

Netradiční zpovědní zrcadlo pro dospělé

U prvního přikázání lidé většinou vyznávají, kolikrát se zapomněli pomodlit, případně, že se modlili nesoustředěně.

Zkusme najít odvahu místo vzpomínání, kolikrát jsme „nepořikli Otčenáš a Zdravas Maria“ zamyslet se nad tím, jak naše modlitba vypadá. Jestli dopovídá našemu věku, našemu životnímu stavu a našim možnostem.

Máma tří dětí asi nemá možnost modlit se tak dlouho, jak to dělá nějaká karmelitka v klauzuře. Na druhou stranu dospělý člověk, který ještě nemá závazky v rodině, anebo čerstvý důchodce, kterého ještě neskolila skleróza, může přemýšlet nad tím, kolik času své modlitbě dává. Nakonec zpověď není špatným místem, kde se mohu poradit, jak by moje modlitba mohla vypadat. Nejde o splnění povinnosti, jde o budování vztahu s Hospodinem.

Každého z nás trápí nesoustředěnost v modlitbě. Otázkou ale je, zdali děláme to, co je v našich momentálních možnostech, aby naše modlitba byla důstojná a kvalitní. A v neposlední řadě se zde můžeme také zamyslet nad tím, zdali čteme Bibli a kvalitní náboženskou literaturu. A pokud už se nadechujeme, abychom řekli, že nemáme čas, tak si ještě položíme otázku, kolik času věnujeme televizi, četbě bulvárních novin, kolik času prosurfujeme a prochatujeme na internetu.

U druhého přikázání lidé většinou vypočítávají, kolikrát omylem řekli „Ježíš Marija“. Tím je „celá dvojka“ hotová.

Je-li jméno Božím symbolem, položme si otázku, zda je pro nás Bůh skutečně BOHEM. Je Bůh skutečně alfou a omegou mého života, anebo jen „nějaká skutečnost“ stojící na okraji mého života? Není Bůh náhodou jen okrasou mých vlastních plánů a tužeb? To jsou provokující otázky. Nebojme se u nich zůstat.

Třetí přikázání často tvoří výčet nedělí, ve kterých dotyčný nebyl na mši, většinou proto, že byl nemocný.

Kdybychom tak našli odvahu zamyslet se nad tím, jestli je ještě neděle pro nás svátečním dnem a je to i v našem životě znát. Jsou věci, které nemůžeme ovlivnit. Většina lidí musí uživit rodinu, a v regionech s vysokou nezaměstnaností si mnozí nemohou dovolit nejít do práce v neděli. Neřešme to, co nemůžeme ovlivnit.

Avšak jsou lidé, kteří se do práce „schovávají“. Workoholismus a závislost na práci už není jen vtipným označením „stálých dřičů“, ale také běžnou diagnózou v klinické psychologii. Položme si tedy otázku: dokážeme smysluplně odpočívat? Dokážeme si v neděli najít čas na své nejbližší, na četbu nějaké duchovní literatury, na procházku, při které bychom přemýšleli i

sami nad sebou? Dokážeme si najít čas sami na sebe, anebo se z nás postupně stávají unavené lidské trosky a chodící mrtvoly?

Když člověk středního věku při zpovědi vyznává, že „neposlouchal tátu a mámu“, kněz neví, jestli má plakat anebo se smát. Čtvrté přikázání nespočívá v tom, že budeme nadosmrť poslouchat své rodiče a zpovídat se z toho, že to neděláme.

Protože je toto zpovědní zrcadlo koncipováno pro dospělé, omezíme se na to, co se dospělého člověka většinou týká. Dospívající člověk by si měl položit otázku, nakolik své rodiče respektuje a má k nim úctu, i když může mít na plno věcí jiný názor. Marná sláva – dokud nás rodiče živí a žijeme s nimi v jedné domácnosti, máme povinnost je respektovat.

Možná by ale také nejednomu mladému člověku prospělo zamyslet se nad tím, zdali není na svých rodičích příliš závislý, jestli má odvahu stavět se postupně rovnýma nohama do svého života. Rodičové mladých lidí by si (zcela vážně) měli položit otázku, jestli postupně dovolují svým dětem, aby se z nich staly samostatné bytosti, anebo si na ně dělají celoživotní nárok. Staří lidé by se měli poctivě zamyslet nad tím, zdali svým dospělým dětem příliš nemluví do života. A lidé po třicítce si mohou začít klást otázku, zdali se snaží svým stárnoucím rodičům podle svých možností pomáhat (a připomínáme pro obě strany, že je rozdíl *poslouchat a pomáhat*).

Páté přikázání lidé většinou stručně přejdou slovy“ nikoho jsem nezabil a nikomu neublížuju“. Tak snadné to ale není.

Zkusme začít vztahem k sobě samým. Je zvláštní, že u následujícího, tedy šestého přikázání, lidé často detailně vyznávají „kolikrát, s kým a jak“ toto přikázání porušili. Zajímavé je, že ale málokdo např. v podobném duchu u pátého přikázání vyzná: „Vykouřil jsem za měsíc dvě stovky cigaret, protože jinak jsem se nedokázal zklidnit. Utratil jsem tak tisícovku a pohrávám si s vlastním zdravím“. Nebo: „Vypil jsem za dva měsíce tři litry tvrdého alkoholu a řešil jsem tak svoje úzkosti.“ Drogy a jejich zneužívání většinou ještě nebývají ve zpovědních zrcadlech ještě zmiňována, byť se jedná o fenomén častější, než jsme ochotni si přiznat. To ale neznamená, že to můžeme „jen tak přejít“.

Není smyslem tohoto zpovědního zrcadla mravokárně kázat o různých závislostech, ale bylo by dobré, abychom se zamysleli, co si svými závislostmi řešíme a položili si otázku, co by se v této oblasti dalo změnit. Jsou věci, které nezměníme – protivného životního partnera, nelehkou situaci v práci, životní zklamání a podobně. Jsou však věci, které změnit můžeme – minimálně své postoje k těmto situacím. Bylo by moc přínosné, kdybychom si u zpovědi položili otázku, co je v našich silách, abychom změnili, a o to se také snažili.

Také by bylo dobré zamyslet se nad tím, nakolik ubližujeme lidem ve svém okolí, svými blízkými počínaje. Nejde jen o fyzické násilí, i když ani to už dnes není výjimkou, ale jde o dusno a zbytečné napětí, které můžeme vytvářet.

U šestého přikázání jsou naše zpovědní zrcadla poměrně rozsáhlá. Proto si zde dovolíme být poněkud stručnější. Zkusme si především položit základní otázku: Slouží mi moje sexualita, která je Božím darem, k mému růstu a obohacení sebe i mého životního partnera, anebo jsem její otrokem? Dělán vše, co je v mých silách, abych jejím otrokem nebyl?

Zastavíme se pouze u jednoho fenoménu, který některá zpovědní zrcadla nezmiňují, protože se jedná o fenomén dosti nový – a tím je internetová pornografie. A opět jen pár otázek: „Co si tímto činěním nahrazuji? Kdy k tomu nejčastěji sahám? Jaký je kořen této mé závislosti? Mám odvahu to řešit?“ To jsou otázky daleko podstatnější, než pouhé výčty „kolikrát“ apod.

Sedmé přikázání se také často odbude slovy „Nikoho jsem neokradl, a trochu nepoctivý člověk být musí, protože jinak by dnes neobstál“. Možná bychom se zde mohli zamyslet nad stylem našeho života. Myslíme jen na sebe, případně na svou rodinu, anebo dovedeme i myslet na ty, kdo jsou na tom daleko hůře než my? Nejde jen o chudáky někde daleko v Africe. Jde i lidi, kteří žijí vedle nás, možná sedávají v lavici vedle nás v kostele, a žijí skutečně „z ruky do huby“. Žiju střídavě a dokážu se podělit s těmi, kdo jsou na tom daleko hůře, než já a moje rodina?

Osmé přikázání se týká pravdy a lži. Můžeme se tedy nejen ptát na to, jestli mluvíme pravdu, ale také na to, jestli je z našeho jednání cítit upřímnost. Přetvářek, klamných úsměvů a hrané vstřícnosti zažíváme na různých místech dost a dost. V práci musíme hrát usměvavé, odpočaté a vždy ochotné zaměstnance, a tuto „hru“ si často přenášíme i do našich nejbližších vztahů. Jsme ke svým nejbližším a přátelům upřímní?

A také se ptejme, jestli si dovedeme uchovat vlastní názor a stát si za ním, nebo se necháváme strhnout davem, veřejným míněním či názorem většiny?

Poslední dvě přikázání v podstatě reflektují již dvě zmíněná, ale dávají našim skutkům vnitřní rozměr. A tak by stálo za to položit si nejen otázku, co jsme udělali špatně, ale jaké byly nejnvnitřnější motivy našeho jednání. Neptejme se proto pouze, kolikrát jsme lhali, ale proč jsme lhali. Neptejme se pouze, které práce jsou v neděli zakázané. Ptejme se, proč jsme v neděli dělali to a to. Zpověď není jen chladným vyznáním, kolikrát jsme se nevešili do určitých předepsaných škatulek, ale hledáním kořenů našeho nesprávného jednání. Pro nikoho z nás není příjemné přemýšlet nad

hlubšími motivy našeho jednání, ale je to jediná cesta, jak jich zbavit. Tady žádné levné zkratky prostě neexistují.

K poctivému zpytování svědomí patří nejen otázka, CO JSME UDĚLALI ŠPATNĚ (tj. která přikázání jsme porušili), ale také zamyšlení, co dobrého jsme měli možnost vykonat, ale neudělali jsme to – ať už z lenosti, ze strachu nebo z vypočítavosti. Možná, že Boha jednou bude daleko víc zajímat, co všechno jsme v životě nezměnili, a přitom to bylo v našich silách, než to, kolikrát jsme nebyli v neděli v kostele nebo omylem snědli v pátek kus masa.

*Úplně nakonec jsme pak nechali otázku vztahu k sobě samému, na kterou se málokdy dostane, ale která je možná nejvíce důležitá. **Zdravě milovat sebe** neznámá dělat vše proto, abych se měl dobře já, případně moje rodina. Milovat sebe neznámá chtít, aby všechny mé pudy byly uspokojeny, a je mi úplně jedno, jaký to bude mít dopad na ostatní. Toto není sebeláska, toto je sobectví. A sobectví Ježíš tvrdě kritizuje.*

Milovat zdravě sám sebe znamená především přijat sám sebe – takového jaký jsem. Přijat rodinu, do které jsem se narodil, přijat společenský status, do kterého jsem se narodil, a přijat dobu, do které jsem narodil. Milovat zdravě sám sebe znamená přijat svou povahu, kterou mám, a která do značné míry můj život určuje. Milovat zdravě sám sebe taky znamená přijat své osobní prohry, které jsem již v životě udělal, a které se z mého života nedají vymazat – jediné, co se s nimi dá udělat je, že se z nich poučím. Znamená to tedy přijat svou osobní historii. Se svými úspěchy i pády. Milovat zdravě sám sebe taky znamená přijat svá životní omezení – a podle nich si dávat reálné a splnitelné cíle, ze kterých pak mohu mít radost. Opak a neštěstí většiny z nás spočívá v tom, že si dáváme příliš vysokou laťku a šilháme po tom, nač nikdy nemáme šanci dosáhnout. A pak trpíme depresi, že jsme něco nezvládli. Často úplně zbytečně.

Hodně lidí nemá rádo sama sebe, ale nedokáží si to přiznat. A tak se ptejme, jestli přijímáme svůj život, jeho okolnosti, omezení i jeho výzvy. Ptejme se, jestli umíme milovat sami sebe – tak jak nás miluje Bůh. A jestli máme vůli uskutečňovat v našem životě ten Boží obraz, který byl do nás vložen – nakolik to je v našich silách.

Jestli to nedokážeme, pak je zpověď ideálním místem k tomu, abychom zde tento problém otevřeli a hledali s knězem cestu, jak z toho „zajetí“ ven.