

Jako rorejs a jeřáb, tak sípám, kvílím jako holubice, zemdlely mé oči upírající se na výšinu. Panovníku, jsem v tísní, zasad' se o mne! (Iz 38,14)

Osobní studium

Uvedený biblický popis Chizkijášova nářku nás nenechává na pochybách, že prožíval silnou bolest. Existují kulturní rozdíly v tom, jak lidé projevují emocionální utrpení. Někde lidé trpí mlčky, vyhýbají se nápadným a viditelným stížnostem. Jiní (jako např. Chizkijáš) nad svým žalem nařkávají a bědují. Svoji roli hrají i osobnostní rozdíly – někteří lidé přijímají smrt mnohem klidněji než ostatní.

Symptomy deprese můžeme běžně pozorovat u jedinců s vleklou nebo nevyléčitelnou chorobou. Chizkijáš trpěl smrtelnou nemocí. Upadl do deprese, jak to pozorujeme při čtení 38. kapitoly knihy proroka Izajáše. Symptomy deprese jsou tak bolestivé a nepříjemné, že mnozí se pokoušejí spáchat sebevraždu, jen aby ukončili tuto hroznou trýzeň. Více než 10% klinicky depresivních pacientů skutečně končí život sebevraždou. Z toho jasně vyplývá, že deprese je vážná věc, proto si i její léčba zaslouží odborný přístup.

O jakých příznacích čteme v následujících verších?

Ž 31,10.11 _____

Ž 77,4.5 _____

Ž 102,4–6 _____

1Kr 19,4 _____

Deprese má tyto symptomy:

- hluboký smutek (žal)
- nedostatek motivace dělat cokoli, dokonce ani příjemné aktivity
- změna chuti; člověk buď hubne, nebo přibírá
- poruchy spánku; člověk spí buď málo, nebo příliš mnoho
- nízké vědomí vlastní hodnoty
- zpomalené myšlení a paměť
- myšlenky na smrt a sebevraždu

Někteří lidé pociťují pouze jeden nebo dva symptomy, zatímco jiní několik a trpí celé měsíce, dokud tento stav nepomine. V žádném případě bychom lidem trpícím vážnou formou deprese neměli jejich stav vyčítat, napomínat je nebo necitlivě vyzývat, aby se vzpamatovali. Tíha deprese je velmi velká a musí se zmírnit lékařskou a duchovní pomocí.

Aplikace

Všichni prožíváme smutek a sklíčenost. Každý v jiné formě, v jiné míře, z jiného důvodu a v jiném čase. Co tě dokáže zmalomyslnět a proč? Vzpomeň si, jak tě Bůh v minulosti vedl. Jakou naději a povzbuzení z toho můžeš čerpat? Proč je důležité udržet si tyto vzpomínky v paměti?

Úleva od deprese

*Řekl jsem si: Budu dbát na svoje cesty, abych se jazykem neprohřešil. Budu dr-
žet na uzdě svá ústa, dokud budu před sebou mít svévolníka. Byl jsem zticha,
mlčel jsem jak němý, ale nic se nezlepšilo, má bolest se rozjitřila. Srdce páli-
lo mě v hrudi... Promluvil jsem svým jazykem takto: Hospodine, dej mi poznat,
kdy přijde můj konec a kolik dnů je mi vyměřeno, ať vím, kdy ze světa sejdu.
Hle, jen na píd' odměřils mi dnů a jako nic je před tebou můj věk. Člověk je jen
vánek pouhý, i kdyby stál pevně. Každý žitím putuje jak přelud, hluku nadělá,
ten vánek pouhý, kupí majetek a neví, kdo to shrábne. (Ž 39,2–7)
A já volám k Bohu, Hospodin mě spasí. Večer, zrána, za poledne lkám
a sténám. – Vyslyšel můj hlas! (Ž 55,17.18)*

*Co se stalo, že David přestal mluvit? Co bylo příčinou toho, že promluvil? Jaký
to mělo důsledek?*

Osobní
studium

Jako při většině emocionálních poruch, i při depresi je nutné, aby trpící mlu-
vil o svých zápasech. Už to, že začne mluvit, může spustit proces uzdravení. Přijít
k Bohu ve vroucí a upřímné modlitbě je jedním ze způsobů, jak se zbavit napětí
a psychické bolesti. Často je třeba více, ale toto může být dobrý začátek.

Základní metoda při zvládání deprese spočívá v rozhovoru s přítelem (nebo tera-
peutem), který umí naslouchat. Je dobré, pokud tento člověk umí rozeznat, kdy je
třeba použít silnější léčebné prostředky. Vyjádřit myšlenky a pocity přináší uzdra-
vující účinek. Církevní společenství představuje výborné prostředí pro pomoc sklí-
čeným, často je to však nedostačující – zejména když je nutná odborná péče. Přesto
pro každého, kdo prožívá různé těžkosti a kdo se cítí sklíčený nebo dokonce trpí
depresi, je důležité, aby měl člověka, kterému důvěřuje a s nímž si může popoví-
dat. Někdy může právě osobní rozhovor výrazně pomoci, aby se dotyčný cítil lépe.

S terapeutem se možná budete moci setkávat jednou za týden nebo za měsíc,
ale podobně jako David – který se naučil, jak získat pomoc v kteroukoli hodinu
sedm dní v týdnu – můžeme i my přijít k Bohu kdykoliv. David věděl, že Pán Bůh
slyší jeho hlas a že ho povzbudí.

Dokonce i nekřesťanští psychologové doporučují, aby se klienti, kteří jsou vě-
řící, modlili. I když možná zrovna netrpíme klinickou depresí, každý z nás ví, jak
modlitba dokáže ulevit naší duši. Ať už jsme kýmkoli, ať prožíváme sebehlubší
sklíčenost, vztah s Bohem přináší naději, povzbuzení a uzdravení.

*E. G. Whiteová napsala, že modlit se znamená „otevřít srdce Bohu jako pří-
teli“ (4T 533). I když modlitba ne vždy vyřeší všechny naše problémy, jak
nám pomáhá vyrovnat se s nimi?*

Aplikace

Potřeba odpuštění

Blaze tomu, z něhož je nevěrnost snata, jehož hřích je přikryt. Blaze člověku, jemuž Hospodin nepravost nepočítá, v jehož duchu není zálužnosti. Mlčel jsem a moje kosti chřadly, celé dny jsem pronáškal. Ve dne v noci na mně těžce ležela tvá ruka, vysýchal mně morek jako v letním žáru. Svůj hřích jsem před tebou přiznal, svoji nepravost jsem nezakrýval, řekl jsem: „Vyznám se Hospodinu ze své nevěrnosti.“ A ty jsi ze mne sňal nepravost, hřích můj. (Ž 32,1–5) Jestliže vyznáváme své hříchy, on je tak věrný a spravedlivý, že nám hříchy odpouští a očisťuje nás od každé nepravosti. (1J 1,9)

Osobní studium

David našel úlevu od své bolesti u Boha. Vědomí viny vyvolané nevyznaným hříchem může být nadmíru bolestivé. Výrazy, které David použil, jasně svědčí o silné vnitřní bolesti. Žalm 32 a jiné části žalmů ukazují vážnost Davidova emocionálního utrpení.

Při setkání s člověkem trpícím depresí musíme být velmi opatrní, abychom ho neobviňovali za to, že nevyznan své hříchy! Neměli bychom prostě dospět k závěru, že jsou to nevděční či malověrní lidé – a proto jsou tak skleslí. Je neštěstím, že mnozí lidé jsou schopni věnovat svou pozornost a pochopení lidem trpícím skutečnou klinickou depresí, avšak mají tendenci odsuzovat a kritizovat ty, kterým sami způsobili svým jednáním duševní nebo citový neklid.

Allan Edgar Poe ve své povídce Tell-Tale Heart (Zrádné srdce) vypráví příběh muže, který spáchal vraždu a tělo své oběti ukryl pod podlahu pokoje, kde byla vražda provedena. Doufal, že svou vinu ukryje a pohřbí s tímto tělem. Když na místo dorazí policejní úředníci, tváří se vesele a je si jist, že na jeho čin nikdo nepřijde. Během rozhovoru s policisty však uslyší zvuky, které identifikuje jako tlukot srdce mrtvého. Tento tlukot je tak hlasitý, že se v zoufalství k vraždě přizná – ačkoli to, co slyšel, bylo jeho vlastní srdce naplněné strachem, děsivou představou a výčitkami svědomí.

Jsou však i lidé, kteří vyznali své hříchy, ale přesto je dále trápí silné vědomí viny. Bědují nad tím, jak velmi trpí pro své hříchy – a to i přesto, že je vyznali a Bůh jim je odpustil. Oni však Bohu nedůvěřují, cítí se příliš hříšní a nedovolí, aby jim Bůh přinesl uzdravení a klid. I to může být příčinou emocionální úzkosti. V takovém případě je důležité soustředit se na Boží zaslíbení – a to i v případě těch nejhorších hříchů. Minulost nezměníme. Můžeme se však poučit z našich minulých chyb a někdy alespoň trochu napravit, co jsme pokazili. Nakonec všechno, co můžeme udělat, je odevzdat se Bohu a hledat u něj milost, slitování a uzdravení.

Aplikace

Mnozí, i když vyznali své hříchy, stále zápasí s vědomím viny. Proč je tak důležité znát svůj hřích, převzít za něj odpovědnost, naučit se jít vpřed a minulost nechat za sebou, ať je jakákoliv?

Naděje proti úzkosti

Běda mně! Jsem jako paběrky letní sklizně... Není tu hrozen k snědku ani raný fík, po němž toužím. Zbožný vymizel ze země, přímého mezi lidmi není. Všichni strojí vražedné úklady... Oběma rukama páchají zlo pro svůj prospěch, velmož i soudce úplatky vymáhají, mocný mluví, jak se mu zachce; a všechno zpřevrací. (...) Nevěřte bližnímu, nespolehejte na přítele; před tou, jež uléhá po tvém boku, se stráž otevřít ústa. Syn tupí otce, dcera povstává proti matce, snacha proti tchyni; každý má nepřátele ve vlastním domě. Ale já budu vyhlížet k Hospodinu, čekat na Boha, který mě spasí. Můj Bůh mě vyslyší. (Ml 7,1–7)

V prvních šesti verších Micheáš popisuje celou škálu nemorálních, neetických a násilných činů, které se v jeho dnech děly. Útlak a zneužívání různého druhu, nedostatek úcty a ohleduplnosti, úplatkářství a podvody – s tím vším se setkáváme od pádu člověka do hříchu. Vidíme to i dnes – v televizi, v novinách, kolem sebe. Tento stav společnosti nás zraňuje nejvíc tehdy, když se dotýká našich nejbližších – partnera, dětí, rodičů, přátel či spoluvěřících (Ml 7,5,6).

Narušené mezilidské vztahy způsobují hodně stresů a depresí. Micheáš však své bědování uzavírá nadějí a jistotou v Boží odpověď, které mu pomáhají tuto krizi překonat (v. 7).

Chceme-li žít v přiměřené duševní pohodě, neobejdeme se bez naděje. Naděje je součástí života každého člověka. Když si například mladý člověk hledá zaměstnání, musí doufat, že si ho najde. Ten, co zabloudil, má naději, že opět najde cestu. Investor, který přišel o své peníze, musí věřit, že přijdou lepší časy. Ne nadarmo se říká, že naděje umírá poslední. Život bez naděje vede člověka ke ztrátě smyslu jeho existence.

Když se italský filozof a básník Dante Alighieri (1265–1321) ve svém díle Božská komedie pokoušel popsat peklo, na jeho bránu dal nápis: „Vy, co vstupujete, zanechte všechny naděje.“ Vzít člověku naději je ten nejhorší možný trest.

Naděje, kterou nám přináší Bible, převyšuje všechna naše očekávání. Je v ní dokonalé vyřešení hříchu, zla a smrti. Ježíš Kristus přinesl usmíření a vydobyl tak pro nás věčný život. „Blahoslavená naděje“ se musí stát středem našeho života. Naděje na Ježíšův návrat nám pomáhá povznést se nad mnohé nepříjemné věci, které nás nyní obklopují, a umožňuje nám s důvěrou hledět do věčnosti.

Přečti si některé z uvedených zaslíbení. Jakou naději nám přináší? Iz 65,17; 2Pt 3,13; Zj 21,2–4

V které oblasti svého života cítíš beznaděj? V čem potřebuje tvůj život okusit novou nadějí? Popros někoho o společný rozhovor a společnou modlitbu. Zamysli se nad tím, kdo v tvém okolí potřebuje povzbudit. Buď i ty připraven povzbudit člověka, který za tebou přijde s prosbou o pomoc.

Osobní studium

Aplikace

Podněty k zamyšlení

Přečtěte si a uvažujte o textu Mt 26,36–43. Ježíše přemohl smutek „až k smrti“ (v. 38). Představte si, jakou agonii Ježíš prožíval – zradili ho jeho vlastní učedníci, zdánlivě byl odloučen od Boha a nesl břemeno viny celého lidstva! Jeho utrpení převyšovalo jakoukoli depresi, jaké kdy podlehl smrtelník.

„Ježíš hovořil s učedníky. Byl k nim otevřený a dával jim další ponaučení. Když se však blížili ke Getsemane, odmlčel se. Často přicházel do těchto míst, rozjímal tam a modlil se. Nikdy však nebyl tak ztrápený jako tuto noc. Prožíval svůj poslední zápas. Po celou dobu svého pozemského života chodil ve světle Boží přítomnosti. Když se dostal do sporu s lidmi, které ovládal satanův duch, mohl říci: ‚Ten, který mě poslal, je se mnou; nenechal mě samotného, neboť stále dělám, co se líbí jemu‘ (J 8,29). Nyní se však zdálo, jako by jej stálé světlo Boží přítomnosti opustilo. Byl považován za jednoho z hříšníků. Sám musel nést tíhu viny padlého lidstva. Nikdy se neposkrvnil hříchem a nyní na něho dolehly nepravosti nás všech. Hřích se mu zdál být strašný a tíha viny, kterou na sebe vzal, pro něho byla nepředstavitelně těžká. Pokoušel ho strach, že by ho toto břemeno mohlo navždy odloučit od lásky jeho Otce. Dobře věděl, jak Bůh nenávidí hřích. Zvolal: ‚Má duše je smutná až k smrti‘ (Mt 26,38).“ (TV 437; DA 685)

Otázky k rozhovoru

- 1. Jak může místní církevní společenství pomoci těm, kdo z různých příčin trpí depresemi nebo emocionálními úzkostmi? Co můžete udělat pro ty, kdo potřebují vaši pomoc?*
- 2. Jak můžete pomoci člověku, který se modlí, navštěvuje terapeuta, miluje Pána Boha a důvěřuje mu, a přece se ho zmocňuje smutek, i když někdy nechápe proč? Jak mu pomoci nevzdat se víry, ale pevně se držet naděje a zaslíbení zaznamenaných v Božím slově?*
- 3. Je velkou chybou myslet si, že pokud se někdo cítí skleslý, deprimovaný a v beznaději, znamená to, že ho Bůh zavrhl. Proč to není pravda? Které biblické postavy dokazují, že smutek a sklíčenost nejsou důsledky toho, že je Bůh opustil? Jak se můžeme naučit, že pocity nejsou dostatečným indikátorem naší víry?*

VYTRVALOST A TRPĚLIVOST

Texty na tento týden:

Jb 19,25; Jk 5,10.11; Rt 1, Est 2; 2K 11,23–28; Fp 4,11–13

Základní verš

Bůh je naše útočiště, naše síla, pomoc v soužení vždy velmi osvědčená. Proto se bát nebudeme, byť se převrátila země a základy hor se pohnuly v srdci moří. (Ž 46,2–3)

Nezlomnost (houževnatost, nepoddajnost) znamená, že člověk navzdory těžkostem, traumatu, tragédii, hrozbám nebo nadměrnému stresu vydrží, odolá a nepoddá se, přičemž u něj taková zkušenost nemá zničující následky. Je velmi dobré, když v různých životních nesnázích člověk vlastní přiměřené množství takové nezlomnosti. Proto se této vlastnosti věnuje stále více pozornosti. Vždyť kdo z nás se nemusí vyrovnávat s různým bolestivými zkouškami? Proto je dobré se ptát: Jak se nepoddat a zůstat nezlomný přesto, co se stalo? Jak se přitom nenechat emocionálně zničit?

V 60. letech 20. století napsali Victor a Mildred Goertzelovi dílo „Cradles of Eminence“ (Kolébky jedinečných). Jde o biografickou analýzu více než 700 lidí, kteří v dětství prožili velké trauma (rozvrácené manželství rodičů, finanční potíže, fyzické nebo psychické postižení atd.), a přesto dosáhli velkých úspěchů. Kniha se dočkala několika vydání, naposledy v roce 2004.

I v Bibli čteme o lidech, kteří museli čelit obtížím, ale díky Boží milosti se nevzdali a své problémy překonali. Navzdory těžkým okolnostem a charakterovým nedostatkům je Bůh mohl použít, protože měli nezlomnou vůli jít vpřed i za nepříznivých okolností.

Jóbova trpělivost

Za příklad trpělivosti v utrpení si, bratří, vezměte proroky, kteří mluvili ve jménu Páně. Hle, ,blahoslavíme ty, kteří vytrvali'. Slyšeli jste o vytrvalosti Jobově a víte, k čemu ho Pán nakonec přivedl. Vždyť ,Pán je plný soucitu a slitování'. (Jk 5,10.11)

Já vím, že můj Vykupitel je živ a jako poslední se postaví nad prachem. (Jb 19,25)

Osobní studium

Jistá žena absolvovala poradenskou terapii, aby se dostala z vážné krize. Svým přátelům řekla, že v její úspěšné léčbě sehrála klíčovou roli jedna myšlenka vyslovená poradcem. „Nejvíce se mi ulevilo, když mě poradce přesvědčil o tom, že nepříjemné okolnosti jednou skončí. *Teď se to zdá temné a nekonečné*, říkával mně často, *ale už to brzy skončí. Vydržte*. Tato myšlenka mi pomohla se nevzdat.“ Jinými slovy, poradce udržel naději této ženy při životě.

Jóbov příběh představuje dokonalý příklad nezlovné vůle. Jób již dříve pochopil, že Bůh je milosrdný a spravedlivý. Nechápal důvod svého utrpení, u své manželky nenašel oporu, přišel o svůj majetek i děti a nakonec dostal strašnou nemoc. A přece uprostřed toho všeho neztratil víru v Boha a zůstal mu věrný až do skončení těchto tragických okolností.

Jak růst v trpělivosti? Za Georgem Goodmanem jednou přišel mladý muž, který potřeboval, aby se za něj někdo modlil. Přímo řekl, co potřebuje: „Pane Goodmane, modlete se, prosím vás, abych byl trpělivý.“

Postarší muž odpověděl: „Dobře, budu se modlit, abys prožil utrpení.“

„To ne, pane,“ odvětil mladý muž, „prosil jsem o trpělivost, ne o utrpení.“

„Rozumím,“ řekl Goodman, „budu se modlit, aby do tvého života přišlo utrpení.“ Učitel otevřel svoji Bibli a užaslému mladíkovi přečetl verš Ř 5,3: „A nejen to: chlubíme se i utrpením, vždyť víme, že z utrpení roste vytrvalost...“ Text dále pokračuje: „z vytrvalosti osvědčenost a z osvědčenosti naděje“ (v. 4).

Aplikace

Vzpomeň si na chvíli, kdy tě postihlo něco tragického či bolestného. Jaká naděje tě posilovala? Jaká slova ti pomohla? Kdo ti nejen nepomohl, ale ještě víc ublížil? Co z tvé zkušenosti ti pomáhá lépe se přiblížit člověku, který nyní prožívá těžkosti?

Josef v zajetí

„Pojďte, prodáme ho Izmaelcům, ale sami na něho nesahejme; vždyť je to náš rodný bratr.“ (...) Když midjánští obchodníci jeli kolem, vytáhli Josefa z cisterny a prodali ho Izmaelcům za dvacet šekelů stříbra. Ti přivedli Josefa do Egypta. (Gn 37,27,28)

(Žena mu) vykládala totéž: „Přišel za mnou ten hebrejský otrok, jehož jsi k nám přivedl, a chtěl se se mnou miliskovat. Když jsem se dala do křiku a volala, nechal svůj oděv u mne a utekl ven.“ Jakmile Josefův pán uslyšel slova své ženy, která ho ujišťovala: „Jak říkám, tohle mi provedl tvůj otrok“, vzplanul hněvem, vzal Josefa a vsadil ho do pevnosti, tam, kde byli věznění královi vězňové. Tak se Josef ocitl v pevnosti. (Gn 39,17–20)

Nikdo z nás by nechtěl být na Josefově místě. Jak musel být zklamaný a sklíčený! Mohl cítit hněv a zatrpkllost – a to zcela oprávněně. I když Bible blíže nepopisuje jeho emoce, není těžké představit si bolest, jakou cítil kvůli zradě a zákeřnosti obvinění.

Avšak Josef se i v těchto kritických okamžicích obrátil k Bohu. Poté, co jej bratři prodali, prožil opravdové obrácení a jeho vztah k Bohu se prohloubil. „Josef byl zatím se svými vězňiteli na cestě do Egypta. (...) Díval se do budoucnosti s chvějícím se srdcem. (...) Potom se jeho myšlenky obrátily k Bohu jeho otce. Často naslouchal vyprávění o vidění, které měl Jákob, když jako vyhnanec a uprchlík utíkal ze svého domova. Slyšel o Hospodinových zaslíbeních daných Jákobovi i o tom, jak v hodině nouze přišli andělé, aby ho poučili, povzbudili a chránili. Byl poučen o Boží lásce, která poskytne Vykupitele. Pojednou před ním živě vyvstala všechna tato vzácná zaslíbení. Josef věřil, že Bůh jeho otců bude i jeho Bohem. Na této cestě se cele odevzdal Hospodinu a modlil se, aby s ním Ochránce Izraele byl v zajetí.“ (NÚD 98; PP 213,214)

To, že byl neprávem uvržen do vězení, mu umožnilo dostat se na faraonův dvůr a splnit své poslání – zachránit mnohé i svůj vlastní lid.

Bůh nechce, abychom stále trpěli. V prostředí, které pro nás v nebi připravil, není slz ani bolesti (Zj 21,4). Ale zatímco čekáme na splnění tohoto zaslíbení, můžeme se přes bolest naučit mnoha důležitým věcem. Rozvoj charakteru, empatie, pokora, učednictví, pochopení dobra a zla – to jsou některé z lekcí, které se můžeme naučit. I když není snadné připustit, že utrpení přináší i užitek – zvláště když právě prožíváme zkoušky –, můžeme prosit Boha o sílu potřebnou k zvládnutí těchto těžkostí.

Která z těžkých a nepříjemných zkušeností ti v konečném důsledku přinesla něco dobrého a užitečného? Pomáhá ti toto vědomí lépe důvěřovat Bohu, a to i tehdy, když ti tyto problémy k ničemu dobrému neprospěly?

Najdi si v uvedených verších, jak se mohou špatné situace změnit na dobré. Ř 5,3–5; 2K 1,3,4; 2K 1,8,9; 2Tm 1,11,12

**Osobní
studium**

Aplikace

Noemí

Ale Rút jí odvětila: „Nenaléhej na mne, abych tě opustila a vrátila se od tebe. Kamkoli půjdeš, půjdu, kdekoli zůstaneš, zůstanu. Tvůj lid bude mým lidem a tvůj Bůh mým Bohem. Kde umřeš ty, umřu i já a tam budu pochována. Ať se mnou Hospodin udělá, co chce! Rozdělí nás od sebe jen smrt.“ (Rt 1,16–17)

Tu řekly ženy Noemí: „Požehnán buď Hospodin, který tě odedneška nenechává bez zastávce, jehož jméno se bude ozývat v Izraeli. On ti vrátí smysl života, bude o tebe ve stáří pečovat. Vždyť jej porodila tvá snacha, která tě tolik miluje. Ta je pro tebe lepší než sedm synů.“ Noemí vzala dítě, položila si je na klín a stala se mu chůvou. Sousedky mu daly jméno. Řekly: „Noemí se narodil syn“, a pojmenovaly jej Obéd (to je Ctitel [Hospodinův]). To je otec Jišaje, otce Davidova. (Rt 4,14–17)

Osobní studium

Situace, kdy člověk musí opustit rodnou zemi a usadit se někde na neznámém místě, v každém vyvolává obavy, zvláště když je důvodem odchodu potřeba přežít. Hlad v Judsku přinutil Elímeleka, Noemí a jejich dva syny emigrovat do moábské země. Byla to zemědělská oblast, která umožňovala obstarat si obživu. Moábcí vyznávali modlářství (Sd 10,6). Jejich praktiky byly v rozporu s náboženským přesvědčením Izraelců. Už to způsobovalo přistěhovalcům problémy. Po nějaké době Noemin manžel zemřel. Matka se ocitla v cizí zemi sama s dvěma syny. Jejich podmínky na přežití se zhoršily. Zůstali bez ochrany, vystaveni dalším těžkostem. Pak se Noemini synové, Machlón a Kiljón, oženili s Moábkami. Podstatné náboženské rozdíly mohly být v rodině zdrojem dalších konfliktů, přinejmenším ze začátku. I když zákon výslovně nezakazoval manželství mezi lidem Izraele a Moábskými, platilo nařízení, že deset pokolení Moábců nebo jejich potomků nesmí vstoupit do Hospodinova shromáždění (Dt 23,3).

Později zemřeli i Machlón a Kiljón, jejichž jména znamenají „být nemocný“ a „plýtvat“. Sotva si umíme představit tragičtější situaci v životě Noemí – z blízké rodiny jí nezůstal nikdo a ostatní příbuzní žili v dalekém Betlémě.

Když Noemí prožívala tyto nejtěžší okamžiky, Rút se pro ni stala Bohem vyslanou citovou oporou. Kapitoly 2 až 4 pak popisují sled pozoruhodných událostí, které vyvrcholily založením šťastné rodiny. Noemino nevyšlovné utrpení skončilo. Byla svědkem manželství Rút a Bóaze. Narodil se jí vnuk Obéd, otec Jišaje, který se stal otcem Davidovým.

Aplikace

Ve chvílích utrpení je nejdůležitější důvěřovat Bohu a odevzdat se do jeho rukou. Bůh nás však stvořil jako společenské bytosti, a proto potřebujeme cítit blízkost druhého člověka, jeho oporu a pomoc. Kdy naposledy jsi potřeboval, aby ti někdo pomohl? Co ses z této zkušenosti naučil?

Ester a dny plné úzkosti

Vychovával Hadasu neboli Ester, dceru svého strýce, protože neměla otce ani matku. Byla to dívka krásné postavy a půvabného vzhledu. Po smrti jejího otce a její matky ji Mordokaj přijal za dceru. (Est 2,7)
V oněch dnech, kdy Mordokaj seděl v královské bráně, rozlítili se Bigtan a Tereš, dva královí dvořané ze strážců prahu, a chtěli vztáhnout ruku na krále Achašveróše. Ale Mordokaj se o té věci dozvěděl, oznámil to královně Ester a Ester to řekla Mordokajovým jménem králi. (Est 2,21.22)
Mordokaj však vzkázal Ester: „Nedomnívej se, že v domě králově vyvázneš životem, jediná ze všech židů. Budeš-li v tuto chvíli skutečně mlčet, úleva a osvobození přijde židům odjinud, ale ty a dům tvého otce zahynete. Kdo ví, zda jsi nedosáhla královské hodnosti právě pro chvíli, jako je tato.“ (Est 4,13.14)

Ester se již v dětství stala sirotkem. I když si ji adoptoval její starší bratranec Mordokaj, dětství prožité bez rodičů ji muselo poznamenat. Přesto z Ester vyrostla vyrovnaná, rozhodná a schopná mladá žena.

Po příchodu na královský dvůr Ester neřekla nic o svém lidu – nepřiznala svůj původ. Ocitla se tím ve velmi složité situaci. Nebylo pro ni snadné udržet si židovskou identitu, když žila obklopena praktikami dvora, bez možnosti vyznávat svoji víru a veřejně žít podle židovských nařízení. Navíc zde existovalo reálné nebezpečí, že bude rozpoznána jako členka židovského národa. Odhalení její identity by jistě s sebou neslo vážné důsledky.

Musela to být Ester, kdo králi oznámil špatnou zprávu, že jeho úředníci připravují spiknutí. Nebyl to lehký úkol, protože tyto intriky nemusely být dokazatelné. Ester a její bratranec mohli být obviněni za zbytečné šíření „poplašných zpráv“. Nikdo z nich nevěděl, jak to všechno skončí.

Nejtěžší úkol ji však čekal tehdy, když představovala jedinou možnost záchrany svého národa. Mordokaj ji požádal, aby se zasadila za svůj lid. Tuto úlohu nemohla splnit, aniž riskovala vlastní život. Když váhala, její bratranec jí se vši naléhavostí řekl: „Budeš-li v tuto chvíli skutečně mlčet, úleva a osvobození přijde židům odjinud, ale ty a dům tvého otce zahynete...“ (Est 4,14). Dovedete si představit ten stres?!

Ester se nakonec rozhodla, že půjde za králem. Věděla, že tím vystavuje svůj život velkému riziku. Přestože král k ní byl milostivý, tato mladá žena se nacházela ve velmi nebezpečné situaci.

**Osobní
studium**

Každý z nás se podobně jako Ester narodil do místa a prostředí, které si nevybral. Jaký je tvůj původ? Co jsi zdědil, ať už dobrého, nebo špatného, i když jsi o to nestál? Jak si můžeš lépe uvědomovat to dobré, co jsi dostal, a vítězit nad tím zlým? (Pro další studium viz také Est 4,4–17; 7,3.4; 8,3.)

Aplikace

Tajemství spokojenosti

Teď mluvím jako pomatenec... Pracoval jsem mnohem víc, ve vězení jsem byl častěji, nesčetněkrát jsem byl bit, znovu a znovu na prahu smrti. Pětkrát jsem od Židů dostal devětatřicet ran. Tříkrát jsem byl bit holemi, jednou jsem byl kamenován, třikrát jsem ztroskotal, noc a den jsem vydržel na širém moři. Stále na cestách, ohrožován řeckými, ohrožován lupiči, ohrožován svými rodáky, ohrožován pohany, ohrožován ve městě, ohrožován na poušti, ohrožován na moři, ohrožován mezi falešnými bratry. Tolik dřiny a vyčerpání, tolik bezesných nocí! Víím, co je hlad, žízeň a časté pústy, víím, co je chlad a nahota. Kromě toho všeho na mě denně doléhá ještě starost o všechny církve. (2K 11,23–28 – B21)

Ne že bych si naříkal na nedostatek; naučil jsem se být spokojen s tím, co mám. Dovedu trpět nouzi, dovedu mít hojnost. Ve všem a do všeho jsem zasvěcen: být syt i hladov, mít nadbytek i nedostatek. Všecko mohu v Kristu, který mi dává sílu. (Fp 4,11–13)

Osobní studium

Pavel se narodil do hebrejské rodiny pocházející z pokolení Benjaminova a vyrůstal ve městě Tarsus. Díky svému otci, občanu římské říše, získal římskou národnost. Když vyrostl, stal se farizejem. Byla to zbožná skupina, která dodržovala zákon (Tóru) i ústní tradici (Mišnu). S takovým původem a zázemím se mohl těšit z předností, které vyplývaly z jeho postavení ve společenském a náboženském životě.

Když však Pavel odpověděl na Ježíšovu výzvu, došlo v jeho životě k naprosté změně. Z pronásledovatele se stal terčem horlivého pronásledování některých z jeho vlastního národa, ba i Římanů. Téměř tři desetiletí snášel různá příkoří. Po uvěznění v Římě byl nakonec popraven.

Spokojenost je rozhodující prvek šťastného života a psychické pohody. Šťastní jsou ti, kteří se na věci dívají z pozitivní stránky, kteří dokážou přijmout svou minulost a do budoucna hledí s nadějí. Je zajímavé, že mít „vše“ není zárukou spokojenosti a štěstí. U některých lidí je tomu tak, že ať mají cokoli, nikdy jim to nestačí. Jiní mají málo, a přece jsou spokojeni. V čem podle tebe spočívá rozdíl?

Jedna z mnoha současných definic inteligence říká, že je to schopnost přizpůsobovat se novým situacím. V tomto ohledu se uplatňuje při zvykání si na nové prostředí, navazování nových vztahů i v přizpůsobení se novým společensko-ekonomickým podmínkám. Pavlova schopnost však není zděděnou vlastností, protože sám říká: „Naučil jsem se totiž být za všech okolností spokojen (Fp 4,11 – B21). Není to tak, že by ji někdo sám od sebe vlastnil a jinému chyběla. Aby se člověk dokázal přizpůsobit různým okolnostem a být v každé chvíli spokojený, na to potřebuje čas a praxi.

Aplikace

V kterých oblastech svého života prožíváš spokojenost? Které oblasti tě naopak naplňují neklidem a nespokojeností? Jak se dá naučit být spokojený v každé situaci?

Podněty k zamyšlení

„Člověka obklopují temné síly, které nám chtějí zabránit v pohledu na Krista. Někdy jen smutně čekáme, až se mraky rozplynou. Toto čekání je někdy strašné. Zdá se, že ztrácíme naději a zmocňuje se nás zoufalství. V těchto těžkých hodinách se potřebujeme naučit důvěřovat, spoléhat se na cenu pokání a zcela bezmocní a nehodní se dovolávat zásluh ukřižovaného a vzkříšeného Spasitele. Budeme-li toto dělat, nikdy nezahyneme! Není nic hrdinského na tom, když jsme silní v moci milosti a vykračujeme si po sluncem ozářené cestě. Ale trpělivě a s důvěrou čekat ve chvíli, kdy nás zahalují mraky a všude kolem je tma, vyžaduje víru a podřízení se. Tehdy Boží vůle ‚pohltní‘ naši vůli. Příliš rychle se necháme odradit a vroucně prosíme, aby nás Bůh z této zkoušky vysvobodil, a přitom bychom měli úpěnlivě prosit o trpělivost ji přestat a milost zvítězit.“ (E. G. Whiteová, *God's Amazing Grace*, s. 114)

Otázky k rozhovoru

- 1. Někteří lidé zvládají těžkosti snadněji, jiné i sebemenší potíže oslabí nebo dokonce zničí. V čem spočívá podle vás rozdíl?*
- 2. Přemýšlejte o těžkostech a tragédiích, které z našeho pohledu neměly žádný pozitivní dopad. Jak si je máme vysvětlit? Jak je dát do souladu s naší vírou a Božími zaslíbeními?*
- 3. V čem je podle uvedeného citátu zakotvena naše naděje? Proč je evangelium – jak je představeno v těchto slovech – naší jedinou nadějí, ať už prožíváme sebevětší problémy a neštěstí?*
- 4. Předpokládejme, že znáš člověka, který se nachází ve velmi těžké situaci, ze které – jak jsme zvyklí říkat – není východisko. Představ si, že s tímto člověkem můžeš strávit jen pět minut. Co bys mu řekl, abys mu dal naději?*

VĚDOMÍ VLASTNÍ HODNOTY

Texty na tento týden:

Ž 100,3; Sk 17,24–28; Ř 12,3; Mt 22,39; 2S 9; L 15; Ef 4,23–32

Základní verš

Vy však jste ,rod vyvolený, královské kněžstvo, národ svatý, lid náležející Bohu‘, abyste hlásali mocné skutky toho, kdo vás povolal ze tmy do svého podivuhodného světla. (1Pt 2,9)

Nízké vědomí vlastní hodnoty je nejvážnějším problémem současnosti. Setkáváme se s ním v ordinacích psychologů, lékařů i v kancelářích duchovních, a to zejména v souvislosti s týráním, zneužíváním, depresí nebo různými zdravotními problémy.

Nízké vědomí vlastní hodnoty nemusí v každodenním životě dosahovat klinických rozměrů, ale téměř vždy narušuje vztahy a snižuje výkon ve většině oblastí života.

Za hlavní příčinu toho, proč lidé dnes trpí tímto problémem více než kdykoli předtím, jsou považována média, která představují celebrity v „nadživotní velikosti“. Ve srovnání s nimi se mnozí lidé cítí neschopní a méněcenní.

Bible se na vědomí vlastní hodnoty dívá ze zcela jiné perspektivy. Obecná psychologie definuje vědomí vlastní hodnoty jako schopnost jednotlivce hodnotit své vlastnosti a povahu na základě pozorování sebe sama a informací od jiných. Bible k tomu přidává přinejmenším další dva aspekty – původ člověka (Gn 1,26.27) a Boží pohled na člověka a vztah k němu (J 3,16). Když budeme budovat své sebevědomí na těchto základech, nastane v našem životě velká změna.

Původ člověka

I řekl Bůh: „Učiňme člověka, aby byl naším obrazem podle naší podoby. Ať lidé panují nad mořskými rybami a nad nebeským ptactvem, nad zvířaty a nad celou zemí i nad každým plazem plazícím se po zemi.“ Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil. (Gn 1,26.27)

I vytvořil Hospodin Bůh člověka, prach ze země, a vdechl mu v chřípí dech života. Tak se stal člověk živým tvorem. (Gn 2,7)

Vězte, Hospodin je Bůh, on nás učinil, a ne my sami sebe, jsme jeho lid, ovce, které pase. (Ž 100,3)

Na původ člověka existují dva navzájem neslučitelné názory. Jeden představuje člověka jako produkt absolutní náhody, výsledek vesmírné katastrofy, z čehož vyplývá, že naše existence nebyla plánována. Něco se prostě stalo a my jsme začali existovat. I když tento názor existoval mezi lidmi od nepaměti, teorie, že člověk se na zemi ocitl náhodou, obelhala v posledních staletích miliony lidí (zvláště poté, co byla zpopularizována Darwinova teorie o původu člověka). V důsledku toho došli mnozí k přesvědčení, že život v podstatě nemá smysl. Jiní se domnívají, že nějaký smysl má, ale člověk se k němu musí sám dopracovat. Celá tisíciletí lidé zastávali názor, že je stvořil Bůh nebo nějakí bohové. Dnes si mnozí myslí, že se vyvinuli z opice.

To, co čteme v Bibli (viz také Sk 17,24–28), se zcela liší od toho, co se většina z nás učila ve škole. Jak každý z těchto názorů ovlivňuje vědomí vlastní hodnoty a sebeúcty?

Bůh nás nejen stvořil s určitým záměrem, on nás stvořil ke svému obrazu. Stvořil také zvířata a nádherné, životodárné rostliny, které však ve své kráse a dokonalosti nenesou podobu svého Tvůrce tak jako lidé. Navíc, člověk dostal právo spravovat vše, co bylo stvořeno.

V protikladu k ateistickému přesvědčení, které neuznává žádný nadpřirozený záměr s naší lidskou podobou a psychikou, Bible učí, že se Bůh rozhodl podělit se o „svůj obraz“ s lidskou rodinou. Je zřejmé, že generacemi poznamenanými hříchem se mnoho z tohoto obrazu zničilo a ztratilo. Přesto každý člověk nese pečeť Boha. Tento ztracený obraz chce Bůh zčásti obnovovat proměňující mocí Ducha působící v těch, kdo se odevzdali a podřídili Kristu.

Bůh nás nejen stvořil, ale navíc za nás i zemřel. Udělal vše pro to, aby nás zachránil. Jaká je tvoje hodnota v Božích očích? Podle čeho určuje tvou hodnotu společnost? Proč je tak důležité pamatovat na to, jakou cenu máme v Božích očích?

**Osobní
studium**

Aplikace

Vnímání sebe sama

Miluj svého bližního jako sám sebe. (Mt 22,39)

Jak to, že vidíš třísku v oku svého bratra, ale trám ve svém vlastním oku nepozoruješ? Jak můžeš říci svému bratru: „Bratře, dovol, ať ti vyjmu třísku, kterou máš v oku“, a sám ve svém oku trám nevidíš? Pokrytče, nejprve vyjmi trám ze svého oka, a pak teprve prohlédneš, abys mohl vyjmout třísku z oka svého bratra. (L 6,41.42)

Proto nemáš nic na svou omluvu, když vynášíš soud, ať jsi kdokoli. Tím, že soudíš druhého, odsuzuješ sám sebe. Neboť soudíš, ale činíš totéž. (Ř 2,1)

Osobní studium

To, jak vnímáme sebe, je důležitým prvkem sebeúcty. Často si však v sobě nosíme neúplný a mylný obraz. Náš subjektivní pohled pak mnohdy vede k nesprávné interpretaci při hodnocení druhých lidí i při hodnocení sebe sama.

Jedno z nejvážnějších biblických varování se týká vynášení soudu nad druhými. Jde zřejmě o tendenci, která je všem lidem blízká. Lidé jsou náchylní dopouštět se chyb v hodnocení druhých. Totéž se stává, když hodnotí své schopnosti, vzhled, charakter, sílu atd. Z velké části jsou tyto soudy zkreslené. Vždy se najdou lidé chytřejší, krásnější a movitější než vy, a zároveň potkáte i ty, kteří se při pohledu na vás budou cítit méněcenní.

Z textu v Matoušově evangeliu (22,39) vyplývá, že bychom se měli mít dostatečně rádi (i když to není to hlavní, co nám chce tento verš povědět). Člověk by měl být zdravě hrdý na to, co se mu povedlo, i na své kladné vlastnosti a charakterové rysy. Všichni máme tendenci bránit sami sebe. Problém nastává tehdy, když někdo neuzná, že všechno dobré, co je v nás, jsme darem získali od našeho Boha a Stvořitele.

Mezi extrémem nízkého vědomí vlastní hodnoty a namyšleností existuje zlatá střední cesta. Pavel nás varuje před tou druhou možností. Současně v Ř 12,4–8 vysvětluje, že tělo Kristovo potřebuje každý „orgán“ s jeho individuálním obdarováním, jaké mu bylo z milosti darováno. Není nic špatného na tom, když své dary uznáme a oceníme, pokud za ně děkujeme Bohu a používáme je k budování Kristovy církve.

Aplikace

Napiš si seznam svých kladných vlastností, charakterových rysů a schopností, které ti Bůh dal. Jak je můžeš využít a zároveň zůstat skromný? Jak nám v tom může pomoci každodenní pohled na kříž?

Na co se dívají druzí

Není už rozdíl mezi židem a pohanem, otrokem a svobodným, mužem a ženou. Vy všichni jste jedno v Kristu Ježíši. (Ga 3,28)

V mnoha kulturách je tomu tak, že hodnotu člověka určují jeho dary, nadání, vzhled atd. Při kontaktu s druhými vidíme především jejich vnější vzhled (1S 16,7). Proto se naše vnímání sebe formuje na základě reakcí ostatních, přičemž jejich reakce jsou založeny na pozorování našeho zevnějšku a našich projevů. Pokud vám lidé řeknou, že jste hezcí nebo že vám to sluší, pravděpodobně se budete považovat za přitažlivé osoby.

V každém z nás je však mnohem víc než jen to, co jsme schopni vidět očima. Potřebujeme si uvědomit, že to, co obdivuje svět, nemusí mít v Božích očích žádnou hodnotu.

Mohou být výjimky, ale většina kultur má tendenci připisovat zevnějšku a viditelným znakům přehnanou hodnotu. Ostatní vlastnosti, jako například čestnost, laskavost, zdrženlivost nebo věrnost zásadám a ideálům, jsou většinou až na dalších místech.

Předsudky (zaujatost) mají ničivý dopad na vědomí vlastní hodnoty. Jako křesťané bychom měli zaměřit své úsilí na to, abychom pozvedli a povzbudili druhé bez ohledu na jejich původ.

V 2S 9 čteme příběh o Mefibóšetovi, který se obával Davidovy pomsty. Když předstoupil před Davida, padl tváří k zemi a nazval se jeho otrokem. Mefibóšet byl tělesně postižený. Není pochyb o tom, že navrácení rodinného majetku, služebnictva a pocty udělené Mefibóšetovi značně posílily jeho vědomí vlastní hodnoty.

Lidé mají nesmírný vliv na sebevědomí druhých. Svými slovy, jednáním, ba i tím, jak se na druhé díváme, formujeme jejich představu o sobě.

**Osobní
studium**

Čeho si vaše společnost a kultura cení a váží nejvíce? Jak důležité jsou tyto věci pro Boha? Jak ovlivňuješ vědomí vlastní hodnoty u druhých? Jak můžeš svým nejbližším pomoci budovat jejich sebevědomí, a ne ho ničit?

Aplikace

Na co hledí Bůh

Má-li někdo z vás sto ovcí a ztratí jednu z nich, což nenechá těch devadesát devět na pustém místě a nejde za tou, která se ztratila, dokud ji nenalezne? Když ji nalezne, vezme si ji s radostí na ramena, a když přijde domů, svolá své přátele a sousedy a řekne jim: „Radujte se se mnou, protože jsem našel ovci, která se mi ztratila.“ Pravím vám, že právě tak bude v nebi větší radost nad jedním hříšníkem, který činí pokání, než nad devadesáti devíti spravedlivými, kteří pokání nepotřebují. (L 15,4–7)

Osobní studium

Pokud je někdo v pokušení myslet si, že je horší, méněcenný a všemi zavržený, měl by si uvědomit, že právě v tuto chvíli mu Bůh a jeho andělé věnují zvláštní, intenzivní péči. Pastýř se staral více o ztracenou ovci než o zbývající stádo. Žena důkladně hledala ztracenou minci, dokud ji nenašla. Ztracená mince byla ve středu její pozornosti. Zdá se, že otec věnuje větší pozornost nereálným požadavkům marnotratného syna než svému prvorozenému synovi. Pastýř, žena i otec prokazují zvláštní pozornost nejméně úspěšnému jedinci.

Když se to, co se ztratilo, najde, v nebi i na zemi zavládne veliká radost. Všimněte si, jakým dojmavým způsobem nám tyto příběhy zjevují Boží lásku ke každému z nás – bez ohledu na naše chyby a selhání.

Tento princip může být velkou pomocí pro ty, kdo se trápí a prožívají zoufalství. Kdykoli můžete, vytvořte při rozhovoru s druhými klidnou, důvěrnou a přijímající atmosféru. Už to pro ně může mít velký význam. Zejména ti, co nějakým způsobem trpí, potřebují vědět, že někomu na nich záleží.

Křesťan má jednoznačnou výhodu před člověkem, který neakceptuje nebo nevěří v Pána Boha. Bůh nás vyzývá, abychom se na něj obrátili v kteroukoli denní či noční chvíli. Milující a soucitný Bůh chce být při nás v našem žalu a neklidu, v naší bolesti i opuštěnosti. Takový vztah s Bohem se může stát důvodem k tomu, aby se člověku vrátil klid a pochopil svoji skutečnou hodnotu.

Kříž je největším důkazem toho, jakou hodnotu máme v Božích očích. Více než cokoli jiného nám ukazuje, jak jsme Bohu vzácní – navzdory našim hříchům, chybám a nedostatkům. Kříž vypovídá o tom, že ať už si o nás druzí myslí cokoli, pro Stvořitele vesmíru máme nevyčíslitelnou cenu.

Aplikace

Přečti si i další podobenství zaznamenaná u Lukáše v 15. kapitole. Jak můžeme pomoci druhým, aby přijali poselství o Boží péči, lásce a o jeho zájmu? Jak si mohou uvědomit, že Ježíš zde mluví o nich osobně? Jak jim můžeme pomoci, aby pocítili Boží zájem a soucit?

Nové „já“

Odložte dřívější způsob života, staré lidství, které hyne klamnými vášněmi, obnovte se duchovním smýšlením, oblečte nové lidství, stvořené k Božímu obrazu ve spravedlnosti a svatosti pravdy. Proto zanechte lži a mluvte pravdu každý se svým bližním, vždyť jste údy téhož těla. Hněváte-li se, nehřešte. Nenechte nad svým hněvem zapadnout slunce a nedopřejte místa ďáblu. Kdo kradl, ať už nekrade, ale ať raději přiloží ruce k pořádné práci, aby se měl o co rozdělit s potřebnými. Z vašich úst ať nevyjde ani jedno špatné slovo, ale vždy jen dobré, které by pomohlo, kde je třeba, a tak posluchačům přineslo milost. A nezarmucujte svatého Ducha Božího, jehož pečeť nesete pro den vykoupení. Ať je vám vzdálena všechna tvrdost, zloba, hněv, křik, utrhaní a s tím i každá špatnost; buďte k sobě navzájem laskaví, milosrdní, odpouštějte si navzájem, jako i Bůh v Kristu odpustil vám. (Ef 4,22–32)

Lidé rádi zkoušejí nový vzhled – mění účes, kupují si šaty podle nejnovější módy, podstupují vyhlazování vrásek či transplantace vlasů. Tyto vnější změny však nemají podstatný vliv na nitro člověka. Naše „já“ tím zůstává prakticky nezměněno.

Pavel zde hovoří o novém „já“, které ani tak nesouvisí s vnějším vzhledem jako spíše s našimi postoji a mentální podstatou naší přirozenosti. Říká, že jsme byli stvořeni k Božímu obrazu, abychom byli spravedliví a svatí (Ef 4,24).

Nové „já“, o kterém Pavel mluví, přináší ovoce Ducha (pravdivost, jednotu, čestnost, píli, čistou řeč, laskavost, odpuštění). Všimněte si také, že všechny tyto znaky úzce souvisejí s dobrým charakterem a mezilidskými vztahy – a tedy také se zdravým sebevědomím. Špatné chování, o němž čteme v Ef 4, jako je lež, hněv a zatrpkllost, má nepříznivý vliv na sebevědomí člověka. Naopak pomoc lidem v nouzi, laskavost a soucit posilují vědomí vlastní hodnoty tím, že člověk přestává být zaměřen na sebe a má dobrý pocit z účinné služby druhým.

Křesťanská společenství potřebují lidi, kteří chtějí pomáhat druhým růst, ne je ničit. Vědomí vlastní hodnoty může být rozvráceno neuváženou či ponižující kritikou. „Rodiče i každý jednotlivý křesťan mají za povinnost stavět se proti neslušným řečem. Jsme-li ve společnosti lidí, kteří si libují v nerozumných hovorech, vynasnažme se změnit předmět řeči, pokud je to možné. S Boží pomocí bychom měli klidně hovor přerušit a uvést nějaké užitečné téma.“ (PM 170.171; COL 337)

Osobní studium

Proč pomoc druhému člověku posiluje vědomí vlastní hodnoty? Napiš seznam maličkostí, které můžeš udělat pro partnera, člena rodiny, souseda atd. Pak je uskutečni. Možná budeš překvapen, jak dobře se budeš cítit.

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„Pokud se Bůh stará o vrabce..., jak by se nepostaral o to, co bylo vykoupeno Kristovou krví? Jeden člověk má větší hodnotu než celý svět. Kvůli jednomu člověku byl Ježíš ochoten podstoupit trápení Golgoty, aby mohl být spasen a žít v jeho království. *Nebojte se tedy; máte větší cenu než mnoho vrabců* (Mt 10,31).“ (E. G. Whiteová v RaH, 3. května 1892)

„Ztrácíme mnohé požehnání, protože nehledáme Pána pokorným srdcem. Když k němu přicházíme s upřímným srdcem a prosíme jej, aby nám zjevil naše nedostatky, v zrcadle svého slova nám ukáže náš skutečný obraz. Uvidíme-li se tak, jak nás vidí Bůh, nesnažme se na tento obraz zapomenout. Kriticky zkoumejme záporné rysy našeho charakteru a prosme o milost měnit je podle vzoru, který nám byl ukázán v Božím slově.“ (E. G. Whiteová, The Lake Union Herald, 3. listopadu 1909)

Uvedené citáty nám dávají radu, jak udržet správnou rovnováhu mezi pocitem méněcennosti a pýchou. V souvislosti s tím si přečti Ř 12,2.3. Tyto verše nám mohou pomoci získat zdravé sebevědomí.

Otázky k rozhovoru

- 1. Je známo, že 20. století patřilo mezi nejkrvavější období lidských dějin. Nikdy předtím nedošlo k tolika masovým vraždám. Jak se Darwinův předpoklad, že veškerý život je produktem náhodné mutace a přirozeného výběru, projevuje v lhostejnosti k posvátnosti lidského života? Jinými slovy, pokud se člověk vyvinul z opice a je jen výsledkem náhody, jaká je pak hodnota života jednotlivce?*
- 2. V části na úterý jsme hovořili o vlivu druhých lidí na to, jak se vnímáme. I když chceme pomoci lidem získat zdravé vědomí vlastní hodnoty, zároveň musíme být opatrní, abychom nesprávným způsobem neposilovali jejich ego. Jak v tom najít správnou rovnováhu?*
- 3. Zamysli se nad tím, co nás Kristův kříž učí o naší individuální hodnotě. Přemýšlej o tom, co se stalo na kříži, kdo na něm zemřel a jaký význam měla jeho smrt. Jak nám kříž pomáhá správně pochopit naši skutečnou hodnotu?*

ŽÁRLIVOST

Texty na tento týden:

Iz 14,12–14; Jk 3,16.17; Gn 37; 1S 18; Mt 12,14

Základní verš

**Rozhořčení je kruté, hněv je jak povodeň, ale před žárlivostí kdo obstojí?
(Př 27,4)**

Žárlivost patří mezi emoce, které člověka nesmírně ničí. Tato vlastnost vlastně stála u prvního hříchu (Iz 14,14). Žárlivost ničí nejen mezilidské vztahy (2K 12,20), ale i naše zdraví (Př 14,30).

Žárlivost bývá osobní. Soustřeďuje se na jednotlivce, který je vnímán jako rival a určitá hrozba. Výsledkem toho je, že žárlivost často vede člověka k násilí, ať už psychickému (napadání, ponižování, pomlouvání), nebo fyzickému. Kdo z nás nějakým způsobem nepocítil, jaké trápení způsobuje tato emoce?

V tomto úkolu se podíváme na případy jednotlivců, kteří dovolili, aby žárlivost ovlivnila jejich chování. Budeme mluvit o satanovi, Josefových bratrech, králi Saulovi a velekněžích v novozákonní době. Důsledky byly vždy katastrofální. Zajímavé je, že všichni tito žárliví jedinci zastávali vysoké postavení a těšili se značným privilegii. Přesto je zničila závist proměněná v nenávisť – nenáviděli druhého kvůli tomu, čím byl nebo co měl.

Pán Bůh nás vede tak, abychom se takového postoje vyvarovali. Naléhá na své děti, aby natolik milovaly své blízké, že se budou těšit z jejich darů, úspěchů a vlastnictví, jako by patřily jim.

U kořene zla

Jak jsi spadl z nebe, třpytivá hvězdo, jitřenky synu! Jak jsi sražen k zemi, zotročovateli pronárodů! A v srdci sis říkal: „Vystoupím na nebesa, vyvýším svůj trůn nad Boží hvězdy, zasednu na Hoře setkávání na nejzazším Severu. Vystoupím na posvátná návrší oblaků, s Nejvyšším se budu měřit.“ (Iz 14,12–14) Máte-li však v srdci hořkou závist a svárliivost, nechlubte se a nelžete proti pravdě. To není moudrost přicházející shůry, ale ta pozemská, pudová a ďábelská. Kde je totiž závist a svárliivost, tam vzniká nepokoj a kdejaká špatnost. Moudrost, která je shůry, je ale především čistá, dále pokojná, vlídná, povolná, plná milosrdenství a dobrého ovoce, nestranná a nepokrytecká. Ti, kdo rozsévají pokoj, sklídí ovoce spravedlnosti. (Jk 3,14–18)

Osobní studium

Co způsobilo, že byl satan vyhnán z nebe? (Iz 14,12–14) Jak vysoce ceněný je dar svobody, když dokonce i v dokonalém prostředí nebe se objevila tato strašná vlastnost?

Lucifer, nejnádhernější stvoření Božích rukou, získal od Boha vysoké postavení. Krásou, inteligencí a vážností se mu nikdo nevyrovnal – a přesto se u něj objevil hřích (Ez 28,12–15). Jeho sebevyvyšování a žárlivost narušily dokonalý klid a štěstí celého stvoření.

Myšlenka „budu rovný Nejvyššímu“ (Iz 14,14) spustila nekonečný kolotoč neshod, vzpour, násilí a bolesti všem obyvatelům nebe a později i celé lidské rodině. Podívejme se na Ježíše. Hřích, který vznikl kvůli žárlivosti a sobectví, je díky Ježíšově ochotě ponížít se a zemřít jako zločinec odsouzen k zániku. Ježíš to podstoupil proto, aby každý člověk mohl být zachráněn od konečné záhuby způsobené hříchem (2Te 1,9).

Naše hříšná přirozenost je taková, že poté, co se dopustíme jednoho špatného činu, druhý spácháme mnohem snadněji. Přivedou-li nás žárlivost a sobecké ambice na špatnou cestu, výsledkem je široké rozpětí hříchů. Jakub to vyjádřil slovy „kdejaká špatnost“ (Jk 3,16). Je úžasné, že je pro nás připravena i jiná volba. Jakub ji charakterizuje slovy „čistá, dále mírumilovná, ochotná dát se přesvědčit, plná slitování a dobrého ovoce, bez předsudků a bez přetvářky“ (v. 17). Tou volbou je láska.

Aplikace

Lucifer nehleděl na to, co mu bylo dáno. Namísto toho se zaměřil na to, co má Kristus. Kdy máš tendenci zachovat se podobně? Ve kterých oblastech pociťuješ žárlivost a závist vůči těm, co mají „více“ než ty? Jak se dá zvítězit nad touto nebezpečnou emocí?

Josefovi bratři

Když si pak Josefovi bratři uvědomili, že jejich otec je mrtev, řekli si: „Co když nás Josef stále nenávidí? Určitě se nám pomstí za všechno zlé, co jsme mu provedli!“ Vzkázali tedy Josefovi: „Tvůj otec nám před smrtí přikázal: ‚Toto řekněte Josefovi: Prosím tě, odpusť svým bratrům jejich provinění, jejich hřích a všechno zlé, co ti provedli.‘ Prosíme tě tedy, odpusť nám, služebníkům Boha tvého otce, naše provinění.“ Josef se při těch slovech rozplakal. Tehdy jeho bratři šli a padli před ním se slovy: „Hle, jsme tvoji služebníci!“ Josef jim však řekl: „Nebojte se, copak mne máte za Boha? Zamýšleli jste proti mně zlé věci; Bůh to však zamýšlel k dobrému, aby se stalo, co dnes vidíte – aby byl zachráněn život mnoha lidí. Už se tedy nebojte, postarám se o vás i o vaše děti!“ Tak je utěšoval a mluvil s nimi laskavě. (Gn 50,15–21 – B21)

Žárlivost a závist vznikají často mezi nejbližšími. O to však bývají ničivější a zanechávají vážné následky. S agresivitou (fyzickou nebo psychickou) se dnes v značné míře setkáváme právě v rodinném kruhu. Nežádka je její příčinou žárlivost a rivalita mezi členy rodiny.

Josefovi bratři byli velmi krutí. Bylo jim jedno, jakému nebezpečí a utrpení vystavili svého bezbranného bratra, neuvážovali nad tím, kolik bolesti způsobí svému otci. Jejich žárlivost a nenávisť byly tak velké, že „převálcovaly“ nejen jejich cit, ale i obyčejnou slušnost a morálku. I pro nás by to mělo být silným poučením o tom, jak nebezpečná může být tato emoce. Není divu, že nás před ní varuje i jedno z přikázání Desatera (Ex 20,17).

Kromě bolesti, kterou svým jednáním bratři způsobili sami sobě a otci, si přivodili i strach z toho, co s nimi Josef udělá po otcově smrti (Gn 50,15).

Postoj, jaký vůči nim Josef zaujal, nemohl být šlechetnější. Řekl: „Nebojte se. Což jsem Bůh?“ (v. 19). Josef pochopil, že jeho povinností je odpustit zlo a důvěřovat Božímu milosrdenství a jeho spravedlnosti.

Josefův život se v mnohém podobá životu Ježíše Krista. Žárlivost vedla bratry k tomu, že ho prodali za otroka. Podobně někteří kněží a starší žártili na Ježíše. Tato žárlivost je dohnala až k tomu, že se Ježíše rozhodli zabít. Josef byl prodán pohanům. I Ježíše prodali nepřítelům. Josef byl kvůli své čestnosti falešně obviněn a uvězněn. Ježíš byl také falešně obviněn a odmítnut pro svůj spravedlivý život. Josef se vůči svým bratrům zachoval velmi velkoryse. I Ježíš odpustil svým nepřítelům. Zlo spáchané na Josefovi se nakonec změnilo na dobro. Totéž se stalo v Ježíšově případě – zlo spáchané na něm přineslo odpuštění a naději.

**Osobní
studium**

Jakou bolest a trápení způsobily žárlivost a závist – ať už tvé, nebo někoho jiného – v tvém životě? Co ses z této zkušenosti naučil? Kdy cítíš žárlivost kvůli něčemu, co je ve skutečnosti bezvýznamné? Co by ses měl z toho naučit?

Aplikace

Saul žárlí na Davida – 1

A David podnikal výpravy, a kamkoli ho Saul poslal, měl úspěch. Proto ho Saul ustanovil velitelem nad bojovníky. To se líbilo všemu lidu i Saulovým služebníkům. Tenkrát, když přicházeli, když se David vracel od vítězství nad Pelištejcem, vyšly ze všech izraelských měst zpívající a tančící ženy vstříc králi Saulovi s radostí, s bubínky a loutnami. A křepčící ženy propěvovaly: „Saul pobil své tisíce, ale David své desetitisíce.“ Saul se velice rozzlobil; taková slova se mu nelíbila. Řekl: „Davidovi přirřkli desetitisíce, a mně jen tisíce. Už mu chybí jen to království.“ Od onoho dne hleděl Saul na Davida stále s nedůvěrou. (1S 18,5–9)

Osobní studium

V příběhu o Saulovi a Davidovi vidíme klasický případ toho, co všechno dokáže žárlivost. Saul byl král. Mládl nad celým národem. Patřilo mu všechno. A přece začal žárlit. Vypadá to, jako by ho žárlivost zcela změnila. Nebo jen vynesla na povrch to, co se skrývalo v jeho nitru?

Saulovo jednání zprvu naznačovalo, že měl k Davidovi velmi pozitivní postoj. Svěřil mu dokonce velení nad částí armády. I vztah jeho syna Jónatana k Davidovi svědčil o tom, že David měl královu přízeň.

Následující verše v 18. kapitole však ukazují, jak ničivá a zhoubná byla Saulova žárlivost vůči Davidovi. Dovedla ho k předstírání a lstivému jednání. To, čeho se u Davida bál, bylo čím dál tím víc zřetelnější!

Žárlivost v člověku vyvolává celou řadu negativních emocí: nízké vědomí vlastní hodnoty, nenávisť, podezírání, nedůvěru, strach, vinu a hněv. Saul měl z Davida strach – a 18. kapitola to naznačuje hned několikrát. Nejspíše se bál, že ztratí královský trůn. Možná měl strach i z toho, že se David stane největším hrdinou v Izraeli. Hlavní příčina jeho strachu však spočívala v tom, že s Davidem „byl Hospodin, kdežto od Saula odstoupil“ (1S 18,12).

Už skutečnost, že s ním není Bůh, musela v Saulovi vyvolávat strach. Ten byl však umocňován tím, že s Davidem byl Hospodin (v. 12). Saul nedokázal v této situaci použít jednoduchou Gamalielovu logiku: „Nechte tyto lidi a propusťte je. Pochází-li tento záměr a toto dílo z lidí, rozpadne se samo; pochází-li z Boha, nebudete moci ty lidi vyhubit...“ (Sk 5,38.39). Když Hospodin lidem žehná, zbytečná je žárlivost nebo snaha o jejich záhubu. Bůh bude i nadále s nimi a ochrání je.

Aplikace

1 když byl Saulův postoj špatný, je pro nás lidsky pochopitelný. Jaký je tvůj bezprostřední postoj vůči někomu, kdo by mohl představovat možné ohrožení tvé pozice? Jsi ochoten ve všem se podřídít Bohu, nebo začneš dělat intriky?

Saul žárlí na Davida – 2

Saul řekl Jonatanovi a všem svým hodnostářům, že chce, aby David zemřel. (...) Jonatan pak před Saulem Davida chválil. „Ať král neubližuje svému služebníku Davidovi,“ řekl mu. „Vždyť ti nijak neubližil. Naopak, velmi ti svou službou prospěl. Nasadil vlastní život, aby zabil toho Filiština, a tak Hospodin daroval celému Izraeli veliké vítězství. Když jsi to viděl, radoval ses. Proč bys ubližoval nevinnému člověku? Proč bys Davida pro nic za nic zabíjel?“ Saul tedy Jonatana poslechl a přísahal: „Jakože je živ Hospodin, nebude zabit!“ (...) Jednou, když Saul seděl ve svém domě s kopím v ruce, přišel na něj zlý duch od Hospodina. Zatímco mu David hrál, Saul po něm mrštil kopí, aby Davida připíchl ke zdi. Ten ale Saulovi uhnul a kopí se zabodlo do zdi. David se dal na útěk a ještě té noci uprchl. (...) Když přišli Saulovi poslové, aby Davida zadrželi, řekla jim: „Je nemocný.“ Saul je pak vyslal za Davidem znovu, aby se sami přesvědčili. Řekl jim: „Přineste ho ke mně třeba na lůžku, ať ho zabiju!“ (1S 19,1,4–6.9.10,14,15 – B21)

Zpočátku Saul pracoval tajně a nenápadně ve snaze odstranit možnou hrozbu, jakou pro něj David byl. Když se svým skrytým jednáním neuspěl, otevřeně začal připravovat vražedné plány. Je velmi pravděpodobné, že ho zprvu ani nenapadlo, jak daleko to jde. Když dáme hříchu volný průchod, málokdo si uvědomí, kam nás hřích unáší.

Saula posedla touha zabít Davida. Jeho negativní pocity, které zažil poprvé ve chvíli, kdy ženy zpívaly a tančily na počest Davida, brzy dosáhly takové úrovně, že chtěl Davida připravit o život. V 18. a 19. kapitole čteme o osmi konkrétních pokusech zavraždit Davida.

Zbytek příběhu je smutný. Saul je na tom stále hůř. Jeho nenávisť a žárlivost roste, podezřívá Davida z kde čeho a je přímo posedlý vražednými myšlenkami. Pronásleduje ho rostoucí strach z Pelištejců. Pod záminkou, že drží s Davidem, přikázal pobít 85 Hospodinových kněží a mnoho mužů, žen, dětí, nemluvnat i dobytek v kněžském městě Nób (1S 22,17–19). Kam ho jen dovedla žárlivost!

Ze strachu před nájezdem Pelištejců se dokonce rozhodl jít za veštkyní. Byla to praktika, kterou sám kdysi zavrhl. Následujícího dne on i jeho synové padli v boji s Pelištejci (1S 31), jak mu zlý duch předpověděl.

Saul dovolil, aby v něm žárlivost zapustila kořeny. Vydal se cestou úplného odpadnutí a záhuby. Jeho hřích způsobil utrpení celé jeho rodině. Naše špatné skutky negativně ovlivňují i druhé.

Osobní studium

Z každého příkladu, který jsme dosud uvedli, vyplývá, že žárlivost má dalekosáhlé důsledky. Člověk, který žárlivost pocítí poprvé, takové důsledky vůbec předpokládá. Proto je velmi důležité, abychom činili pokání, jakmile se tato zničující emoce zrodí v našem srdci.

Aplikace

Žárlivost na Ježíše

Potom řekl tomu člověku: „Zvedni tu ruku!“ Zvedl ji, a byla zase zdravá jako ta druhá. Farizeové vyšli a smluvili se proti němu, že ho zahubí. Ježíš to poznal a odešel odtamtud. Mnozí šli za ním a on všechny nemocné uzdravil. (Mt 12,13–15)

Když se lid toho jitra shromáždil před Pilátovým domem, zeptal se jich místopředseda: „Koho vám mám propustit – Barabáše, nebo Ježíše Krista?“ Věděl, že Ježíše udali velekněží, protože mu záviděli jeho popularitu. (Mt 27,17.18 – SNC)

Osobní studium

Je zajímavé sledovat, jak Matouš zaznamenává Ježíšovo působení. Po všem vyučování, podobenstvích, zázracích a znameních, které Ježíš učinil, došli představitelé národa k tragickému závěru – je třeba ho zabít. Následovalo ho totiž příliš mnoho lidí. Velekněží a starší ztratili ze zřetele hlavní cíl a smysl náboženství – lásku k Bohu a lásku k bližnímu. Ježíš přinesl lidem nový pohled na zbožnost. I náboženští představitelé slyšeli dobrou zprávu o spasení. Místo aby Ježíši poděkovali za to, že je upozornil na špatnou cestu, kterou se vydali, rozhodli se ho popravit. Lidé často oslepnou vlastní žárlivostí natolik, že nejsou schopni vnímat, co se kolem nich děje. Byli ochotni zpochybnout to, čeho byli svědky desetitisíce lidí.

Obyčejní lidé byli vůči Ježíši otevřenější než mnozí náboženští představitelé, kteří měli strach, že Ježíš změní daný stav a ohrozí jejich pozici. Ježíšovo učení se v mnoha bodech lišilo od jejich a bylo pro lid mnohem přitažlivější. Jejich strach z jeho vlivu byl opodstatněný. Žel že jim šlo více o to, aby si udrželi svou moc a vliv, než aby znali a následovali Pravdu.

Nebylo tajemstvím, že jejich motivací byla žárlivost. Podle Mt 27,18 dokonce i římský místopředseda Pilát znal jejich pohnutky. Je smutné, že tito představitelé byli natolik zaslepeni svou žárlivostí, že si mysleli, že obhajují víru před nějakým podvodníkem, který chce přivést národ do záhuby. Neměli dovolit, aby žárlivost ovládla jejich myšlení. Nedokázali se v pokoře a víře sklonit před Bohem. Tragické důsledky jejich zatvrzelého postoje je přivedly do věčné záhuby.

Aplikace

Kdy jsi naposledy někomu něco záviděl? Týkalo se to věcí (majetek, krása), postavení (vliv, moc) nebo darů (schopnost učit, vést, kázat)? Která příkázání z Desatera nás chrání před závistí a žárlivostí?

Podněty k zamyšlení

„Satan byl kdysi nejvýznamnějším andělem v nebi. Jeho tvář, která se podobala ostatním andělům, vyzařovala klid a štěstí a svědčila o velké inteligenci. Měl dokonalou postavu, působil vznešeným a velkolepým dojmem. Když však Bůh řekl svému Synu: Učiňme člověka k obrazu svému, satan začal žárlit na Ježíše. Přál si, aby se i s ním radili o tom, jak stvořit člověka. Protože se tak nestalo, naplnila ho závist, žárlivost a nenávisť. Toužil po tom, aby hned po Bohu přijímal v nebi nejvyšší pocty.“ (EW 145)

„Saulova touha po oblíbě měla rozhodující vliv na jeho činy a způsob myšlení. Jeho měřítkem pro to, co je správné a co špatné, byla popularita. Saulovou ctížádostí bylo být první v očích lidí. Do královny mysli vstoupilo pevné přesvědčení, že David si získá srdce lidu a bude vládnout místo něho. Saul otevřel své srdce duchu žárlivosti, která otráвила jeho nitro.“ (NÚD 318; PP 650)

Otázky k rozhovoru

- 1. Za co všechno bys měl být vděčný? Proč je důležité pěstovat ducha vděčnosti, nikoli ducha závidění a stížnosti?*
- 2. Může být žárlivost někdy užitečná? Může člověka motivovat k cestě vpřed? Zdůvodni svou odpověď.*
- 3. Uvažujte o některých biblických postavách, které jsme zmínili v tomto úkolu – o nejvyšším andělovi v nebi, králi Izraele, náboženských představitelích v Izraeli. Všichni zastávali vysoké pozice, měli vliv a mnoho obdarování. A přece dovolili, aby je ovládla žárlivost a způsobila zmatek a zkázu. Žárlivost je problémem našeho srdce. Jak je možné, že někdo má spoustu věcí, které nabízí tento svět, a přece se nakazí závidět a žárlivostí?*
- 4. E. G. Whiteová v knize Patriarchové a proroci napsala, že vážným nedostatkem Saulovy povahy byla jeho touha být oblíbeným. Jediný „malý“ nedostatek – a pohleďte, co způsobil! Jaké nebezpečí nám hrozí, pokud se nebudeme snažit přemoci naše charakterové nedostatky dříve, než ony přemohou nás? Jaká biblická zaslíbení nám mohou dát naději a povzbudit nás k vítězství?*

OSVOBOZEN OD ZÁVISLOSTI

Texty na tento týden:

Př 23,29–35; 1K 7,2–5; Mk 10,17–27; 1Pt 3,3.4

Základní verš

Když vás Syn osvobodí, budete skutečně svobodni. (J 8,36)

V posledních desetiletích jsme byli svědky toho, jak se mnohé národy vysvobodily z politické tyranie a nesvobody. Existuje však i jiné zotročení velmi vážných rozměrů, které překračuje hranice států – zotročení toxickými látkami. Alkohol, tabák a jiné látky ovládají miliony lidí. Na vzestupu jsou i silná nechemická narkotika, pornografie, sex, hazardní hry (nebo hazardní investice), hromadění peněz a majetku.

Všechny zmíněné závislosti vytvářejí návyk (člověk se cítí nespůj, dokud si nedá další dávku) a určitý stupeň odolnosti (člověk potřebuje vždy trochu více, aby dosáhl předešlého efektu). Pro závislého člověka je nesmírně obtížné narušit cyklus, který ho drží v zajetí. Aby to dokázal, potřebuje silnou podporu rodiny, přátel, církve a často i odborníků na závislosti. Hlavně však potřebuje Boží moc. Ta bude působit v jeho životě a pomůže mu získat svobodu stejné kvality, jako je svoboda od hříchu, kterou nacházíme v Kristu.

Alkohol

Komu zbude „Ach“ a komu „Běda“? Komu sváry? Komu plané řeči? Komu zbytečné modřiny? Komu zkalený zrak? Těm, kdo se zdržují u vína, kdo chodí okoušet kořeněný nápoj. Nehleď na víno, jak se rdí, jak jiskří v poháru. Vklouzne hladce a nakonec uštkne jako had a štipne jako zmije. Tvé oči budou hledět na nepřístojnosti, z tvého srdce budou vycházet proradné řeči. Bude ti, jako bys ležel v srdci moře, jako bys ležel s rozbitou hlavou. „Zbili mě a nic mě nebolí, ztloukli mě a nevím o tom. Až procitnu, vyhledám to zas a zase.“ (Př 23,29–35)

Víno, pivo a destiláty se v naší kultuře spojují s nezapomenutelnými událostmi, radostnými příležitostmi, různými svátky a významnými obchodními jednáními. Slavnostní přípitek se stal nejen společensky přijatelný, ale při jistých příležitostech dokonce téměř samozřejmý. Tak se projevuje zdánlivě nevinná tvář alkoholu. Žel že je zde i odvrácená strana alkoholu, o níž prodejci svým potenciálním zákazníkům samozřejmě neříkají.

Obraz lákavého vína, které po chvílce kousne jako had a poštípe jako zmije, je velmi silný. Chemické složení alkoholu nepůsobí v lidském těle jako potrava, ale jako toxická látka. Když se dostane do žaludku, během několika minut se pomocí krevního oběhu dostane do mozku, plic, ledvin a srdce. Zvláště játra jsou tím velmi zatěžována. Aby alkohol rozložila, musí několik hodin tvrdě pracovat. V případě notorického alkoholika dochází k poškození orgánů. Po určitém čase se u takového člověka začne projevovat vícero nemocí.

Účinek alkoholu je silnější, než si člověk uvědomuje. Téměř polovina všech automobilových nehod a pracovních úrazů je zapříčiněna právě alkoholem. Veřejné i soukromé zdroje se odčerpávají na poskytování zdravotní péče a léčbu nemocí způsobených přímo alkoholem. A nejen to. Partner a děti člověka závislého na alkoholu se nejednou stávají oběťmi slovních útoků a psychického i fyzického týrání. Alkohol má velký vliv i na emoce člověka. Velmi často je průvodním jevem agresivita, hněv a podrážděnost. Za alkohol člověk platí vysokou společenskou i osobní daň.

Alkohol, podobně jako ostatní látky působící na psychiku, ovlivňuje naši schopnost činit správná morální rozhodnutí. Pod jejich vlivem lidé většinou klesají hlouběji a hlouběji do hříchu.

Závislí lidé si potřebují uvědomit svůj problém. Potřebují, aby jim pomohl někdo silnější. Neobejdou se bez léčby pod vedením kvalifikovaných odborníků ani bez Boží milosti a podpory rodiny nebo laskavého církevního společenství.

**Osobní
studium**

Jako adventisté sedmého dne zaujímáme k požívání alkoholu odmítavý postoj. Ze dvou modelů pití alkoholu (střídmé pití a abstinence) jsme se z několika důvodů rozhodli právě pro abstinenci. Uvažuj o příbězích z Bible, kde se zmiňuje alkohol (u Jana Křtitele, nazarejců, Noeho, Heroda aj.). Jak můžeme pomoci těm mezi námi, kteří zápasí s tímto problémem, aniž bychom někoho odsuzovali?

Aplikace

Sexuální závislost

Bud' požehnan tvůj zdroj, raduj se z ženy svého mládí, z milované laně, z líbezné srny; její prsy at' tě vždycky opojují, kochej se v jejím milování ustavičně. (Př 5,18,19)

Ale abyste se vyvarovali smilstva, at' má každý muž manželku a každá žena manžela. Muž at' své ženě plní manželskou povinnost, stejně jako žena svému muži. Ženino tělo už nepatří jí, ale manželovi, stejně jako mužovo tělo už nepatří jemu, ale manželce. Neodpírejte se jeden druhému – jedině po vzájemné shodě, že se na čas uvolníte pro modlitbu. Potom zase buďte spolu, aby vás nepokoušel satan, kdybyste se nemohli ovládnout. (1K 7,2–5 – B21)

Osobní studium

Sexualita je jedním z mnoha příjemných darů, kterými Bůh obdaroval muže a ženy. Je určena nejen k plození dětí, ale také jako zdroj radosti, intimity a zachování jednoty – ovšem jen v kontextu manželství mezi jedním mužem a jednou ženou (Gn 1,27,28; 1K 7,2). Sexualita podle Božího záměru přináší nádherné emoce. Pokud se od Božího plánu odkloníme, stává se hříchem, který má mnohdy ničivé důsledky (1K 6,18,19). Jen Bůh zná rozsah zkázy, jaký lidské rodině způsobila sexuální nemorálnost.

Sex je velmi silná touha. Snadno se může stát, že člověka pohltí natolik, že ji už nedokáže ovládat. A co je horší, čím víc se jí člověk oddává, tím více sexu potřebuje, aby dosáhl předešlé úrovně uspokojení.

Obvyklými pěšinami vedoucími k sexuální nemravnosti a závislosti jsou prostitute a cizoložství (Př 5,3–14; 6,27–7,27). Dnes jsou dostupné i jiné formy sexuální závislosti. Vážný problém se stal z internetové pornografie. Stačí několik kliknutí myši a váš domov nebo kancelář se stane místem nemravných a velmi ponižujících aktů. Tyto praktiky velmi rychle vytvářejí závislost a ničí manželské a rodinné svazky. Není možné vyčíslit škody, které na tomto světě napáchalo cizoložství.

Jak často si člověk zahrává se sexuální nemravností! Ti, co se jí nedali dosud zlákat, udělají dobře, když se jí budou zdaleka vyhýbat. Každý člověk, který je ohrožen sexuálním pokušením mimo posvátného svazku manželství, by se měl zachovat jako Josef (Gn 39,7–12).

Bůh je ochoten odpustit a vysvobodit kohokoliv, kdo uvízl v pasti sexuální závislosti. Rozhodující však je, aby se člověk podřídil Bohu (Jk 4,7). Mechanismus závislosti je natolik složitý, že může být nutná odborná pomoc. Velkou pomocí může být podpora skupin, které v léčbě počítají s Pánem Bohem jako nejvyšším zdrojem podpory a mají odborné zkušenosti s léčbou tohoto problému.

Aplikace

Jak pomoci člověku, který se v této oblasti dopustil hříchu a teď hledá Boží odpustění a uzdravení? Předpokládejme, že je to i tvůj problém. Jak se ujistit, že máš naději, pokud se jí ty sám nevzdáš? Mysli na to, že Ježíš odpouští – i uzdravuje.

Hazardní hry – gamblerství

Kdo chce být bohatý, upadá do osidel pokušení a do mnoha nerozumných a škodlivých tužeb, které strhují lidi do zkázy a záhuby. Kořenem všeho toho zla je láska k penězům. Z touhy po nich někteří lidé zbloudili z cesty víry a způsobili si mnoho trápení. (1Tm 6,9.10)

I když Bible neříká nic o hazardních hrách (gamblerství), a tudíž je ani nezakazuje, sotva si umíme představit Ježíše nebo Pavla, jak sedí za automaty v Las Vegas.

Pavel navíc varuje před láskou k penězům. Říká, že je kořenem všeho zla a důvodem toho, proč se lidé zřikají víry (1Tm 6,10). V touze rychle zbohatnout se pro některé stanou hazardní hry satanovým osidlem, které využije k tomu, aby je zničil.

Je rozdíl mezi rozumným investováním prostředků (Mt 25,15–30) a hazardními hrami. Hazardní hry jsou pro ty, co prohrávají. Jaké jsou například šance vyhrát v loterii? Máte větší šanci být zasaženi bleskem než vyhrát v loterii.

Samotný rozum by nás měl varovat před tím, abychom jakékoli množství peněz a času vkládali do hazardních her. Průmysl s hazardními hrami může existovat jen díky tomu, že lidé více ztrácejí než vyhrávají. A přece se najde mnoho těch, kteří uvěří snu o vítězství. Neposlouchají totiž svůj rozum, ale emoce. Pocit vzrušení ze hry je pro ně tím nejdůležitějším – přehluší i pocit vlastní hanby či bolesti nejbližších.

Jak je to možné? Zdá se, že tento problém stojí na otázce vnímání vlastní hodnoty. Mnozí pocítí zvláštní uspokojení, když sní o výhře a o tom, jak se získanými penězi naloží. Když nevyhrají, o to víc doufají, že to vyjde příště. Proto opakovaně riskují. Poté, co přijdou o všechny peníze, začnou si půjčovat, lhát, a dokonce i krást, jen aby získali další „dávku“ této nechemické drogy.

Možná si myslíme, že gamblerství není problémem lidí z naší církve. Toto zdání je velmi klamné. Není důvod si myslet, že dnes (kdy je gamblerství všudypřítomné) se s hazardními hrami členové církve neseťkávají, zvláště když on-line gamblerství vám „přinese“ kasino až domů.

Léčba gamblerství probíhá na několika úrovních: Zaprvé, oběť musí uznat, že má vážný problém. To je základní předpoklad. Mnoho lidí si svou závislost nepřizná. Měli bychom pozorně naslouchat poznámkám lidí z našeho okolí a nebrat jejich upozornění na lehkou váhu. Pak s tím postižený musí okamžitě přestat a najít si podporu a útočiště ve skupině lidí, kteří ho podrží, aby se vyhnul možnému návratu zpět. Je třeba si dávat pozor a vyhýbat se jakýmkoliv podnětům, které by mohly dotýcného znovu přilákat ke hrám. Pokud nechce znovu padnout, musí pracovat na posílení vědomí své hodnoty. A co je nejdůležitější, při zápase s jakýmkoliv pokušením je rozhodující být v trvalém spojení s Bohem a domáhat se splnění jeho zaslíbení o uzdravení.

Co bys řekl a udělal, kdyby se ti někdo, koho znáš, svěřil s tím, že je gambler a nedokáže s tím přestat? Na která biblická zaslíbení bys zaměřil jeho pozornost? Viz též 1K 10,13 a 1Pt 4,1.2.

**Osobní
studium**

Aplikace

Láska k penězům

Vzdal ode mne šálení a lživé slovo, nedávej mi chudobu ani bohatství! Opatřuj mě chlebem podle mé potřeby, tak abych přesycen neselhal a neřekl: „Kdo je Hospodin?“ ani abych z chudoby nekradl a nezneuctil jméno svého Boha. (Př 30,8.9)

Když se vydával na cestu, přiběhl k němu nějaký člověk a poklekl před ním a ptal se ho: „Mistře dobrý, co mám dělat, abych měl podíl na věčném životě?“ (...) Ježíš na něj s láskou pohleděl a řekl: „Jedno ti schází. Jdi, prodej všechno, co máš, rozdej chudým a budeš mít poklad v nebi; pak přijď a následuj mne!“ On po těch slovech svěsil hlavu a smuten odešel, neboť měl mnoho majetku. Ježíš se rozhlédl po svých učednících a řekl jim: „Jak těžko vejdou do Božího království ti, kdo mají bohatství!“ (Mk 10,17–23)

Osobní studium

Bible neurčuje, jakou sumu peněz bychom měli v životě získat, ale varuje nás před zlým postojem k penězům a majetku – před chamtivostí a lakomstvím. Pokud má člověk nesprávný postoj k penězům, může se stát chorobně posedlý až závislý na stále větším výdělku (i když získaném čestným způsobem) nebo na hromadění majetku. Často pak tomu věnuje tolik času a úsilí, že se mu samotné vlastnění věcí či peněz stane falešným bohem. Peníze mohou být pomocí i prokletím. Šťěstí ani věčný život si za ně však nekoupíme.

Informační technologie nám mnohé věci usnadnily, což na druhé straně představuje větší riziko pro ty, co mají sklon stát se závislími. Soukromí investoři na burze mohou nyní provádět operace přímo přes internet. Někteří z nich tomu natolik propadnou, že sedí celé hodiny před počítačem, jen aby získali peníze. To se však neslučuje s postojem dobrého hospodáře, který moudře a opatrně investuje své peníze.

Slova „svěsil hlavu a smuten odešel“ (Mk 10,22) naznačují, že jeho láska k majetku byla větší než jeho láska k Mistrovi. Hromadění peněz nebo jiného vlastnictví samo o sobě nemusí být špatné. Vše závisí na tom, kde je naše srdce (Mt 6,21). Nebezpečným se to stává tehdy, když ztratíme ze zřetele to, co má být v našem životě na prvním místě – hledání Božího království a jeho spravedlnosti (v. 33).

Loď Chanunga se na své plavbě z Liverpoolu do Ameriky srazila 9. dubna 1847 s malou lodí z Hamburku. Na její palubě bylo více než dvě stě pasažérů. Půl hodiny po srážce se loď potopila. Námořníci sice stihli spustit na moře záchranné čluny, aby se na ně ztroskotanci dostali, ale přesto se zachránilo jen 34 lidí. Proč tak málo? Mnozí se z obavy, aby nepřišli o své jmění, snažili zachránit své zlato a stříbro tak, že si je uvázali kolem pasu. Nechtěli přijít o své peníze a majetek, proto přišli o svůj život.

Aplikace

Peníze k životu potřebujeme. Každý by jich chtěl mít dost na to, aby mohl klidně žít. Měli bychom se však sami sebe ptát: Mám pod kontrolou svou touhu po penězích, nebo ovládá ona mě?

Zrcadlo, zrcadlo...

Neukládejte si poklady na zemi, kde je ničí mol a rez a kde je zlodějí vykopávají a kradou. Ukládejte si poklady v nebi, kde je neničí mol ani rez a kde je zlodějí nevykopávají a nekradou. Neboť kde je tvůj poklad, tam bude i tvé srdce. (Mt 6,19–21)

Pro vás se nehodí vnější ozdoba – splétat si vlasy, ověšovat se zlatem, střídat oděvy – nýbrž to, co je skryto v srdci a co je nepomíjitelné: tichý a pokojný duch; to je před Bohem převzácné. (1 Pt 3,3,4)

Společnost klade nadměrný důraz na vnější vzhled (image, dojem). Je to slabost, která provází lidi od nepaměti. V našich dnech však dosáhl důraz na krásu a péči o zevnějšek oblundných rozměrů. V celosvětovém měřítku zaujímá kosmetický průmysl více než polovinu objemu maloobchodního prodeje potravin. Kromě samotné kosmetiky mnozí utrácení značné prostředky na formování pěkné postavy, plastické operace, úpravu vlasů, speciální diety atd. A to vše jen proto, aby zlepšili svůj vzhled.

Hrozí riziko, že se tato silná touha stát se krásnějším změni v závislost. Můžeme ji pozorovat ve fitness centrech i kosmetických salonech. Někteří natolik touží po abnormální štíhlosti, že trpí poruchou příjmu potravy (anorexií), čímž přímo ohrožují své zdraví i život. Další se mohou stát posedlí krásou do té míry, že podstupují složité, nákladný a nikdy nekončící proces úprav.

Být fit a dobře vypadat? Na tom přece není nic špatného, právě naopak! Samozřejmě že záleží na tom, jak se cítíme. Ale posedlost vnějším vzezřením může naše srdce přitáhnout natolik, že dovolíme, aby se nám zevnějšek stal modlou. Ježíš řekl, že si máme ukládat poklad v nebi, ne na zemi, kde věci nemají dlouhého trvání a navíc nás odvádějí od Božího království. Pokud jde o vnější vzhled, jednou věcí si můžete být jisti: dříve či později ho poznamená „zub času“.

Podobně jako materiální bohatství, i naše tělo je poklad, který nám byl svěřen. Když mu však věnujeme více pozornosti než našemu duševnímu, duchovnímu a sociálnímu rozvoji, hrozí vážné nebezpečí, že se nám stane modlou. Není vždy snadné najít v této oblasti potřebnou rovnováhu. Všichni bychom si proto měli dávat na toto nebezpečí pozor.

Jaké poselství předáváme v této oblasti mladým lidem ve svém sboru? Na co dáváme důraz? Jakým, možná i nepatrným způsobem můžeme šířit špatný vliv?

**Osobní
studium**

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„Slova a činy jasně ukazují, co je v srdci. Pokud je srdce naplněno ješitností a pýchou, láskou k sobě a láskou k oblékání, rozhovor se bude týkat módy, oblékání, vzhledu, ale ne Krista ani nebeského království. Je-li srdce naplněno závistí, projeví se to v slovech a činech. Ti, co se porovnávají s ostatními nebo je napodobují, si nedávají vyšší cíle. Vymlouvajíce se na slabosti a selhání jiných, živí se „plevami“ a zůstanou duchovně neduživí. Satana potěší tím, že mu odevzdají všechny své neposvěcené city. Někteří stále přemýšlejí o tom, co budou jíst, pít a co si obléknou. Tyto myšlenky jsou ovocem toho, čím je naplněno srdce, jako kdyby dočasné věci byly hlavním smyslem života, jeho nejvyšší metou. Tito lidé zapominají na Ježíšova slova: ‚Hleďte především jeho království a spravedlnost, a všechno ostatní vám bude přidáno‘ (Mt 6,33).“ (1T 500)

Otázky k rozhovoru

- 1. Společně uvažujte o poslední otázce v části na čtvrtek.*
- 2. Proč je důležité neodsuzovat ty, kdo zápasí se závislostí jakéhokoli druhu? Proč bychom měli být v tomto směru velmi opatrní?*
- 3. Některé závislosti jsou považovány za společensky přijatelnější než jiné. Vždyť kolik lidí se léčí ze závislosti na majetku nebo moci? Jak se ubránit tomu, aby společenské hodnoty ovlivňovaly náš postoj k těmto věcem?*
- 4. Pravděpodobně každý z nás trpí určitou formou závislosti. U každého je tato míra různá. V jaké oblasti potřebuješ prožít vysvobození? Proč bychom se nikdy neměli vzdát a myslet si, že své závislosti nemůžeme být zbaveni? Co je klíčem k tomu, abychom dovolili Kristu působit v našem životě a získat tak vítězství? Viz L 9,23.*
- 5. Připravuje církev nějaké programy na pomoc lidem, kteří se chtějí zbavit závislosti? Jak může váš sbor pomoci těmto lidem? Můžeme tyto programy považovat za „mostové“ akce určené k oslovení lidí?*
- 6. Přečtěte si 1Pt 4,1,2. Jaké je zde poselství pro nás, co se týče překonávání hříšných závislostí?*

PŘÍRODA JAKO ZDROJ ZDRAVÍ

Texty na tento týden:

Gn 1,27–2,25; Gn 3; Jr 10,12.13; Ž 19,1–7; Mt 6,25–34; Ž 104

Základní verš

Nebesa vypravují o Boží slávě, obloha hovoří o díle jeho rukou. Svoji řeč předává jeden den druhému, noc noci sděluje poznatky. (Ž 19,2.3)

Bůh stvořil Adama a Evu ke svému obrazu. Mohli dostat lepší dědictví? Pak je umístil do zahrady Eden. Mohli žít v lepším prostředí? Dědičnost i prostředí vytvářely úžasnou rovnováhu, která napomáhala udržovat jejich dokonalé psychické i fyzické zdraví.

Hřích však všechno zničil. S příchodem druhé generace se svět zamořil žárlivostí, nenávistí a násilím. Trpěla i příroda. Když hřích dosáhl neúnosných rozměrů, došlo k potopě, která navždy změnila podobu této země.

A přesto zůstalo v přírodě mnoho krásy a dobra. Dosud nám poskytuje dostatečné množství zdrojů k naplnění našich základních potřeb. Příroda se také může stát zdrojem radosti, štěstí a pohody a tak alespoň částečně vyvážit utrpení způsobené hříchem.

Navzdory občasným náhlým a smrtonosným záchvěvům je příroda dodnes zdrojem duševního a tělesného zdraví. Může nás také přitáhnout blíže ke Stvořiteli, prameni veškeré dobroty. „Každý dobrý dar a každé dokonalé obdarování je shůry, sestupuje od Otce nebeských světél. U něho není proměny ani střídání světla a stínu...“ (Jk 1,17).

Dokonalé prostředí

A Hospodin Bůh vysadil zahradu v Edenu na východě a postavil tam člověka, kterého vytvořil. Hospodin Bůh dal vyrůst ze země všemu stromovi žádoucímu na pohled, s plody dobrými k jídlu, uprostřed zahrady pak stromu života a stromu poznání dobrého a zlého. Z Edenu vychází řeka, aby napájela zahradu. Odtud dál se rozděluje ve čtyři hlavní toky. (...) Hospodin Bůh postavil člověka do zahrady v Edenu, aby ji obdělával a střežil. (Gn 2,8–15)

Osobní studium

Protože žijeme ve světě poznamenaném a zamořeném hříchem, sotva si umíme představit, jak žili naši první rodiče v zahradě Eden. Neznali hřích, trápení, smrt – nic, co by jim působilo zármutek a bolest, které jsou pro nás tak důvěrně známé. V jistém smyslu jsme si na tyto věci již zvykli. Připadají nám tak běžné, že zapomínáme, že jsou to vetřelci, kteří nebyli součástí původního stvoření a nikdy neměly existovat. Bůh však slíbil, že jednou navždy pomine.

Prostředí v zahradě Eden se liší od toho, ve kterém žijeme my. První pár Bůh hned po stvoření umístil do zahrady, kterou sám vysadil (Gn 2,8). Přestože biblický záznam je velmi stručný, tato zahrada musela oplývat bohatou rozmanitostí ovoce různého druhu. Představte si, jak bohatou úrodu nám příroda přináší dnes, a to je již vyčerpána a poškozena. První lidé mohli svými smysly vnímat pohledy, zvuky, chutě, doteky a vůně, které jim určitě působily uspokojení a pocit pohody.

Adam a Eva měli naplněny všechny tělesné, emocionální a mentální potřeby. Neprožívali nejistotu, úzkost a starosti, protože neexistovalo nic, co by je vyvolávalo. „Stvořitel vybral pro naše první rodiče prostředí, které bylo pro jejich zdraví a štěstí nejvhodnější. Nepostavil je do paláce ani je neobklopil umělými ozdobami a přepychovými věcmi, po nichž dnes mnozí tak touží a které se snaží získat. Umístil je do prostředí, kde byli v těsném styku s přírodou a v úzkém spojení se svatými nebeskými bytostmi.

V zahradě, kterou Bůh připravil jako domov pro své děti, se oko na každém kroku setkávalo s půvabnými keři a překrásnými květinami. Byly tam stromy všech druhů, mnohé z nich obtíženy vonnými a chutnými plody. Na jejich větvích pěli ptáci své chvalozpěvy. V jejich stínu si spolu beze strachu hrála zvířata.“ (ŽNP 135; MH 261)

Aplikace

Zkus si představit, jak asi vypadala zahrada v Edenu. Představ si obrazy, vůně a chutě, které mohou působit na naše smysly. I naše tělo bylo stvořeno jako „dobré“, abychom se z něj mohli těšit. Jaké poselství ti dokonalé stvoření přináší o našem Stvořiteli?

Hřích a příroda

1 viděl Hospodin, jak se na zemi rozmnožila zloville člověka a že každý výtvar jeho myslí i srdce je v každé chvíli jen zlý. Litoval, že na zemi učinil člověka, a trápil se ve svém srdci. (Gn 6,5.6)

Přestože dodnes vidíme v přírodě mnoho divů a krásy, má i svoji odvrácenou tvář. Kromě nádhery a zázraků pozorujeme také hlad, zemětřesení, mor a nemoci. Něco zde není v pořádku.

Hřích měl na život lidí v tělesné i duchovní oblasti bezprostřední důsledky (Gn 3). Trpěla i příroda. Ničivé účinky hříchu se projevily nejméně ve třech oblastech:

1. Půda byla prokletá (Gn 3,17). Po odchodu ze zahrady v Edenu Adam a Eva narazili na okamžité překážky při obdělávání půdy – půda začala rodit nežádoucí trní a bodláčí. Je velmi pravděpodobné, že se objevili i škůdci, kteří narušili zdravý růst rostlin a stromů. Po zničení země potopou se podmínky ještě zhoršily.
2. Lidé pocítili velkou změnu. Najednou se setkávali s únavou a bolestí. Změnil se vztah mezi mužem a ženou. Gn 3 naznačuje, že Eva původně neměla rodit děti v bolestech. Vztah Adama k zemi se také změnil. Teď se mu pracovalo mnohem hůř než dříve. Nevíme, do jaké míry působilo na první pár vědomí blížící se smrti, ale určitě to změnilo jejich pohled na život.
3. Hřích ovlivnil chování lidí i zvířat. Nenávist, žárlivost, sobectví, arogance a další projevy zla vyvolaly mezi lidmi agresivitu. Objevily se další způsoby ničení životního prostředí (možná srovnatelné s těmi, jaké známe dnes). Jak o tom čteme v Gn 3–6, zkaženost a násilí se vystupňovaly do té míry, že Bůh litoval, že stvořil člověka a živé tvory (Gn 6,5–7).

Neznáme skutečný rozsah všech těchto změn, ale předpokládáme, že došlo k vážným a hlubokým proměnám. Bůh ve svém nekonečném milosrdenství však do značné míry zachoval nádheru původního stvoření pro blaho lidstva.

**Osobní
studium**

Podívej se kolem sebe a všimni si krásy přírody. Co považuješ za největší divy přírody? Co zbylo z původní krásy stvoření? Jakou naději z toho můžeme čerpat?

Aplikace

Boží dary prostřednictvím přírody

Nebesa vypravují o Boží slávě, obloha hovoří o díle jeho rukou. Svoji řeč předává jeden den druhému, noc noci sděluje poznatky. Není to řeč lidská, nejsou to slova, takový hlas od nich nelze slyšet. Jejich tón zvučí celičkou zemí, zní jejich hovor po širém světě... (Ž 19,2–5)

On svou silou učinil zemi, svou moudrostí upevnil svět, svým rozumem napjal nebesa. Když vydá hlas, shlukují se na nebi vody, přivádí mlhu od končin země, déšť provází blesky, ze svých zásobnic vyvádí vítr. (Jr 10,12,13)

Vždyť to, co lze o Bohu poznat, je jim přístupné, Bůh jim to přece odhalil. Jeho věčnou moc a božství, které jsou neviditelné, lze totiž od stvoření světa vidět, když lidé přemýšlejí o jeho díle, takže nemají výmluvu. Poznali Boha, ale nevzdali mu čest jako Bohu ani mu nebyli vděční, nýbrž jejich myšlení je zavedlo do marnosti a jejich scestná mysl se ocitla ve tmě. Tvrdí, že jsou moudří, ale upadli v bláznovství. (Ř 1,19–22)

Osobní studium

Svět přírody je silným svědectvím nejen o existenci Boha, ale také o jeho moci. Je smutné, že lidé (nepochybně motivováni satanem) se odvrátili od živého Boha a uctívají stvoření místo svého Stvořitele (Ř 1,19–25).

V textu proroka Jeremjáše můžeme číst o Boží stvořitelské moci a jeho účasti v přírodním dění. Jak ale všichni víme, příroda se někdy obrátí proti nám. Zemětřesení, sopečná činnost a záplavy nám nahánějí strach. Proč k těmto tragédiím dochází? Co je způsobuje? Můžeme jim nějak předejít? To jsou otázky, na které nemáme odpověď. Co však víme, je realita velkého sporu mezi Bohem a satanem, o kterém čteme v prvních kapitolách knihy Jób. Satan může zneužít přírodní síly ke svým špatným cílům. Navzdory těmto přírodním katastrofám však můžeme v přírodě vidět i Boží dobrotu.

Nejen adventisté sedmého dne považují přírodu za Boží druhou knihu. Pokud s pokorou a pod vlivem Ducha svatého studujeme svět přírody, naše důvěra v Boha se prohloubí. Lépe také pochopíme Boží lásku k jeho stvoření. Tyto myšlenky se mohou stát významným zdrojem duševní a duchovní útěchy. Když vše ostatní selže, krása přírody, která hovoří o Bohu, může být pro nás studnicí naděje.

Aplikace

Kdybys někomu povídal o Boží dobrotě (projevené zvláště v přírodě) a on by se ptal na tsunami, zemětřesení, hlad a další katastrofy, jak bys mu odpověděl? Má příroda v tom, co nás může naučit o Bohu, své hranice?

Společenství s Bohem v přírodě

Proto vám pravím: Nemějte starost o svůj život, co budete jíst, ani o tělo, co budete mít na sebe. Což není život víc než pokrm a tělo víc než oděv? Pohleďte na nebeské ptactvo: neseje, nežne, nesklízí do stodol, a přece je váš nebeský Otec živí. Což vy nejste o mnoho cennější? (...) Po tom všem se shánějí pohané. Váš nebeský Otec přece ví, že to všechno potřebujete. Hleďte především jeho království a spravedlnost, a všechno ostatní vám bude přidáno. Nedělejte si tedy starost o zítřek; zítřek bude mít své starosti. Každý den má dost vlastního trápení.“ (Mt 6,25–34)

Mladý muž, který byl vychován jako ateista, uvěřil ve dvaceti letech v Boha. Hned po svém obrácení se rozhodl prožít několik měsíců v přírodě. Často bloudil po lesích a obdivoval Boha, který stvořil takovou nádheru. I do doby svého obrácení viděl v přírodě úžasné věci, ale až teď dokázal v tom všem vidět charakter Boha stvořitele. Řekl: „Bylo to, jako kdyby se mi poprvé v životě otevřely oči!“

Pozorováním stvořeného světa můžeme získat mnoho cenných duchovních poučení. Příroda však může být pro nás přínosem i v duchovní oblasti. V L 5,16 čteme, že Ježíš chodíval na poušť do samoty a tam se modlil. I my někdy potřebujeme odejít od všech starostí a být sami s Pánem v přírodě. Nádhera, klid, úleva a pohoda, které člověk může najít v přírodě, osloví naše srdce a mysl jedinečným, nezapomenutelným způsobem. Možná nezískáme zjevení nové pravdy, ba ani nové pochopení určité nauky či biblického textu. Příroda nám však umožňuje lépe si uvědomit lásku a moc tvůrce, stvořitele všeho na nebi i na zemi. I když můžeme prožívat takové tiché chvíle osobního společenství s Bohem i na jiných místech, není pochyb o tom, že čas strávený o samotě s Bohem v přírodě přináší zdraví a klid našemu tělu i duši.

„Všichni, kdo jsou vychováni Bohem, potřebují strávit hodinu v tichu a klidu, aby mohli rozmlouvat se svým srdcem, přírodou a Bohem. Mají totiž žít životem, který není v souladu se světem, s jeho zvyky a obyčejí. K tomu potřebují získat osobní zkušenost v poznávání Boží vůle. Musíme sami slyšet Boha, jak promlouvá k našemu srdci. Když zmlknou všechny ostatní hlasy a my v naprostém tichu čekáme před Bohem, vnitřní pokoj nám umožní lépe slyšet Boží hlas.“ (ŽNP 25; MH 58)

Kdy naposledy jsi strávil čas se svým Pánem v přírodě? Máš-li tu možnost, naplánuj si takové chvíle a prožij je. Možná budeš překvapen, jaký pozitivní duchovní vliv to na tebe bude mít.

**Osobní
studium**

Aplikace

Údiv nad stvořením

Dobrořeč, má duše, Hospodinu! Hospodine, Bože můj, jsi neskonale velký, oděš ses velebnou důstojností. Hališ se světlem jak pláštěm, rozpínáš nebesa jako stanovou plachtu. Mezi vodami si kleneš síně, z mračen si víz činíš a vznášíš se na perutích větru. Z víchrů si činíš své posly, z ohnivých plamenů sluly. (...) Prameny vysíláš do potoků, které mezi horami se vínou. Napájějí veškerou zvěř polí, divocí oslí tu hasí žízeň. Při nich přebývá nebeské ptactvo, ozyvá se v ratolestech. (...) Dáváš růst trávě pro dobytek i rostlinám, aby je pěstoval člověk, a tak si ze země dobýval chléb. (...) Jak nesčetná jsou tvá díla, Hospodine! Všechno jsi učinil moudře; země je plná tvých tvorů... (Ž 104)

Osobní studium

Populární filozofický názor 19. století známý jako deismus tvrdil, že Bůh sice stvořil tento svět, ale více se o něj nestará. Jinými slovy, Bůh sice existuje, ale o tento svět se nezajímá.

Tento názor je v rozporu s tím, co učí Bible. Není tomu tak, že by Bůh „natahl“ svět jako pomyslné natahovací hodiny a pak jej nechal být, ať se v něm stane, co se má stát. Podle Bible se Bůh o svět nejen zajímá, ale aktivně do něj vstupuje. Konečně, co jiného znamená golgotský kříž než přímou Boží účast a zásah do lidských dějin!

Snad nejpůsobivější na celém 104. žalmu je nadšení a vzrušení, které cítíme v samotných slovech. Žalmista se těší z Boží stvořitelské a udržující moci. Téměř slyšíme, s jakou chválou a s jakým obdivem pronáší tato slova. Vidí Boha v každodenním životě přírody.

Bůh, jak nám ho představuje tento žalm, není podobný bohu deistů. Je to Bůh, který zasahuje do dění na tomto světě. Ať byly osobní problémy žalmisty jakékoli, v Boží moci nacházel útěchu a naději. Jistě, přemýšlení o ptáčích v jejich hnízdech nebo o lvech hledajících svoji potravu nevyřešilo jeho každodenní problémy, ale pomohlo mu to vidět v přírodě věci, které ho ujišťovaly o Boží moci a dobrotě – a to mu dodávalo naději.

Příroda může být také zdrojem zdraví pro naše tělo, mysl i ducha. Čerstvý vzduch, slunce, voda a zdravá strava mohou udělat divy pro naše tělesné i duševní zdraví. Tyto přírodní léky jsou stále účinnými prostředky pro zdraví i uzdravení.

Někteří lékaři také lidem doporučují, aby opustili pracovní a stresové prostředí a na nějaký čas odjeli někam do přírody, kde si budou moci odpočinout. Příroda a přírodní prostředí mají příznivý vliv na naši fyzickou a psychickou pohodu. Vždyť Bůh umístil naše první rodiče do zahrady, ne na náměstí. Něco v nás víc rezonuje, když jsme na poli a pozorujeme polní květy, než když stojíme na asfaltovém parkovišti.

Aplikace

Příroda je pro nás velkým Božím darem. Měli bychom se co nejvíce těšit z jejích předností. Jakými způsoby můžeme využívat Boží dar přírody?

Podněty k zamyšlení

„Domov našich prvních rodičů měl být vzorem pro další domovy, až jejich děti začnou osidlovat zemi. Tento domov, zkrášlený rukou samého Boha, nebyl nádherným palácem. Lidé si ve své pýše libují ve velkolepých a skvostných budovách a vychloubají se dílem svých vlastních rukou. Bůh však umístil Adama do zahrady. Ta byla jeho příbytkem. Modrá obloha byla jeho kopulí, země se svými nádhernými květinami a kobercem živé zeleně jeho podlahou, větve krásných stromů jeho baldachýnem. Jeho stěny byly ověšeny nejkrásnější výzdobou, dílem rukou velkého Umělce. Vše to, co obklopovalo svatý pár, je poučením pro všechny časy, že pravé štěstí není v rozmařilosti, nýbrž ve spojení s Bohem prostřednictvím věcí jím stvořených. Kdyby lidé věnovali méně pozornosti věcem vyumělkovaným a žili ve větší prostotě, přiblížili by se více záměru, který měl Bůh při jejich stvoření.“ (PP 25; PP 49.50)

„Stálý kontakt s tajemstvím života a půvabem přírody, jakož i cit a něha potřebná k službě těmto nádherným objektům Božího stvoření, vede k oživení mysli a pročištění a zušlechtnění charakteru.“ (AH 143)

Otázky k diskuzi

- 1. Jak se můžeme ujistit o tom, že přírodu milujeme, ale neuctíváme ji? Nemusí být vždy snadné udržet si ve vztahu k přírodě správné hranice. Jakkoli nádherné je Boží stvoření, vždy musíme pamatovat na to, že spasit a zachránit nás může jedině Bůh. Proč je důležité na to nezapomínat?*
- 2. Jaký postoj bychom měli jako adventisté zaujmout k ochraně životního prostředí? Jak byste reagovali na tuto námitku: Víme, že Pán brzy přijde a celý tento svět bude zničen a znovu stvořen. Proč by pak mělo být důležité starat se o životní prostředí?*
- 3. Neměly by všechny výsledky neuvěřitelného pokroku v oblasti poznání vědy a přírody posílit naši lásku a uznání vůči Pánu Bohu? Uvažujte o poznatcích, které máme dnes o přírodě, o nichž naši předkové neměli ani tušení. Jsme ve velké výhodě a máme důvod zasnout nad zázraky Boží stvořitelské moci.*

SPOLEČENSTVÍ S JEŽÍŠEM

Texty na tento týden:

Mk 1,21–35; L 4,31–42; Mt 6,14.15; 25,34–46; 26,36–44; Ž 31,25

Základní verš

Zůstaňte ve mně, a já ve vás. Jako ratolest nemůže nést ovoce sama od sebe, nezůstane-li při kmeni, tak ani vy, nezůstanete-li ve mně. (J 15,4)

V nedávné době výzkumy potvrdily, že náboženství, víra, spiritualita, modlitba, odpuštění, naděje a navštěvování bohoslužeb mohou mít pozitivní vliv na tělesné i duševní zdraví. Mnohé přední vědecké publikace zveřejnily zprávy o souvislosti mezi náboženskou vírou a mentálním a emocionálním zdravím.

Nejde však o žádnou magii. Pozitivní vliv víry se projevuje pouze u těch, kteří podle svých náboženských zásad skutečně žijí. Psychiatr Montagu Barker, odborník, který se zabývá spojitostí mezi náboženstvím a duševním zdravím, říká, že náboženství je účinná ochrana před psychickým onemocněním. To však platí pouze v případě, že se věřící člověk opravdu rozhodne žít podle svého přesvědčení. V opačném případě náboženství probouzí v člověku vědomí viny a stává se příčinou citových a duševních poruch a poruch chování.

V tomto úkolu budeme hovořit o našem nejlepším vzoru – o Ježíši Kristu. Budeme se od něj učit, jak se stát silnými ve víře. Studiem jeho života a setrváváním v úzkém vztahu s ním si vytvoříme spolehlivý základ pro duchovní růst, což samo o sobě upevní naše duševní zdraví.

Modlitba, studium Bible, bohoslužba, praktikování odpuštění, služba druhým, naděje a důvěra v Boha jsou osvědčené cesty k duchovnímu rozvoji a duševnímu zdraví. S Ježíšem na nich určitě nezabloudíte.

Často se modlil

Když vyšel ze synagogy, vstoupil s Jakubem a Janem do domu Šimonova a Ondřejova. (...) Celé město se shromáždilo u dveří. I uzdravil mnoho nemocných rozličnými neduhy a mnoho zlých duchů vyhnal. (...) Časně ráno, ještě za tmy, vstal a vyšel z domu; odešel na pusté místo a tam se modlil. (Mk 1,29,33–35) Když slunce zapadlo, všichni k němu přiváděli své nemocné, kteří trpěli rozličnými neduhy; on vzkládal ruce na každého z nich a uzdravoval je. (...) Když nastal den, vyšel z domu a šel na pusté místo; zástupy ho hledaly. Přišly až k němu a zdržovaly ho, aby od nich neodcházel. Řekl jim: „Taky ostatním městům musím zvěstovat Boží království, vždyť k tomu jsem byl poslán.“ (L 4,40–43)

V příběhu z evangelií se s Ježíšem setkáváme ve chvíli, kdy v sobotu káže v synagoze v Kafarnaum. Lidé jsou jeho učením ohromeni a uznávají jeho autoritu. Ježíš uzdravuje démonem posedlého muže. Po bohoslužbě odchází s učedníky do domu Petra a Ondřeje, kde uzdraví Petrovu tchyni. Po západu slunce se opět mnozí („celé město“ – Mk 1,33) scházejí u Ježíše. Přivedli k němu trpící různými nemocemi a posedlé zlými duchy, aby je uzdravil.

„Město Kafarnaum ještě nikdy nezažilo takový den. Vzduch byl naplněn radostí a výkřiky nadšení z uzdravení a vysvobození. Ježíš neukončil své dílo, dokud poslednímu trpícímu neutišil jeho bolest. Když se zástupy rozcházely, byla již hluboká noc a v domě Šimona se opět rozhostilo ticho.“ (E. G. Whiteová, Lift Him Up, s. 86)

Musel to být pro Ježíše vyčerpávající den. Ráno však potřeboval být ve spojení se svým Otcem. Proto vstal ještě před svítáním, odešel na opuštěné místo a tam trávil čas na modlitbě. Ježíš, Syn Boží, který byl u svého Otce dříve, než povstal tento svět (J 17,5), a který stvořil celý vesmír (J 1,3), potřeboval neustálé společenství se svým Otcem.

Po dnech plných stresu máme sklon odložit modlitbu a společenství s Bohem na později. Ale právě v těchto chvílích duševní prázdnoty nejvíce potřebujeme zklidňující balzám modlitby a času stráveného nad Božím slovem. Ježíš to věděl. Pokud tyto chvíle sám vyhledával, o co víc je potřebujeme my!

Modlitba má pozitivní vliv na naše tělesné a duševní zdraví. I když neumíme pochopit a vysvětlit, co je modlitba a jak přesně funguje, jsme vyzýváni modlit se (L 18,1; 21,36; Ř 12,12). Kdo tráví čas ve spojení s Bohem na modlitbě a čtením jeho slova, jistě osobně pocítí, jak pozitivní vliv to má na jeho ducha a mysl. Nemusíme rozumět všem tajemstvím modlitby, abychom poznali, jak důležité je mít úzké společenství s Bohem.

Jaký je tvůj modlitební život? Kolik času trávíš čtením Božího slova? I když je důležité trávit čas na modlitbě a čtením Bible, čas strávený s Bohem o samotě není jediným prvkem duchovního života. Jakými dalšími aktivitami můžeme obohatit svůj duchovní život?

**Osobní
studium**

Aplikace

Bohoslužba a církevní společenství

Ježíš se vrátil v moci Ducha do Galileje a pověst o něm se rozšířila po celém okolí. Učil v jejich synagógách a všichni ho velmi chválili. Přišel do Nazareta, kde vyrostl. Podle svého obyčeje vešel v sobotní den do synagógy a povstal, aby četl z Písma. Podali mu knihu proroka Izaiáše; otevřel ji a našel místo, kde je psáno: „Duch Hospodínův jest nade mnou; proto mne pomazal, abych přinesl chudým radostnou zvěst; poslal mne, abych vyhlásil zajatcům propuštění a slepým navrácení zraku, abych propustil zdeptané na svobodu, abych vyhlásil léto milosti Hospodínovy.“ (L 4,14–19)

Osobní studium

Ježíš pravidelně chodil v sobotu do synagogy (L 4,16). Jeho příklad nám dokládá význam společenství. Představa osamocené křesťana, nezávislého na těle (církvi) není biblická. V celém Písmu sledujeme model Božího lidu jako společenství, které společně pracuje pro vzájemné blaho a na budování církve jako celku. Jsme součástí společenství věřících a máme v něm svou roli (1K 12,12–31 a Ef 4,15.16).

V posledních letech probíhalo několik zajímavých studií, které ukázaly, že ti, co se pravidelně účastní bohoslužeb (ve srovnání s těmi, kteří to nedělají)

- užívají méně léků
- v sexuálním chování jsou mnohem zodpovědnější
- jejich chování je méně rizikové
- v pracovních záležitostech více respektují zásady etiky v podnikání
- udržují si bohatší síť sociálních vztahů a mají podporu skupiny
- dosahují vyšší úrovně vědomí vlastní hodnoty a osobní efektivity
- lépe se vyrovnávají se ztrátami (jako je například smrt blízkého člověka, kalamita, zdravotní komplikace aj.)
- ve větší míře šíří pozitivní emoce (lásku, odpuštění, spokojenost...)
- v menší míře šíří negativní emoce (vinu, strach, hněv, nepřátelství...)

Patřit do církve může být velkým zdrojem požehnání. Prostředí církve může mít léčivý vliv na tělo i duši. Je pravda, že někdy se i v tomto společenství vyskytnou problémy a lidé odcházejí nahněvaní a roztrpčení. Ale mnohem častěji je tomu tak, že ti, co mají určité problémy, nacházejí v církvi podporu a povzbuzení, které by nikde jinde nenašli. Představte si, jak by vypadala církev či sbor, kdyby si každý člen vzal k srdci tato Pavlova slova: „Berte na sebe břemena jedni druhých, tak naplníte zákon Kristův“ (Ga 6,2).

Aplikace

Jaký je tvůj vztah k místnímu sboru? Více dáváš nebo přijímáš? Proč někdy potřebuješ přijímat? Kdybychom všichni přicházeli do sboru s tím, že chceme dávat, jaké by bylo naše společenství?

Odpuštění

A odpusť nám naše viny, jako i my jsme odpustili těm, kdo se provinili proti nám. (...) Neboť jestliže odpustíte lidem jejich přestoupení, i vám odpustí váš nebeský Otec; jestliže však neodpustíte lidem, ani váš Otec vám neodpustí vaše přestoupení. (Mt 6,12.14.15)

Když přišli na místo, které se nazývá Lebka, ukřižovali jej i ty zločince, jednoho po jeho pravici a druhého po levici. Ježíš řekl: „Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí.“ (L 23,33.34)

Jaké poselství nám Ježíš zanechal ve verších Mt 6,14.15? Má to, co říká, pro nás věčné důsledky?

**Osobní
studium**

Ježíš učil své učedníky, jak se mají modlit: „A odpusť nám naše viny, jako i my jsme odpustili těm, kdo se provinili proti nám“ (v. 12). Poté prohlásil, že pokud druhým odmítneme odpustit, neodpustí ani Bůh nám (v. 14.15).

Tato myšlenka nám možná nedává spát. Vždyť všichni jsme hříšníci. Všichni potřebujeme, aby nám Bůh odpustil. Proto se všichni musíme naučit odpouštět.

Odpuštění je velmi důležité. Je to vlastně základ obnovy a udržování dobrých vztahů. Bůh ví, jak tíživé je břemeno hříchu a jakou úlevu získáme, když nám Bůh odpustí díky tomu, že jsme ochotni odpustit jiným.

Odpuštění pomáhá nejen těm, kteří ho přijímají, ale i těm, kdo ho dávají. Prožitek lásky a šlechtnosti, který zažívají ti, co odpuštění poskytují, je přivádí blíže k Bohu a přispívá k budování jejich charakteru.

Studie, která byla provedena mezi nedávno rozvedenými lidmi, ukázala rozdíl mezi těmi, kdo byli ochotni odpustit, a těmi, co odpustit nechtěli. Mark Rye (University of Iowa) získal odpovědi od 199 rozvedených lidí sdružených ve společenstvích pro osamělé a rozvedené. Zřejmě nás nepřekvapí výsledky tohoto výzkumu: Ti, co dokázali odpustit svým předešlým partnerům, se těšili vyšší úrovni duševního zdraví, cítili se mnohem lépe, prožívali větší pohodu, větší uspokojení v náboženském životě, méně hněvu a deprese.

Tyto i jiné podobné studie hovoří velmi jasně. Odpuštění zmírňuje depresi a úzkost, posiluje vědomí vlastní hodnoty i celkovou emocionální pohodu. Pokud to shrneme, odpuštění přináší mnohostranný užitek, zatímco přechovávání zloby a nenávisti je nebezpečné pro tělo i duši.

Kdo z nás neokusil uzdravení a úlevu, když nabídl odpuštění někomu, kdo mu ublížil?

Jak můžeme žít podle Pavlovy rady: „Snášejte se navzájem a odpouštějte si, má-li kdo něco proti druhému. Jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy“ (Ko 3,13)? Jaké rozhodnutí musíš udělat, abys odpustil těm, kdo ti ublížili?

Aplikace

Služba

Neboť jsem hladověl, a dali jste mi jíst, žíznul jsem, a dali jste mi pít, byl jsem na cestách, a ujali jste se mne, byl jsem nahý, a oblékli jste mě, byl jsem nemocen, a navštívili jste mě, byl jsem ve vězení, a přišli jste za mnou. (...) Amen, pravím vám, cokoliiv jste učinili jednomu z těchto mých nepatrných bratří, mně jste učinili. (Mt 25,35–40)

Milostí tedy jste spasení skrze víru. Spasení není z vás, je to Boží dar; není z vašich skutků, takže se nikdo nemůže chlubit. Jsme přece jeho dílo, v Kristu Ježíši stvořeni k tomu, abychom konali dobré skutky, které nám Bůh připravil. (Ef 2,8–10)

Osobní studium

Misijní projekty Církve adventistů sedmého dne jsou zaměřeny na dvě základní odvětví služby: zvěstování evangelia (učení) a pomoc (zdraví). Představují v podstatě dvě významné oblasti Ježíšova působení (Mt 9,35; Sk 10,38). Mnozí lidé po celém světě znají adventisty právě díky jejich zdravotní a humanitární pomoci.

Tato dvě odvětví se na mnoha místech institucionalizovala. Má to i jeden negativní důsledek, a sice ten, že běžný člen se už často přímo nezapojuje do těchto oblastí služby. Někteří tyto aktivity finančně podporují, jiní přenechali tuto službu profesionálům a další jsou žel vůči misii a pomoci druhým zcela lhostejní. Mnozí se přímo neangážují v plnění poslání „jít a konat dobro“, čímž se obírají o nesmírné požehnaní.

Proč? Protože služba a naplňování potřeb jiných přináší velké požehnaní. Pří- má pomoc lidem v nouzi, pomoc nemocnému člověku nebo pozorné vyslechnutí problémů druhých je velkým požehnaním tomu, kdo je ochoten prokázat takovou službu. Zůstalo v nás něco, co se nepodařilo vykořenit ani šestitisíciletému trvání hříchu. Díky tomu se cítíme dobře, když sloužíme druhým.

Spasení si nemůžeme zasloužit skutky. Boží milost projevená obětí Ježíše Krista za nás je jediným prostředkem spasení. Osobní přijetí Boží milosti však vede k dobrým skutkům. Právě tyto skutky svědčí o našem životě s Bohem. Dobré skutky, které konáme, by měly být přímým důsledkem toho, že si uvědomujeme, že už jsme spaseni v Ježíši díky tomu, co pro nás udělal. Skutky jsou přirozeným důsledkem toho, že jsme spaseni, nikoli prostředkem k získání spasení. Je velmi důležité, abychom na tento podstatný rozdíl vždy pamatovali.

Ti, co z vděčnosti za dar spasení slouží druhým, získávají obrovské emocionální a duchovní požehnaní. Mnozí, kteří se potýkají s emocionálními problémy, by se cítili mnohem lépe, kdyby se přestali zaobírat sami sebou a mysleli více na druhé.

Aplikace

Jsi nešťastný? Cítíš se nenaplněný? Je štěstím mít kolem sebe lidi, kteří umějí podat pomocnou ruku nebo říct povzbudivé slovo. Jak se můžeš ty sám zapojit do služby druhým?

Naděje a důvěra v Boha

*Buďte rozhodní a buďte udatného srdce, všichni, kdo čekáte na Hospodina!
(Ž 31,25)*

Tu s nimi Ježíš přišel na místo zvané Getsemane a řekl učedníkům: „Počkejte zatím zde, já půjdu dál, abych se modlil.“ Vzal s sebou Petra a oba syny Zebedeovy; tu na něho padl zármutek a úzkost. Tehdy jim řekl: „Má duše je smutná až k smrti. Zůstaňte zde a bděte se mnou!“ Pooděšel od nich, padl tváří k zemi a modlil se: „Otče můj, je-li možné, ať mne mine tento kalich; avšak ne jak já chci, ale jak ty chceš.“ Potom přišel k učedníkům a zastihl je ve spánku. Řekl Petrovi: „To jste nemohli jedinou hodinu bdít se mnou? Bděte a modlete se, abyste neupadli do pokušení. Duch je odhodlán, ale tělo slabé.“ Odešel podruhé a modlil se: „Otče můj, není-li možné, aby mne ten kalich minul, a musím-li jej pít, staň se tvá vůle.“ (Mt 26,36–42)

V našem duševním zdraví hraje rozhodující roli naděje. Je to ona, co nám pomáhá přežít. Naděje je silný motivační prvek a zdroj duševní a tělesné kondice. Léčba deprese je většinou úspěšná u těch pacientů, kteří uvěří tomu, že se jejich stav může změnit a že pro ně existuje pomoc. Deprese a úzkost často trápí ty, jejichž vyhlídka do života je pesimistická, tragická a beznadějná. Postoj plný naděje může způsobit velké změny v naší celkové psychické pohodě.

Existuje víc než jen jakási obecná naděje, že všechno jednou dobře skončí. Křesťanská naděje přesahuje to, co je konečné, a soustřeďuje se na to, co je věčné. Naši pozornost obrací na skutečnosti, pravdy a zaslíbení, které nám tento svět nikdy nemůže nabídnout. Jedině naděje, kterou nacházíme u Boha Stvořitele, nám může dát klid, jenž zcela přesahuje možnosti tohoto světa.

Ježíš prožíval v Getsemanské zahradě velikou úzkost. Evangelista si dal záležet na výběru slov, kterými popsal Ježíšovy bolestné emoce: cítil neklid, zármutek, velkou úzkost. Zdrčen a opuštěn svými učedníky padl nejen na kolena, ale i na obličej a prosil Otce o pomoc. Když úleva nepřicházela, obracel se na Otce znovu a znovu. Všimněte si, že pokaždé, když dokončil svou prosbu, prosil, aby se stala Boží vůle. Nakonec Ježíš vložil veškerou důvěru na svého Otce. Bez ohledu na to, co se stane, se rozhodl podřídit Otci a odevzdat se do jeho vůle. Stejným způsobem musíme jednat i my.

**Osobní
studium**

Je snadné důvěřovat Bohu, když je všechno v pořádku. Ale jak se máme na něj spolehnout, když přijdou problémy a potíže? Jak se můžeme naučit důvěře, přestože naše modlitby nejsou vyslyšeny tak, jak bychom si přáli?

Aplikace

Podněty k zamyšlení

„Potřebujeme naslouchat, jak Boží hlas promlouvá k našemu srdci. Když se před Bohem ztišíme a s pokojem v duši budeme očekávat jeho hlas, uslyšíme jej. Říká nám: ‚Dost už! Uznejte, že já jsem Bůh‘ (Ž 46,11). Jen tak najdeme pravý odpočinek a řádně se připravíme na účast na Božím díle. Potom nás i uprostřed uspěchaného davu a v návalu práce bude obklopotvat ovzduší světla a pokoje. V našem životě se bude projevovat Boží moc, která zasáhne lidská srdce.“ (TV 231; DA 363)

„Každý paprsek světla vyslaný na druhé se odrazí na našem vlastním srdci. Každé laskavé a soucitné slovo vyřčené zarmoucenému člověku, každý čin projevený ztrápenému, každý dar, který pomůže naplnit potřeby blízkých, odmění svého dárce požehnáním – sloužíme-li k Boží slávě. Ti, co takto jednájí, poslouchají zákon nebe a dostane se jim Božího uznání. Radost z toho, že děláme dobro druhým, probudí naše city a elán, zrychlí krevní oběh, což příznivě ovlivní naše psychické a fyzické zdraví.“ (4T 56)

Otázky k rozhovoru

1. *Jak ti v tvém životě s Bohem pomáhá modlitba a studium Bible? Kde by ses v duchovním životě nacházel, kdybys s těmito činnostmi přestal? Napiš svědectví o tom, co ty chvíle s Bohem pro tebe znamenají a proč jsou v tvém životě tak důležité.*
2. *Jakou zkušenost máš se společenstvím ve tvém sboru? Jak tuto zkušenost vylepšit? Co můžeš udělat pro to, aby se tam všichni cítili dobře, rádi tam chodili, byli vítáni a s radostí se učili o spasení a potřebě misijně na této zemi působit? Ve kterých oblastech je tvůj sbor silný? V čem se musí zlepšit?*
3. *Jakou zkušenost máš s dáváním a přijímáním odpuštění? Naučil ses něco, co by mohlo pomoci těm, kteří dosud nedokážou druhým odpustit?*
4. *Předpokládejme, že by za tebou někdo přišel a řekl ti: Ano, věřím v Boha, v Ježíše Krista, ve spasení, ale nevím, jak se „chodí ve víře“. Nevím, jak mám Bohu důvěřovat. Jakou praktickou radu bys mu dal?*

Použité zkratky

ČEP	Český ekumenický překlad
BK	Bible kralická
ČSP	Český studijní překlad
B21	Bible, překlad 21. století
SNC	Slovo na cestu
BC	The Seventh-day Adventist Bible Commentary
RaH	Advent Review and Sabbath Herald

Díla Ellen Whiteové

Zkratka	Anglický název	Názvy a varianty českých překladů (zkratky)
AA	Acts of Apostles	Skutky apoštolů (SA), Poslové naděje a lásky (PNL)
AH	Adventist Home	
CG	Child Guidance	
CH	Counsels on Health	
COL	Christ's Object Lessons	Kristova podobenství, Perly moudrosti (PM)
DA	Desire of Ages	Touha věků (TV)
ED	Education	Výchova (VYCH)
EV	Evangelism	
GC	Great Controversy	Vítězství lásky Boží, Velké drama věků (VDV)
GW	Gospel Workers	
MB	Thoughts from the Mount of Blessing	Myšlenky z hory blahoslavenství, Myšlenky o naději (MN)
MH	Ministry of Healing	Život naplněný pokojem (ŽNP)
MR	Manuscript Releases	
PP	Patriarchs and Prophets	Patriarchové a proroci (PP), Na úsvitu dějin (NUD)
PK	Prophets and Kings	Proroci a králové (PK), Od slávy k úpadku (SU)
SC	Steps to Christ	Cesta ke Kristu, Cesta k vnitřnímu pokoji (CVP)
SM	Selected Messages	
SL	The Sanctified Life	
T	Testimonies for the Church	
TM	Testimonies to Ministers and Gospel Workers	

Starozákonní jména jsou převzata v podobě, jakou uvádí revidované vydání Českého ekumenického překladu z roku 2008.

Sbírky v 1. čtvrtletí 2011

Misijní sbírky

V 1. čtvrtletí 2011 jsou misijní dary určeny na podporu činnosti oddělení a institucí, které se zaměřují na mladé lidi a náboženskou svobodu. Tyto instituce často pro svou práci používají moderní techniku, jež se stává neodmyslitelnou součástí života společnosti v dnešním světě. Moderní zařízení a média zmenšují vzdálenosti mezi zeměmi a přibližují evangelium do těžko přístupných míst. Umožňují hledání a nalézání informací, které jsou důležité pro spasení člověka. Prostřednictvím těchto médií, jako jsou rádio, televize, internet, mobilní telefon, je možné oslovit obyvatele naší planety přímo v jejich domovech a na pracovištích. Překonávají hranice států, náboženství i vládních systémů.

Na odvodech do celosvětových misijních sbírek se jednotlivá sdružení podílejí v roce 2011 takto:

České a Moravskoslezské sdružení	100 %
Slovenské sdružení	80 %

Zůstatek je určen Slovenskému sdružení na podporu vlastních misijních projektů.

Sbírka 13. soboty

Finanční prostředky ze sbírky 13. soboty zajistí finanční podporu projektů církve v jednotlivých částech světa.

Finanční dary jsou v 1. čtvrtletí 2011 určeny pro Jihoasijskou divizi (SUD) se sídlem v Tamil Nadu, Indie. Tvoří ji země: Bhútán, Indie, Nepál, ostrovy Maledivy, Andamány a Nikobary. Celkový počet sborů v této divizi je 3 798, počet členů 1 461 894 a počet obyvatel je 1 199 531 000.

V roce 2011 všechna sdružení odvádějí na tento účel 75 %. Ostatní prostředky jsou určeny na stavební projekty Českého sdružení.

Sbírka darů 13. soboty proběhne 26. března 2011.

Edvard Miškej, hospodář Česko-Slovenské unie CASD