

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Katedra pastorální a spirituální teologie

Pavla Chudíková

**Fenomén odpuštění a smíření
v procesu uzdravování duševně nemocného člověka**

Diplomová práce

Vedoucí práce: Mgr. Marta Cincialová, Th.D.

Studijní obor: Teologické nauky

OLOMOUC 2018

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jsem při tom jen uvedené prameny a literaturu.

V Olomouci dne 1. dubna 2018

.....

Poděkování

Mé upřímné poděkování za vstřícnost a velmi cenné připomínky při odborném vedení této práce patří Mgr. Martě Cincialové, Th.D.

Za povzbuzení ke smysluplnosti této práce děkuji všem pacientům Psychiatrické léčebny ve Šternberku, kteří mě provázeli a podporovali svou modlitbou.

Nejpokornější a nejhlubší vděčnost vyjadřuji celým srdcem Panně Marii, Královně Pokoje a Míru, za všechny zprostředkované milosti, bez nichž by diplomová práce vůbec nemohla vzniknout.

Uvědomuji si, že dané téma jsem mohla zpracovat po mnoha prožitých zkušenostech s odpuštěním – ať se týkalo mého osobního života, manželského, rodinného či profesního.

Děkuji Milosrdnému Ježíši, který mě učil, učí a bude učit odpouštět do poslední chvíle, kdy se budu moci setkat s Věčně Odpouštějícím.

Obsah

Úvod	6
1 Člověk a duševní nemoc	9
1.1 Podstata člověka	9
1.2 Člověk, jeho zdraví a nemoc	15
1.3 Duševní onemocnění	18
2 Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie	25
2.1 Vymezení oboru psychoterapie	25
2.2 Odpuštění – téma pozitivní psychologie	28
2.3 Terapie odpuštěním	31
3 Fenomén odpuštění v kontextu duchovního doprovázení	36
3.1 Podstata a zacílení duchovního doprovázení	36
3.2 Boží milosrdná láska – zdroj odpuštění a smíření	40
3.3 Odpuštění – vězení s klíčem uvnitř?	44
3.4 Odpuštění – pramen uzdravení	47
3.5 Odpuštění – cesta ke smíření	52
3.6 Odpuštění – „nový dech pro nové srdce“	54

4	Smíření jako součást slavení svátostí smíření	58
4.1	Podstata svátosti smíření	58
4.2	Uzdravující rozměr svátosti smíření	61
4.3	Příprava ke svátosti smíření	66
4.4	Slavení svátosti smíření	69
4.5	Psychoterapie? Svátost smíření? Nebo obojí?	75
	Závěr	78
	Seznam použitých zdrojů	81
	Seznam použitých zkratk	88
	Anotace	89

Úvod

Člověk dnešní doby je součástí moderní, vyspělé kultury, vědeckotechnický pokrok otevírá účast k objevování a překračování hranic dosud nepoznaného. Lidská touha „mít“, „být“ a „žít“ vyhledává a vstřebává nejrůznější lákadla. Přesto nebo právě proto je člověk přemírou všech vlivů ohrožen, zraněn. Počet duševně nemocných lidí vzrůstá, šíří se stres, napětí, nepokoj, svárliвість, zahleděnost a uzavřenost do sebe.

Od roku 2012 pracuji jako nemocniční kaplanka v Psychiatrické léčebně ve Šternberku. Každým rokem doprovázím stovky duševně nemocných, kteří ke mně přicházejí, abychom společně hledali novou cestu, novou pravdu a novou naději v jejich životních osudech. Hledáme „nové srdce“ a „nový duch“. To je jisté specifikum klinické pastorační péče v psychiatrickém zařízení, která vyrůstá z milosrdné lásky Boha k člověku. O tomto základním kameni jsem pojednávala ve své bakalářské práci.

Uvědomuji si však potřebu položit další nepostradatelný a nenahraditelný kámen ve výstavbě duchovního doprovázení duševně nemocných. V našich podmínkách je toto doprovázení stále něčím nepoznaným, co vzbuzuje otázky, pochybnosti, někdy dokonce i obavy, zda nebude narušen proces uzdravování lidské psychiky. Minulý režim toto přesvědčení vryl do podvědomí mnoha lékařů, ale také samotných pacientů, kteří vše, co je spojeno s vírou, před lékařem či psychologem nevysloví. Bojí se, že budou považováni za duševně nemocné s náboženskými bludy. O to více vzrůstá jejich potřeba duchovního doprovázení.

Je třeba vidět, že skutečnou doménu v péči o duši převzala psychiatrie, psychologie a také psychoterapie. Tyto vědní obory, aby léčba byla úspěšná, se snaží o vzájemnou spolupráci, ale současně každý obor má svá jasná vymezení. V čem tedy zaujímá duchovní doprovázení, coby „starší sestra“ psychologie a psychoterapie, v procesu uzdravování duševně nemocného člověka zcela nenahraditelnou úlohu?

Je to směřování člověka k odpuštění a smíření – vůči Bohu, bližnímu a také sobě samému. Rozhovorem, modlitbou a u klientů Římskokatolické církve také svátostmi.

Nám se v každodenním životě zdá, že odpuštění je běžně prožívanou součástí lidského života, že odpuštění je zcela srozumitelným, vyjasněným tématem. Většina z nás jistě

připustí, že pro pokojný, radostný život je nutné umět odpustit sám sobě, že bez odpuštění a smíření si nedokážeme kvalitní harmonické mezilidské vztahy představit. Setkáme-li se však s klientem psychiatrického zařízení, najednou zjistíme, že v prožívané duševní bolesti člověk sice často vnímá potřebu odpuštění pro své úplné psychické uzdravení, vnímá totiž i sociální dopad své nemoci na život rodiny, ale sám často není schopen pojmenovat, čím pro něho odpuštění je. Teprve prožívanou bolestí se mu celá hlubina tohoto fenoménu odkrývá.

Cílem této diplomové práce je nalézt ze spektra fenoménu odpuštění a smíření odpovědi na tyto otázky:

1. Jakou roli sehrává odpuštění a smíření v procesu uzdravování duševně nemocného člověka?
2. Co je nabídnuto při aplikování terapie odpuštěním duševně zraněnému člověku v kontextu psychoterapie?
3. Co je podstatou odpuštění a smíření pro duševně nemocného v kontextu duchovního doprovázení?
4. Je svátost smíření srovnatelná s psychoterapií?

K dosažení tohoto cíle bude použito metody analýzy získaných poznatků shromážděné literatury, aby tak bylo možné provést srovnání zjištěných faktů a dojít k syntetizující reflexi.

Diplomová práce je rozdělena do čtyř hlavních kapitol.

První z nich se zabývá samotnou podstatou člověka, a to z pohledu teologické antropologie a z pohledu psychologie. Pro člověka je vždy důležité být zdrav. Přichází však nemoc, fenomén odpuštění je zasazen do procesu uzdravování. Budeme tedy definovat pojmy zdraví, nemoc, uzdravování. Protože povědomí o duševních nemocech je často redukováno na depresivní onemocnění či schizofrenii, uvedeme podle Mezinárodní klasifikace nemocí specifika dalších duševních onemocnění a dotkneme se jejich sociálního dopadu na život nemocného a jeho rodiny.

Duševně nemocný člověk potřebuje pro nové uchopení svého života často projít procesem odpuštění. V jakém rozsahu mu pomoc v tomto směru nabízí vědní obor

psychoterapie, nám rozkryje druhá kapitola. V České republice je v psychologické a v psychoterapeutické praxi téma odpuštění jen okrajovým tématem. Všímá si ho pouze pozitivní psychologie prof. Krivohlavého. V zahraničí jsou modely odpuštění daleko hlouběji propracovány. Seznamuje nás s nimi Magdalena Stehlíková.

Ve třetí kapitole se fenoménu odpuštění budeme věnovat v kontextu duchovního doprovázení. Vysvětlíme, čím je duchovní doprovázení, co to znamená někoho duchovně vést. Pokusíme se o hlubokou interpretaci odpuštění v různých životních rovinách. Budeme čerpat z mnoha dostupných zdrojů, primárními se nám jeví autoři Augustyn, Barry a Connolly, Cencini, Lachmanová, Ange.

Čtvrtou kapitolou se přiblížíme k samému vrcholu cesty odpuštění, tím je pro katolíka svátost smíření. Římskokatolická církev tuto svátost řadí mezi uzdravující svátosti. Objevit pramen k novému životu skrze svátost smíření u klientů s tímto vyznáním nám pomohou například autoři Opatrný či Augustyn. Závěrečné pojednání kapitoly srovnává roli zpovědi a roli psychoterapie.

Naděje povolání člověka Bohem k novému lidství skrze pokání, odpuštění a smíření zůstává stále platnou, překračuje jakékoli hranice času i prostoru. Ústí až k výrokům sestry Faustyny o věčně odpouštějící Boží milosrdné lásce, která se touží právě teď dotknout každého lidského srdce a proměnit ho v srdce nové – plné Ducha Pokoje, Míru, Radosti, Harmonie a Lásky. O takto naplněném člověku pak můžeme právem prohlásit, že je člověkem duševně uzdraveným.

1 Člověk a duševní nemoc

V současné době se duševními onemocněními člověka zabývají vědní obory psychiatrie, psychologie a psychoterapie. K nim přistupují pomocná odvětví, mezi něž můžeme zařadit duchovní doprovázení. Abychom správně vyhodnotili význam vlastního jevu odpuštění a smíření pro uzdravování duševně nemocného člověka a přiřadili mu v celém procesu léčby patřičné místo, musíme se nejprve dotknout samotné podstaty člověka, a to jak v pohledu teologické antropologie, tak v pohledu psychologie. K nejdůležitějším hodnotám každého člověka patří zdraví, přichází však nemoc. Protože rozlišení zdraví a nemoci není tak jednoznačné, zvláště u duševních onemocnění, budeme definovat i tyto pojmy. Následně otevřeme oblast duševních nemocí, kterých se fenomén odpuštění a smíření nejvíce dotýká, zdůrazníme sociální dopad těchto onemocnění na život nemocného a jeho rodiny.

1.1 Podstata člověka

Charakteristickým rysem člověka je skutečnost, že svůj život musí přijmout a vést jako každodenní úkol. Na rozdíl od jiných témat je lidská osoba přístupna obtížně, sama totiž se většinou obrací k něčemu mimo sebe. Člověk sám k sobě se dostává oklikou, jakoby zvenčí, skrze druhé, v osobním vztahu. Člověk na rozdíl od jiných živočichů a organismů není vybaven pro určité životní prostředí a specifickou strategii života. Svou obživu i smysl života musí znovu a znovu hledat, promýšlet, zakoušet. Žije ve světě, který si volí, přizpůsobuje a zpracovává s rizikem daného daru svobody.¹ Je třeba zdůraznit, že správně pojata svoboda je „*schopnost k dobru, totiž ke správnému, rozumnému a odpovědnému jednání v konkrétním kontextu lidského života.*“²

Člověk se však často domnívá, že nemusí být ničím omezován a může si dělat, co chce, vždyť je člověkem právě proto, že je uvolněn z instinktivních vazeb, zbaven jakéhosi „*musu*“. Na druhé straně má svou svobodnou volbou život komplikován.³

Co je tedy podstatou člověka schopného vnímat, komunikovat, učit se, jednat, být tvůrcem dějin, kultury, umění, vědy, techniky a dalších znaků, jimiž se odlišuje od všeho ostatního?

¹ Srov. SOKOL, J. *Filosofická antropologie*. Praha: Portál, 2002, s. 17, 19, 30-31.

² CORETH, E. *Co je člověk*. Praha: Zvon, 1994, s. 170.

³ Srov. SOKOL, J. *Filosofická antropologie*. Praha: Portál, 2002, s. 116.

Podstatnými složkami člověka je duše a tělo. „Duše“ jako ontologický princip je vnitřním základem celého lidského bytí, podmiňuje jednotu a celistvost člověka.⁴ Duchová duše je bezprostředně stvořena Bohem, není zplozena rodiči, je nesmrtelná, ve chvíli smrti nezaniká.⁵ My sami se chápeme jako konkrétní celek. Máme tedy hmotné tělo, spojené s vitálním (vegetativním) a senzitivním (smyslovým) životem, a celou tuto „hmotnou“ skutečnost překračuje oblast duchovní - např. poznání pravdy, chtění dobra, lásky, nezištného mravního jednání, prožívání a vytváření krásy.⁶

Uvedme rozlišení pojmu „duševní“ a „duchovní“. Pojem „duševní“ – „*psyché*“ se dotýká našich rozumových schopností, intelektu, emocí, vůle, zatímco „duchovní“ znamená dorůstání do stále plnějšího spojení s Duchem – Pneumatem. Člověk se na jedné straně otevírá Duchu, na straně druhé Duch sám proniká do člověka. Duch coby dech života (hebrejské „*ruach*“ se překládá jako dech, vánek, latinský výraz „*spiritus*“ jako vzduch) se nedotýká jen určitých částí, „duchovní“ zahrnuje život v Celku, kterým je Bůh. Člověk je pouze částí tohoto Celku. A je-li pouhou částí, pak nemůže existovat bez odkazu na tento Celek.⁷ Je povoláním člověka, aby se stal duchovním, aby se tak stal vnitřní jednotou těla, duše a ducha, která je právě působením Božího Ducha otevřena pro dokonalou lásku, podobnou lásce Boží.⁸

Pro každého člověka existuje jistá danost. Svým konkrétním tělesným bytím je dítětem určitých rodičů, je postaven do určité dějinné situace, je od počátku mužem či ženou. Všechno, co je nám tělesně a duchovně předem dáno, chápeme jako „přirozenost“, svobodným a vědomým utvářením tohoto svého bytí se proměňujeme v individuální osobnost, již ontologicky předchází to, že jsme osobou. Člověk jako osoba je bytostí sociální a vztahovou, není soběstačnou, zaměřenou jen na sebe samu. Jsou to vzájemné vztahy, které utvářejí morální podobu člověka. Rozvinutím osobního vztahu k Bohu, s druhými lidmi a ostatním stvořením může dosáhnout své plné osobní realizace.⁹

Člověk je jediným tvorem, kterého Bůh chtěl pro sebe samého, je Jeho obrazem. Není jen něco, ale je někdo.¹⁰ Všechno na světě je zaměřeno k člověku, jeho důstojnost je odvozena

⁴ Srov. CORETH, E. *Co je člověk*. Praha: Zvon, 1994, s. 131.

⁵ Srov. *Katechismus katolické církve*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, odst. 366.

⁶ Srov. CORETH, E. *Co je člověk*. Praha: Zvon, 1994, s. 144.

⁷ Srov. ALTRICHTER, M. *Příručka spirituální teologie*. Olomouc: Refugium, 2007, s. 15-21.

⁸ Srov. DE FIORES, S., GOFFI, T. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999, s. 137.

⁹ Srov. CORETH, E. *Co je člověk*. Praha: Zvon, 1994, s. 150, 154, 155.

¹⁰ Srov. *Katechismus katolické církve*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, odst. 356, 357.

od Boha a založena na Ježíši Kristu. Člověk totiž následkem hříchu, který je vzpourou proti Bohu, zakouší vnitřní rozpolcenost. Nápor zla není schopen sám přemoci. Hříchem zatemněný Boží obraz v člověku může obnovit jedině Kristus.¹¹

Pro vysvětlení obrazu Božího spirituální teolog a psycholog Cuskelly uvádí názorný příklad: Narodí-li se rodičům mentálně postižené dítě, i tehdy si přejí, aby sdílelo jejich život lásky, poznávání, radosti, smíchu. Ale dítě se špatně vyvinutými mozgovými buňkami je schopno pouze živočišného přilnutí. Je zapotřebí vnitřní proměny, která by mu dala vyšší schopnost lásky a poznání, aby mohlo zlomit bariéru své omezené existence a mohlo žít plně jako obraz svých rodičů. Stejně tak Bůh člověku, žijícímu ve své omezené úrovni, chce dát účast na svém životě poznání, lásky a radosti, jakým je Život Otce, Syna a Ducha svatého. Jedině Jeho láska má sílu a schopnost vlít nový život do duše, kterou stvořil, aby člověk mohl skutečně žít jako dítě podle Jeho obrazu.¹²

To, že člověk je obrazem Božím, mu dává novou smysluplnost. „Já jsem já“ – i když se v průběhu života měníme, od novorozence přes dospívání, dospělost až ke stáří. Naše existence má smysl právě v tom, co se nemění navzdory všemu měnícímu, a toto je pravé vystižení lidské identity.¹³

Zázemím a jistotou, o kterou se může člověk v hledání své identity opřít, je křesťanská víra, protože zejména v závažných životních okamžicích člověk sám sobě zůstává otázkou, odpověď mu může nabídnout pouze Bůh. Lidský život je poznamenán zápasem mezi dobrem a zlem. Člověk může překonat svou slabost, neklid, nejistotu tím, že vstoupí celou svou bytostí do „nového člověka“, kterým je Syn Boží - Kristus. Jen tak může najít znovu sám sebe, svou důstojnost, svou identitu.¹⁴

Konečným údělem člověka je vzkříšení, které se týká celého člověka. Lidský život je neopakovatelný. Platí, že to, jak si počínáme v tomto pozemském životě, přinese neodvolatelné důsledky. První člověk život v ráji kvůli hříchu ztratil.¹⁵ Ale v Kristu došlo k obnově celého stvoření, v něm nacházíme cestu zpět k přátelství s Bohem. Irenej z Lyonu

¹¹ Srov. *Dokumenty II. vatikánského koncilu. Gaudium et spes. Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, čl. 12 a 13.

¹² Srov. CUSKELLY, E. J. *Současná spiritualita. Duchovní život z hlediska moderní psychologie*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994, s. 25-26.

¹³ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 84-85.

¹⁴ Srov. *Dokumenty II. vatikánského koncilu. Gaudium et spes. Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, čl. 13 a 22.

¹⁵ Srov. MEZINÁRODNÍ TEOLOGICKÁ KOMISE. *O některých aktuálních otázkách eschatologie*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2008, s. 86-87.

svou formulí směny říká: „*Ve své nesmírné lásce se stal tím, čím jsme my, aby z nás učinil to, co je on sám.*“¹⁶ Je však stále přítomno nebezpečí, že člověk ve své svobodě Boží nabídku znovu odmítne. Bůh respektuje vše, co se člověk rozhodne konat, ukazuje se tak velikost lidské svobody i odpovědnost, která z ní vyplývá.¹⁷

Psychologie jakýkoli metafyzický problém obchází a vychází z hypotézy vzájemného působení psychofyzického.¹⁸ Člověk má jak tělesný, tak duševní život. Myslí, cítí lásku i nenávisť, vnímá radost, ale i smutek, prožívá vztek i strach, je ovládán nejrůznějšími pudy. Vytváří hodnoty, mravní schémata, ukládá si příkazy i zákazy, vynalézá, plánuje, vyrábí, vychovává, radí, řídí. Má vliv na druhé dobrým i špatným příkladem.¹⁹

Osobností se člověk nerodí, nýbrž se jí stává. Trvalejší vlastnosti vznikají jako důsledek úporného opakování, zpevňují se také vlivem odměn a trestů, později i ztotožňováním se s určitými vzory a autoritami. Není možno chápat chování dítěte, aniž by nebyl brán zřetel k jeho rodině, živý člověk je vždy částí situace, v níž se nachází, není pouhé „já“ uzavřené v pouzdře.²⁰

Strukturu osobnosti vyjadřuje její vnitřní uspořádání, tj. skladba jejích prvků – schopnosti, motivy, postoje, temperament atd. Tento uspořádaný celek se nějak chová a vytváří psychické vlastnosti osobnosti, které se mohou sdružovat v určité typy osobností. Všimněme si, co představuje postoj. Vyjadřuje vztah člověka ke světu a jeho hodnocení. Existují různé kategorie hodnot – biologické (život, zdraví, pohodlí), kulturní (práce, zábava), duchovní (morálka, politické ideje), sociální (láska, manželství). Předmětem postoje může být cokoli, každý jedinec má svůj vlastní systém postojů, u některých může převažovat hledisko racionální, u jiných emocionální.²¹

Intenzitu a směr chování osobnosti určují nejsilněji motivy. V užším smyslu vyjadřují vědomé záměry či vědomé cíle jednání, v širším smyslu i nevědomé účely chování. Základní formou motivů jsou potřeby, ať základní - fyziologické, potřeby bezpečí, dále psychologické – potřeba lásky, uznání, a také např. potřeby sebeaktualizace – potřeba realizovat svůj duševní potenciál, „být tím, kým mohu být“, tvořit, objevovat apod. Projevy lidských motivů se liší –

¹⁶ Srov. POSPÍŠIL, C. V. *Ježíš z Nazareta, Pán a Spasitel*. Praha: Krystal a Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 139.

¹⁷ Srov. MEZINÁRODNÍ TEOLOGICKÁ KOMISE. *O některých aktuálních otázkách eschatologie*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2008, s. 88-91.

¹⁸ Srov. FELDMANN, H. *Kompendium lékařské psychologie*. Praha: Victoria Publishing, s. 40.

¹⁹ Srov. VONDRÁČEK, V. *Úvahy psychologicko-psychiatrické*. Praha: Avicenum, 1981, s. 54.

²⁰ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993, s. 27, 36-41.

²¹ Srov. *Tamtéž*, s. 98-102.

jsou podmíněny kulturně historickými zvláštnostmi života lidí, mohou se projevovat skrytě, v témže chování mohou být vyjádřeny různé motivy apod.²²

Vědomou volbu cíle a volbu prostředků k dosažení zvoleného cíle označujeme jako volní jednání. Jednání charakterizují různé volní vlastnosti, jako je např. spolehlivost, svědomitost, rozvážnost, smysl pro odpovědnost, vytrvalost. S jednáním člověka je spojován také problém svobodné vůle - nezávislosti či závislosti rozhodování a jednání ať už z vnitřních nebo vnějších pohnutek.²³

Centrum, tedy jakési jádro naší osobnosti, tvoří „já“- ego (lat. já). „*Psychologicky pojaté „já“ obvykle označuje subjekt prožívání, poznávání, hodnocení, chtění a vědomí.*“²⁴ „Já“ umožňuje naší osobnosti časovou kontinuitu, čili vědomí a pocit, že jsme to stále my, ať si uvědomujeme události z dětství či události přítomné. Naše „já“ je situováno v těle – tělesně, prožíváme bolest a jiné tělesné prožitky, „já“ sjednocuje duševní život a celou naši osobnost. Jestliže je „já“ oslabené, můžeme se setkat s celou řadou psychopatologických jevů, jako jsou např. halucinace, extrémní nerozhodnost, dezintegrované chování – zmatenost, nepředvídatelné chování apod. Jestliže vytváříme vztah k sobě tím, co si myslíme o sobě, jak sami sebe hodnotíme, jakou máme o sobě představu, pak se dostáváme do oblasti sebepojetí.²⁵

Obraz o sobě samém se tedy vytváří ve dvou rovinách – jako reálné ego (co o sobě soudíme) a ideální ego (naše představa, jací chceme být). Rozdíl mezi tím, za koho se subjekt považuje, a tím, kým by chtěl být, ukazuje na míru spokojenosti či nespokojenosti se sebou samým. Sebeoceňování se chápe jako pocit vlastní hodnoty a akceptování. Jedinec, který sám sebe přijímá, je schopen využívat svých schopností, odmítá-li však sebe sama, je často neúspěšný, reaguje pocity viny a křivdy, což vede k negativním postojům i vůči jiným.²⁶

Je třeba zdůraznit, že své sebepojetí vytváříme už od časného dětství právě na základě hodnocení ze strany dospělých, později docházíme na základě nových zkušeností k vlastní sebereflexi. Budeme-li mít svůj vnitřní obraz o sobě stálejší, tím lépe se budeme vyrovnávat s novými přicházejícími situacemi. K situacím, které ohrožují naši duševní rovnováhu, patří konflikt, frustrace, deprivace či stres.

²² Srov. NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993, s. 103-112.

²³ Srov. *Tamtéž*, s. 196-201.

²⁴ VYMĚTAL, J. *Základy lékařské psychologie*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994, s. 19.

²⁵ Srov. *Tamtéž*, s. 20

²⁶ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993, s. 147.

Konflikt znamená vyhrocený střet vnitřních nebo vnějších protichůdných tendencí, které jsou přibližně stejně silné a znemožňují jednoznačné rozhodnutí či volbu. Frustrace, nebo-li zmaření, znamená, že nemůžeme dosáhnout určitého cíle, na němž nám velmi záleží. Deprivace nastává, nedostává-li se nám něčeho, co je pro nás subjektivně nezbytné, významné. Stres znamená ocitnutí se v situaci, která přesahuje naše psychické síly, proto ji zvládáme obtížně až nezvládáme.²⁷

K faktorům, které člověka chrání před nepříznivými důsledky nejrůznějších životních událostí, patří vlastní schopnost zvládat situace – člověk je schopen nevidět pouze úzký výsek svého světa, ale je v nadhledu. Nebo dokáže zvažovat mezi možnostmi, které má k dispozici a požadavky, které jsou na něho kladeny. Také je důležité přesvědčení, že to, oč se člověk snaží, má nějaký smysl, že stojí za to pokračovat. Rozhodně nelze opominout ani potvrzování důvěry v systém hodnot, tedy toho, čemu osoba věří, a také vědomí, že „jsem milován“, že „jsem někam začleněn“.²⁸

Pro každého člověka je nesmírně důležité vědomí vlastní důstojnosti. Profesor Boublík zdůrazňuje, že nejhlubší základ osobní důstojnosti člověka nalzáme v rozměru duchovním: „Člověk je „osoba“, protože je Božím „partnerem“, je povolán Bohem ke společenství v lásce. Výrazem „Boží partner“ chceme označit nejdokonalejší uskutečnění osobnosti a lidské subjektivity: člověk „je“ opravdu osobou a subjektem, když se obrací svým bytím a svým jednáním k Bohu.“²⁹ Přátelský vztah Boha a člověka však nezávisí na úsilí člověka, který se chce k Bohu pozvednout, ale na zvláštním daru Boha, který sám se k člověku sklání, nechává se mu poznat a zve ho ke vztahu lásky. Vidíme zde vrchol vztahové dimenze člověka, z tohoto vztahu pak může člověk o to více rozvinout vztah s lidským společenstvím a se světem. Zde, ve společenství s lidmi a ve světě, se lidská jedinečnost a důstojnost uskutečňuje a upevňuje.³⁰

Boží záměr s člověkem je velkolepý a lidský život nese svou závažnost. To, co tolik potřebuje dnešní člověk a svět, je povolání člověka k uskutečňování milosrdné lásky.³¹

²⁷ Srov. VYMĚTAL, J. *Základy lékařské psychologie*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994, s. 21-22.

²⁸ Srov. JOBÁNKOVÁ, M. a kol. *Kapitoly z psychologie pro zdravotnické pracovníky*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002, s. 49-50.

²⁹ BOUBLÍK, V. *Teologická antropologie*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 66.

³⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 56, 60, 80.

³¹ Srov. JAN PAVEL II. *Dives in misericordia - encyklika o Božím milosrdenství*. Brno: Kartuziánské nakladatelství, 2008, čl. 2 a 13.

Jen tehdy, jestliže člověk do všech vzájemných vztahů vloží místo a čas pro odpuštění, svět lidí se může stát lidštějším. Odpouštějící láskou člověk potvrzuje, že je skutečně člověkem.³²

Zkoumáním vlastní podstaty člověka jsme zjistili, že jak teologická antropologie, tak psychologie vidí v člověku jednotu a vzájemnou propojenost tělesného života s duševním. Člověka je třeba nahlížet v bio-psycho-socio-spirituální jednotě, v této jednotě ho musíme vidět nejen ve stavu zdraví, ale také v období nemoci.

1.2 Člověk, jeho zdraví a nemoc

Každý člověk touží být zdrav. Význam „zdravý“ je odvozen od původního významu „celý“. V hebrejském jazyce slovo „*shalem*“ znamenající „zdravý, celý“ je příbuzné se slovem „*shalom*“, tj. pokoj. Prolínají se nejrůznější teorie, které mohou pojímat zdraví jako ideální stav nebo jako úroveň tělesné a duševní zdatnosti, umožňující člověku plnit každodenní úkoly.³³ Lékař např. pod pojmem zdraví rozumí nepřítomnost nemoci, sociolog pojmem „zdravý člověk“ označí člověka, který správně funguje v příslušných sociálních rolích. Dokonce s rozvojem a „mocí“ medicíny může být zdraví považováno za zboží, které se dá koupit nebo získat podle toho, kolik jsme ochotni do léčby investovat. Ale je zde i pohled na zdraví jako dar, o nějž má člověk pečovat.³⁴

Světová zdravotnická organizace vymezuje svým programovým prohlášením z r. 1947 zdraví jako stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, nikoli pouze nepřítomnost choroby. Novější definice WHO říká: „*Zdraví je relativně optimální stav tělesné a duševní a sociální pohody při zachování všech životních funkcí, společenských rolí a schopností organismu přizpůsobovat se měnícím se podmínkám prostředí*“.³⁵

Člověk neprožívá stále jakýsi optimální stav svého bytí, přichází nemoc.

Klinická psychologie nemoc definuje jako „*souhrn reakcí organismu na poruchu rovnováhy mezi ním a prostředím*“.³⁶ U nemoci můžeme zaznamenat jakýsi začátek, průběh a konec, její subjektivní či objektivní příznaky. Nemoc je zátěžovou situací, která člověka

³² Srov. OPATRŇY, A. *Pastorační péče o psychicky nemocné*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2016, s. 26.

³³ Srov. BAŠTECKÁ, B., GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál, 2001, s. 27.

³⁴ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2009, s. 30.

³⁵ BAŠTECKÁ, B., GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál, 2001, s. 27.

³⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 29.

vyřadí z každodenní činnosti a naruší dosavadní způsob života. Vzbuzuje úzkostlivé obavy z budoucnosti. Člověk se nechce vzdát zdravého obrazu o sobě, který představuje vitalitu, výkonnost, úspěšnost. Nemoc mění pohled člověka na sebe sama a také na okolní svět. Období nemoci bývá důležitým životním mezníkem, často nenahraditelnou zkušeností přinášející nový pohled na smysl života. Ve zvládnání nemoci a utrpení se může projevit kvalita lidské osobnosti.³⁷

Nemocný člověk se vždy ptá po příčině své nemoci, ta se v dřívějších dobách často vysvětlovala jako důsledek božího hněvu. Otázka po vině, zvláště u duševních onemocnění, která se pro člověka stávají jakýmsi stigmatem, se otevírá i dnes. Stále silněji vystupuje potřeba celostního pochopení nemoci, to znamená i pochopení stavu mysli člověka a jeho ducha.³⁸

Teologická antropologie negativní obsah našeho života spojuje s výrazem *hřešitelnost*, ten je spíše původu filozoficko-teologického. Bible mluví o žádostivosti, která je jakýmsi pramenem hříchu a rozvíjí se vlivem pokušení. Hřešitelnost je možností lidské svobody, člověk si své bytí může vykládat klamně, může odmítnout své pozvání k lásce.³⁹ MUDr. Kašparů, psychiatr a teolog, upozorňuje, že pro lidskou duši je hřích něčím, co duše ve skutečnosti nesnáší, je to pro ni něco škodlivého, cizorodého. Hřích přirovnává k zubnímu kazu, vznikne a hned nebolí.⁴⁰ Nastiňuje několik oblastí, ve kterých může dojít k onemocnění, např. skutek ženy, která se rozhodla pro potrat svého dítěte, může tuto ženu později dovést k psychickým problémům. Rozsáhlá je oblast psychosomatických nemocí, kdy hřích se projevuje tělesnými potížemi (žaludeční vředy, vysoký krevní tlak), avšak původ je v oblasti psychického prožívání, příčinou může být např. trvalá nenávisť, hořkost v duši. Hřích proti lásce může způsobit mnoho tělesných a psychických potíží – příkladem je týrání, zneužití člověka. Současný člověk je duchovně vyprahlý, moderní člověk se od křesťanství odklání a ve své duchovní prázdnotě přijímá nejrůznější směry - magii, šamanismus, okultismus – to vše může velmi silně a negativně ovlivnit duševní a duchovní rovnováhu člověka.⁴¹

³⁷ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 57-58; 71.

³⁸ Srov. FELDMANN, H. *Kompendium lékařské psychologie*. Praha: Victoria Publishing, s.180, 188, BAŠTECKÁ, B., GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál, 2001, s. 30.

³⁹ Srov. BOUBLÍK, V. *Teologická antropologie*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 92-96.

⁴⁰ Srov. KAŠPARŮ, M. *Malý kompas víry*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2001, s. 62-63.

⁴¹ Srov. KAŠPARŮ, M. *Základy pastorální psychiatrie pro zpovědníky*. Brno: Cesta, 2002, s. 66-68, 134, 138.

Vidíme, že rozlišení zdraví a nemoci není tak jednoznačné, jak by se na první pohled mohlo zdát, protože kromě medicínského hlediska jsou tu mnohá další kritéria. Nemoc není pouhou záležitostí jedince, ale určitým způsobem ovlivňuje celé okolí nemocného.

V posledních letech jedním z výchozích způsobů jak máme lépe pochopit, co se odehrává v duši pacienta, který prožívá své zdravotní potíže, je koncepce kvality života. Zde je kladen větší důraz na subjektivní hledisko pacientů než na hodnocení odborníků zvnějšku. Lidé sami vybírají oblasti života, které se jim jeví jako důležité a kterým přisuzují určitou hodnotu. Kvalitou života se rozumí jednak oblast tělesné pohody – pocit síly, celkového tělesného zdraví, nepřítomnost bolesti, chuť k jídlu apod., dále oblast psychické pohody – stav mysli, prožívá-li člověk úzkost či pokoj, jakým zálibám se věnuje apod., dále je to oblast sociální pohody – jedná se o role a vztahy v rodině, zaměstnání, důležitá je finanční situace. Nakonec přistupuje oblast pohody duchovní – jako je vyjasnění smyslu nemoci, religiozity, naděje na uzdravení.⁴²

Podstatnou charakteristikou kvality života je dosahování osobních životních cílů. *„Tam, kde pacient vidí svou situaci jako smysluplnou, srozumitelnou a zvládnutelnou, tam zaujímá nadějnější postoj k boji s těžkostí.“*⁴³

Pro tuto práci je zapotřebí ještě doplnit terminologii slova „uzdravování“, protože fenomén odpuštění zasazujeme do procesu uzdravování. Řecké „*therapeuo*“ znamená uzdravovat, k povšimnutí stojí výraz „*sothein*“ – uzdravovati, kterého se užívalo v lidové řečtině „*koine*“. Znamenal záchranu člověka v nebezpečí života (např. utonutí), ale také v depresi, ztrátě smyslu života, dokonce nebezpečí propadnutí „zlým mocnostem“- dnes můžeme hovořit i o drogách, touze po moci, slávě, penězích apod. Dále znamenal takovou pomoc člověku, aby byl zdrav cele – tj. ve všech dimenzích života. Širší pojetí zdraví a uzdravování znamenalo jakési bezpečné vedení si v životě.⁴⁴

Shrnutím poznaného vidíme, že být zdrav znamená být celistvě harmonickou osobností, schopnou plnit své životní poslání. Tuto harmonii však v prostředí běžného života narušuje mnoho negativních vlivů - stres, alkoholismus, různé závislosti, nefungující rodinné

⁴² Srov. BAŠTECKÁ, B., GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál, 2001, s. 328-329.

⁴³ KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci*. Praha: Grada Publishing, 2002, s. 99.

⁴⁴ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2009, s. 31.

zázemí atd.⁴⁵ Vznikají nejrůznější duševní onemocnění, kterými se budeme zabývat v následujícím pojednání.

1.3 Duševní onemocnění

V běžném životě si pod označením „ten člověk je duševně nemocný“, vybavíme člověka s obecně známou depresí či schizofrenií. Mezinárodní klasifikace nemocí nám však představuje širokou škálu duševních onemocnění, pro něž je určen kód s písmenem F a specifikujícím trojčíslím - Duševní a behaviorální poruchy (včetně poruch psychického vývoje). Tyto poruchy jsou rozděleny do deseti skupin:

- F 0 Organické duševní poruchy, včetně symptomatických.*
- F 1 Duševní a behaviorální poruchy způsobené požíváním psychoaktivních látek.*
- F 2 Schizofrenie, schizotypní poruchy a poruchy s bludy.*
- F 3 Afektivní poruchy.*
- F 4 Neurotické poruchy, poruchy vyvolané stresem a somatoformní poruchy.*
- F 5 Behaviorální poruchy spojené s narušením fyziologických funkcí a se somatickými faktory.*
- F 6 Poruchy osobnosti a chování u dospělých.*
- F 7 Mentální retardace.*
- F 8 Poruchy psychického vývoje.*
- F 9 Behaviorální a emoční poruchy začínající specificky v dětství nebo adolescenci a mentální poruchy nespecifikované.⁴⁶*

Příčiny řady duševních onemocnění nejsou zcela objasněny. V současném vědeckém pojetí je duševní porucha jakousi výslednicí genetického základu a různých vlivů prostředí – fyzikálních, toxických, biochemických, psychologických a sociálních. Jsou to tedy vnitřní i zevní faktory, které mohou způsobit duševní poruchu.⁴⁷

⁴⁵ Srov. VONDRÁČEK, V. *Úvahy psychologicko-psychiatrické*. Praha: Avicenum, 1981, s. 165.

⁴⁶ BOUČEK, J. a kol. *Obecná psychiatrie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001, s. 109.

⁴⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 39.

Žádný z možných příčinných faktorů nelze bagatelizovat, ale ani přeceňovat. Jisté je, že každá fáze vývoje lidského života má specifický smysl a cíl. Nemusí se vždy zdařit, někdy může dojít k selhání. Každá životní etapa je výsledkem předcházejícího vývoje a současně vytváří základ pro další rozvoj.⁴⁸

My si pro potřeby této práce všimneme nejčastěji se vyskytujících duševních nemocí a dotkneme se hlavně jejich sociálního dopadu na život nemocného a jeho rodinných příslušníků či okruhu, v němž se nemocný pohybuje.

Demence vzniká na základě organického poškození centrální nervové soustavy, postupně dochází k celkové poruše osobnosti nemocného, k jejímu úpadku a dezintegraci. S úpadkem paměti souvisí i porucha orientace v prostředí. Nejčastějším typem demence je Alzheimerova choroba a ischemicko-vaskulární demence. V důsledku demence nemocný přestává zvládat běžné sociální role, začínají se mu často jevit jako ohrožující. Tím, že ztrácí orientaci v čase i prostoru, ba i v lidech, to vše působí značnou zátěž pro jeho rodinu. Příbuzní se těžce vypořádávají s faktem, že dříve schopný člověk se chová najednou nepřijatelným způsobem. Rozpor vyvolává stres, výčitky, přičítání viny. Obrannými tendencemi bývá umístění pacienta v nějakém léčebném zařízení, s minimální četností návštěv.⁴⁹ Podobnou zátěží je **mentální retardace** člena rodiny, kdy jde o vrozený defekt rozumových schopností.⁵⁰

Psychotické poruchy fungují jako silné sociální stigma. Nemocný dostává nálepku podivného, nenormálního jedince. V postojích k duševně nemocnému převažují negativní pocity, často i odpor, vyplývající z problematické komunikace a obtížnosti usměrňování neobvyklých projevů. Laickými postoji mohou být výroky jako „je mimo“, „směje se jako blázen“, „mluví z cesty“, „neví, co dělá“, „ztratil rozum“ apod. Veřejnost bývá přesvědčena o nevyzpytatelnosti takto nemocného. Jeho přítomnost znepokojuje, sociální vztahy bývají silně narušeny. Rodinní příslušníci mají pocit viny za jeho onemocnění, cítí potřebu se této viny zbavit. Dostávají se do situace bezradnosti a bezvýchodnosti. Samotný pacient se změněné situace bojí, ztrácí jistotu o sobě i o okolním světě, uzavírá se. Dochází tak ke změně v celkové atmosféře rodiny. Jde o zátěž, trauma, krizi, která naruší dosavadní rovnováhu rodinného systému. Často dochází k rozkladu fungujícího soužití. Nemocnému přináší jeho

⁴⁸ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 24.

⁴⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 137-143.

⁵⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 146.

stav utrpení. Děsí jej proměna vlastní osoby i světa kolem něj, a tak volí různé obranné reakce.⁵¹

K nejzávažnějším psychotickým poruchám patří **schizofrenie**. Nemocnému se zdá, že to, co dělá a prožívá, je projevem nejenom jeho „já“, ale také působením nějaké cizí síly, která ho ovládá. Dochází tak k rozdvojení, tj. rozštěpu osobnosti. Schizofrenie potřebuje odbornou léčbu, psychosociální pomoc je zaměřena i na rodinné příslušníky, protože chování člověka trpícího schizofrenií může v určitých situacích členy rodiny terorizovat.⁵²

Poruchy nálad, afektivní poruchy představují hluboké výkyvy prožívání, mající pro nemocného i jeho okolí vážné důsledky, protože chorobná nálada neodpovídá reálné životní situaci nemocného. U **depresivní poruchy** vzniká deprese bez zjevné příčiny. Jedinec ztrácí schopnost prožívat radost, je výrazně zhoršeno jeho sebehodnocení, trpí pocity viny, agresivita je zaměřena na sebe, dochází k úplné negaci smyslu života. Zvláště nebezpečné jsou suicidální myšlenky a tendence, je zde vysoké riziko pokusu o sebevraždu – mnohdy jde o hroznivé způsoby sebevraždy. Základním příznakem **manického syndromu** je nepřírodně povznesená nálada. Nemocný je nesoudný, pozitivní hodnocení okolního světa je nerealistické. Sociální dopad poruch nálad je tísnivý, soužití s takovým nemocným bývá velmi obtížné. Rodina nemocnému často nevěří, domnívá se, že jde o lenivost, neschopnost, přicházejí výčitky, že nemoc je zaviněna nimi nebo nemocným.⁵³

Neurózy jsou ve významné míře podmíněné psychosociálně. Hlavním znakem je změna prožívání, tj. změna emocí. Pod vlivem jakékoli zátěže dochází k pocitům ohrožení, napětí, strachu, úzkosti, způsob uvažování se mění a vede k neurotickým reakcím. Může jít o **poruchu úzkostnou, panickou, fobickou**. Dlouhodobému výskytu vtíravých myšlenek a představ a nepotlačitelným impulzům k jednání říkáme **obsedantně-kompulzivní porucha**. Těchto stereotypů se nemocný nemůže zbavit, ač k nim sám pociťuje vnitřní odpor.

Člověk ve svém životě se může také setkat s událostí, která přesahuje běžnou zkušenost – násilný trestný čin, přírodní katastrofa, válka apod. Prodlouženou odezvu na tuto traumatizující událost označujeme jako **posttraumatickou stresovou poruchu** - přetrvávající pocity hrůzy a ohrožení v myšlenkách, představách, snech. Někdy může některé psychické problémy organismus postiženého zpracovat specifickým, somatizujícím způsobem.

⁵¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 170-176.

⁵² Srov. *Tamtéž*, s. 179-190.

⁵³ Srov. *Tamtéž*, s. 191-195; 197-200.

Hovoříme pak o **somatoformních poruchách**. Připomínají somatická onemocnění, ale nejsou jimi, protože organický nálezný chybí. K neurotickým poruchám patří také **poruchy příjmu potravy** – charakter odmítání jídla nebo naopak přejídání, toto jednání je někdy vysvětlováno i transformací touhy něco pohltit či odvrhnout něco či někoho – špatnou vlastnost, nežádoucí bytost. Časté jsou **poruchy spánku** – spánek je v jakémkoli životním období citlivě reagující funkcí na psychický stav člověka. Neurotický člověk pod vlivem úzkostí a strachu jedná často nevhodně. Členové rodiny či spolupracovníci pak reagují kritikou či požadavky, které nemocný není schopen splnit.⁵⁴

Násilnému jednání, jehož charakteristickým úmyslem je dobrovolně zničit vlastní život, říkáme **sebevražedné jednání**. Lidé, pokud mají dostatečně silný motiv, jsou schopni tohoto sebezničení. Může být dokonané, ale často jde o pouhý pokus. Příčinou dokončených sebevražd jsou především nemocní v depresivní epizodě, rovněž velké nebezpečí je u schizofreniků. K sociálním faktorům patří osamělost, konfliktní a problematické rodinné vztahy, kde není uspokojena základní potřeba jistoty a bezpečí, také migrace – ztráta dřívějších sociálních vazeb k určitému prostředí, ztráta zaměstnání, společenského postavení, válka apod. Nejvýznamnější emocí z hlediska sebevražedného jednání je právě pocit beznaděje, spojený s pesimistickým pohledem a negativním sebehodnocením. V suicidálním jednání můžeme vidět „volání o pomoc“ jak dospívajících, tak také starých, u kterých dochází ke ztrátě životních rolí, riziku opuštěnosti, ohrožení somatickými chorobami. U naprosté většiny těchto lidí ve skutečnosti nepřevládá touha zemřít, ale touha žít. Proto sebevražedné jednání není záležitostí pouze jednotlivce, ale vztahů s dalšími lidmi.⁵⁵

V této době zaznamenáváme velký růst **poruch osobnosti**. Jde o stav s odchylkami v oblasti citového prožívání, uvažování i chování, zejména ve vztahu k druhým lidem. Poruchou osobnosti (dříve nazývanou psychopatie) trpí především okolí nemocného, protože on sám na své chování nemá náhled, je egocentrický, není schopen se poučit ze zkušeností, jeho chování je zdrojem konfliktů.

Podle převažujících nápadností lze poruchy osobnosti rozdělit do několika kategorií. K **paranoidní poruše osobnosti** patří neschopnost odpustit, sklon ke zdůrazňování pouze sebe sama, svých práv a jejich vymáhání. Dominuje podezřívavost, vztahovačnost. Typickými rysy **schizoidní poruchy osobnosti** je emoční útlum, nápadná introverze, tito lidé bývají

⁵⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 201-226.

⁵⁵ Srov. *Tamtéž*, s. 238-253.

hloubaví, často považováni za podivíny. **Disociální porucha osobnosti** znamená neschopnost přiměřené sociální adaptace. Jedinec není schopen tlumit a ovládat vlastní reakce, reaguje afektivním výbuchem, násilím, má slabě rozvinuté svědomí, jeho vztahy jsou pouze účelové, pokud jsou jemu k prospěchu. Nedovede se přizpůsobit žádnému prostředí, je zde zvýšené riziko kriminálního chování. Dalšími poruchami jsou **emočně nestabilní poruchy osobnosti**, emoce lidí trpících touto poruchou jsou nevypočitatelné, mění se vlivem i nepatrného podnětu. Bývají nesnášenliví, vinu většinou přičítají někomu jinému. **Hraniční typ nestabilní osobnosti** znamená sklon k sebepoškozujícímu jednání i opakovaným suicidálním tendencím. Hlavními znaky **histrionské poruchy osobnosti** je teatrálnost, důraz na vlastní osobu. U **anankastické poruchy osobnosti** převažuje mrzutá nálada, perfekcionismus, izolace. **Úzkostná porucha osobnosti** nese nadměrnou obavu z kritiky či odmítnutí, obavu ze selhání, jedinec tak není schopen dosáhnout pocitu pohody a uspokojení. Charakteristikou **závislé poruchy osobnosti** je zvýšená potřeba závislosti na jiném člověku, neschopnost osamostatnění, snadno se dostávají do role týraného a zneužívaného člověka. Nejdůležitějším projevem **narcistické poruchy osobnosti** je egocentrismus, arogantní, bezohledné chování, potřeba obdivu, moci, podceňování jiných lidí.⁵⁶

Agresivní chování lze definovat jako porušení sociálních norem, jde o symbolické nebo reálné omezování, poškozování a ničení. Sklon k agresivitě není závislý pouze na dědičnosti, rozvíjí se především učením – dítě napodobuje to, co vidí u ostatních lidí. V dnešní době média zvyšují nabídku násilí, toto se stává součástí běžné zkušenosti, stále více se stírá rozdíl mezi dobrem a zlem. U lidí citově deprivovaných, kteří žádný pozitivní vztah neprožili, a tímto všichni mají pro ně stejný význam, jsou lhostejní k pocitům druhých, lhostejní i k sobě samým. Člověk ztrácí schopnost rozpoznat, k čemu jeho jednání vede. Zvláštním typem je pomsta. Nejde o obranu, která je zaměřena k odvrácení nebezpečí, ale o vyrovnaní vzniklé křivdy. Odpykávání zločinu někdy přechází dál na další potomky, rasu či národ, násilí pak nebere konce. Protikladem je právě křesťanství, které klade důraz na odpuštění a smíření.⁵⁷

Další skupinou duševních onemocnění, které ve svém sociálním dopadu nejsou zvládnutelné bez odpuštění, jsou **závislosti**. V různých dobách se lidé snažili najít možnost uniknout z aktuální situace a dosáhnout pocitu štěstí prostřednictvím psychoaktivních látek.

⁵⁶ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 254-265.

⁵⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 266-270.

Důsledkem užívání těchto látek je intoxikace, somatické nebo psychické poškození a syndrom závislosti, který se vytváří v důsledku opakovaného užívání psychoaktivní látky.

Nejčastěji užívanou psychoaktivní látkou je **alkohol**. Postižený bývá nervózní, výbušný, agresivní. Jde o značnou zátěž pro celý rodinný systém, jsou závažně narušeny mezilidské vztahy. Rodič závislý na alkoholu není přijatelným modelem, pokud se s ním dítě identifikuje, jeho chování bude zdrojem mnoha sociálních problémů. V naší zemi je tolerance k alkoholu velká, na druhé straně ve chvíli, kdy člověk ztrácí schopnost své pití regulovat, shovívavý postoj končí, role alkoholika má nízký sociální status. Vliv alkoholu zvyšuje riziko nehod, úrazů, trestných činů.⁵⁸

Osobnost člověka a vlivy vnějšího prostředí se podílejí na vzniku **nealkoholových drog**. Závislý člověk má jiný žebříček hodnot, schází mu vůle k překonání potíží, s nimiž je užívání drogy spojeno. Nemá budoucnost. Mění vztahy s lidmi. Hodnota drogy je tak silná, že pro její získání je ochoten i krást, prostituovat. Svou rodinu rozbíjí.⁵⁹

Ve výčtu duševních onemocnění nemůžeme opomenout také **závislost na sektě** a s tím postupnou ztrátu schopnosti samostatně uvažovat. Protože vůdce sekty určuje, s kým se člen může stýkat, jsou narušeny kvantitativně i kvalitativně ostatní mezilidské vztahy.⁶⁰

Silně stresujícím faktorem je **nezaměstnanost**. Práce potvrzuje jedinečnou hodnotu člověka ve společnosti. Pro rodinu tento jev znamená značnou zátěžovou situaci, avšak právě solidarita rodiny za těchto okolností může vytvořit nezaměstnanému zdroj potřebné jistoty a citového porozumění.⁶¹ Nezaměstnanost napomáhá ke vzniku dalšího sociálního jevu, a tím je **bezdomovectví**. Bezdomovci vinu za své selhání přisuzují okolnostem a jiným lidem.⁶²

Uveďme ještě **delikventní chování**, coby porušování právních norem určitého státu. Jedinec, jenž byl trestán, ztrácí obvykle možnost zaměstnání, rozpadá se mu manželství, má nálepku kriminálního. Po propuštění dochází často k recidivě. Jde o závažné sociální stigma.⁶³

Duševní nemoc je podobně jako obecně definovaná nemoc jakousi nerovnováhou mezi organismem a prostředím. Z uvedeného nástinu duševních onemocnění vidíme, kolik těchto onemocnění se rodí v prostředí běžného každodenního života a v tomto prostředí se

⁵⁸ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 288-295.

⁵⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 299-308.

⁶⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 387-388.

⁶¹ Srov. *Tamtéž*, s. 398-410.

⁶² Srov. *Tamtéž*, s. 411-413.

⁶³ Srov. *Tamtéž*, s. 417; 421; 425.

s nimi nemocný i jeho rodinní příslušníci musí vypořádat. V důsledku narušených, nefungujících vztahů člověk pro obnovení své rovnováhy volí často nesprávné prostředky, dostává se tak do ještě hlubšího bludného kruhu, který pro něho není východiskem. Se svou situací si neví rady, jeho mysl začnou zaplavovat myšlenky na sebevraždu. Ke změně pohledu a novému zacílení života nabízí nemocnému svou pomoc psychoterapie a také duchovní doprovázení. K prostředkům, které mohou pomoci vyjít ze škály vnitřních a vnějších konfliktů, v nichž se lidská bytost ocitá, může patřit i téma odpuštění a smíření.

V dalších kapitolách budeme své kroky směřovat ke zjištění, jak právě tento fenomén odpuštění a smíření je pojat v psychoterapii a jak je rozpracován v kontextu duchovního doprovázení. Zjistíme, jaký význam a roli toto téma v procesu uzdravování duševně nemocného člověka skutečně sehrává.

2 Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie

Do léčby duševně nemocného člověka vstupuje několik vědních oborů. Je to psychiatrie, ta jako odvětví lékařské vědy se zabývá diagnostikou duševních nemocí a psychických poruch. Stanoví přímou léčbu, provádí výzkum např. na poli biochemických procesů v mozku. Dále to je psychologie - všeobecně popisuje psychické stavy a procesy, ať už je člověk zdravý či nemocen. Všimá si jeho myšlení, chování. Chce tedy být jakýmsi souhrnným věděním o lidské duši. Psychoterapie pak označuje různé techniky léčby, které mají přispět ke zmírnění či vyléčení psychických poruch.⁶⁴ Právě proto fenomén odpuštění budeme sledovat nejprve v kontextu tohoto vědního oboru.

2.1 Vymezení oboru psychoterapie

Předmětem oboru psychoterapie je duševní život člověka. Výraz „psychoterapie“ pochází z řečtiny a je složen ze dvou slov: „*psyché*“ – znamenalo „duši“ ve významu původní životní síly, a „*therapeuó*“ – znamená „sloužit“. Psychoterapeuti napomáhají jedinci nalézt sebe na základě pravdivějšího sebepoznání. Chování a projevy, které nejsou optimální, se snaží společně s klientem měnit.⁶⁵

Psychoterapie nachází společné téma s filozofií a teologií, a tím je hledání řádu a smyslu ve světě, v člověku, stejně tak se tyto obory zabývají pojetím a proměnou člověka. Připomeňme, že základem všech pomáhajících profesí je láska, zahrnující v sobě odpuštění a nezištnou pomoc, a to je hodnota křesťanská. Klinický psycholog a psychoterapeut Jan Vymětal dále uvádí, že pro dějiny psychoterapie je křesťanství významné, protože „*přichází s principem zpovědi přinášející úlevu tím, že se člověk prostřednictvím jiného člověka – duchovního dostává do kontaktu s autoritou, která chápe, přijímá a odpouští. Důležitější je zde smíření s druhým člověkem, jež předchází smíření s Bohem.*“⁶⁶

Potřeba psychoterapeutické péče narůstá. Proč? Protože v důsledku závratného rozvoje přírodních věd a technicko-ekonomického myšlení se člověk „*stal tak mocný, že je vůči své moci bezmocný a bezradný.*“⁶⁷ S oslabením duchovní zakotvenosti člověka se uvolňují

⁶⁴ Srov. PFEIFER, S. *Slabé nésti*. Ostrava: JUPOS, 1995, s. 19-21.

⁶⁵ Srov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 11-13.

⁶⁶ *Tamtéž*, s. 26.

⁶⁷ *Tamtéž*, s. 28.

sebezničující tendence lidstva. Lidé tento stav cítí v podobě úzkosti a volí útěk do různých rozptýlujících aktivit, které nepřinášejí dlouhodobější účinnost. Rostou tak agresivní projevy na individuální i skupinové úrovni. Následně pak psychotherapeutická péče má hledat východiska z těchto krizí. Psychotherapeutická péče je vždy zasazena do obrazu celku světa.⁶⁸

Jako samostatný obor vzniká psychotherapie teprve ve XX. století. Dá se říci, že psychotherapie byla odjakživa součástí běžného života. Vždyť psychologická pomoc byla poskytována člověkem člověku prostřednictvím vztahu a rozhovoru, mohlo se jednat i o šamana, později duchovního a lékaře, kteří zasazovali člověka do širších souvislostí pozemského i mimozemského řádu.⁶⁹

Dříve byla dána jasná pravidla pro život, člověk se nedostával do takových vnitřních konfliktů, jak to vidíme dnes. Společenské změny přicházely postupně, člověk se jim stačil přizpůsobit. S úpadkem křesťanství přichází náhradní jev, který psychologie popisuje jako „komplex božskosti“, kdy člověk zbožšťuje sám sebe a své výtvořky a božské atributy přisuzuje sobě a svým dílům. Svým nesprávným hodnocením se dostává mimo realitu a může být druhým i nebezpečným. Vidíme toto u nejrůznějších poruch osobnosti, kdy lidé s egocentrickým „já“ jsou zaujati jen sami sebou a opravdové meziosobní vztahy nejsou schopni vytvořit, usilují pouze o svou vlastní moc.⁷⁰

Vznik psychotherapie je spojen s francouzským filozofem, psychologem a neuropsychiatrem P. Janetem, který jako první definoval psychotherapii jako léčebnou činnost, užívající psychologických prostředků. Dalším významným jménem je moravský rodák S. Freud, zakladatel psychoanalýzy – vědomá současnost je vykládána nevědomou minulostí. Mimořádně vzdělaným byl švýcarský psychiatr C. G. Jung, který přichází s novou teorií analytické psychologie – osobní nevědomí zahrnuje zvláště komplexy, kolektivní nevědomí je pak spojeno s archetypy, představujícími geneticky dané základní vzorce chování a prožívání člověka. Rakouský lékař A. Adler zdůrazňuje ve své individuální psychologii význam vytěsněné agresivity a pocitů méněcennosti, které pak člověk kompenzuje v úsilí po jistotě, uplatnění, moci. Experimentální psychologii se zabýval B. F. Skinner, který na základě pozorování vypracoval analýzu chování. Důraz klade na pozitivní posilování, tedy změny je možné dosáhnout lépe pozitivními, nikoliv negativními podněty. Nelze opomenout

⁶⁸ Srov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychotherapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 28-29.

⁶⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 29.

⁷⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 30.

dalšího amerického psychologa A. H. Maslowa, zdůrazňujícího fakt, že člověk je jedinečný a neredukovatelný celek, tato skutečnost je nazývána holistickým principem.⁷¹

Připomeňme ještě, že představy o psychoterapeutické praxi často splývají s poradenstvím. Poradenství však bývá krátké, jednorázové, předem časově vymezeno. Je zaměřené na problém, na vyřešení dané situace, kdežto psychoterapie je zaměřená na člověka. Poradce neprovádí diagnózu. Vychází z toho, co je pro klienta problémem, a také z toho, co sám klient s tímto problémem chce dělat.⁷²

Psychoterapeutických technik je značné množství. K dosažení požadované změny klientova chování, prožívání, myšlení, různé teorie používají různé procesy. Jedním ze základních terapeutických procesů změny je tradičně **zvyšování vědomí**.⁷³ „*V temnotě jsme jako slepci, kteří si uvědomují přítomnost řady podnětů, které je mohou ovlivnit, ale nevidí je, a proto se v životě nechovají vždy efektivně.*“⁷⁴ K účinným faktorům patří **abreakce – odžití**, znamená, že je u klienta vyvolána nějaká vzpomínka a prostřednictvím emočního znovuprožití se jí klient zbaví.⁷⁵ Dalším podobným procesem terapeutické změny je **katarze**, znamenající vyvolání emocí, aby se tak pacient mohl zbavit městnajících se emocí a přestal je potlačovat. Důležité je rovněž **vybírání** – svoboda volby. S tímto procesem se pojí úzkost ze zodpovědnosti za svou volbu. V neposlední řadě je základem některé psychoterapie **přehodnocení** jako změna reakcí na důsledky chování.⁷⁶

„*Ve všech druzích psychoterapií je terapeutovým nástrojem léčba vztahem. Psychoterapie se dá rovněž charakterizovat jako léčba terapeutovou osobností.*“⁷⁷ Ke klientovi je potřeba přistupovat jako k plnohodnotné lidské bytosti, není nějakým objektem, na který je možné aplikovat techniky.⁷⁸ Důležitá je desenzibilizace, která usiluje, aby se klientovi jeho problémy jevíly postupně jako méně ohrožující. Každý terapeut také posiluje pozitivní reakce a žádoucí změny svého klienta. Poskytuje mu potřebné porozumění, resp. vhléd do jeho potíží.⁷⁹

⁷¹ Srov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 30-35.

⁷² Srov. VYBÍRAL, Z., ROUBAL, J. *Současná psychoterapie*. Praha: Portál, 2010, s. 67-68.

⁷³ Srov. PROCHASKA, J. O., NORCROSS, J. C. *Psychoterapeutické systémy*. Praha: Grada Publishing, 1999, s. 22-23.

⁷⁴ *Tamtéž*, s. 23-24.

⁷⁵ Srov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 122.

⁷⁶ Srov. PROCHASKA, J. O., NORCROSS, J. C. *Psychoterapeutické systémy*. Praha: Grada Publishing, 1999, s. 24-26.

⁷⁷ VYBÍRAL, Z., ROUBAL, J. *Současná psychoterapie*. Praha: Portál, 2010, s. 35.

⁷⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 37-38.

⁷⁹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2000, s. 50-51.

O tom, že lidský život se odvíjí zásadně ve vztazích, píše židovský filozof Martin Buber. Otevřenost, nezištnost, ochotu k oběti vyjadřuje vztah Já – Ty. Láska je prostorem, kde dochází k setkání. Naproti tomu Já – Ono (třeba i k člověku) znamená vztah jako k věci, kterou užíváme či zkoumáme, kterou se pokoušíme nějak ovládat. Proto východiskem i cílem léčby je nejdůležitější celkové spojení vlastní existenciální skutečnosti s existencí druhého v rámci vztahu Já – Ty. Cítíme zde mystickou zkušenost, podle níž jsme spojení s univerzem a s ním tvoříme jeden celek. Bohužel, v současné době mnoho terapeutických pojetí se pohybuje na úrovni Já – Ono, kdy klient je pojmán jako pouhý „předmět“.⁸⁰

Podobně vědecký pracovník a specialista Amerického výboru odborné psychologie prof. Plante uvádí, že podle provedených výzkumů není dokázáno, že jednotlivý typ terapie je lepší než druhý. Většina klientů uvádí, že léčebným faktorem byl fakt, že mohli mluvit s někým, kdo se zajímal o jejich problémy, povzbudil je a dal jim naději. Ve většině případů jsou osobní vlastnosti terapeuta, jako je mírnost, upřímnost, laskavost, empatie, pro pacienty důležitější než psychoterapeutické techniky. Není snad také mnoho přátel, prarodičů, kolegů vynikajícími „terapeuty“?⁸¹

2.2 Odpuštění - téma pozitivní psychologie

Úvodem je třeba zdůraznit, že fenomén odpuštění je v české odborné psychologické literatuře velmi málo znám. Tématem odpuštění se zabývá pouze přední český psycholog prof. Křivohlavý v rámci pozitivní psychologie. V zahraničí jsou modely odpuštění známy daleko dříve, jsou v širším rozsahu rozpracovány a v psychoterapeutické praxi používány. Nejpodrobněji o tomto tématu informuje ve své diplomové práci Magdalena Stehlíková.

Pozornost psychologů se v minulosti soustřeďovala především na negativní jevy – úzkost, strach, depresi aj. Pozitivní psychologie se soustředí na kladné psychické jevy, které zdravě posilují a udržují. Je kladen větší důraz na sociální rozměr psychického života jedince, protože vzájemné vztahy mezi lidmi ovlivňují jeho duševní život. K jevům, které tvořivě ovlivňují dobré vztahy mezi lidmi, patří odpouštění.⁸²

⁸⁰ Srov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2003, s. 94-96.

⁸¹ Srov. PLANTE T. G. *Současná klinická psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2001, s. 245-249.

⁸² Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 7-10.

„*Odpuštěním se rozumí zvýšení naší vlastní (interní) motivace opravit a udržet vzájemný vztah poté, co byl poškozen bolestným činem druhé osoby.*“⁸³ Etymologie termínu „odpuštění“ vychází ze slova „pustit“, tedy „vzdát se něčeho“, „umožnit odchod“, toto zdůrazňuje předpona „od“ – tedy „dokonale se od něčeho odloučit“.

Je mnoho důvodů, proč je zapotřebí věnovat pozornost odpuštění. Lidé totiž dělají chyby, a tím druhého člověka mohou zranit. Někteří jedinci jsou dokonce záludní, lstiví, projevují svou zlou vůli. Je třeba rozvíjet cesty, jak přistoupit ke zvládnání obtížných životních situací a je třeba upřednostňovat ty zkušenosti, které lidské soužití usnadňují. Je dobré do praxe uvádět duchovní hodnoty, vymanit se z negativismu a hledat pozitivní momenty.⁸⁴

Odpuštění však nemůžeme chápat jako ignorování něčeho, co se stalo, není také omluvou, a už vůbec ne zapomenutím, popřením, tolerováním či předstíráním, že je vše v pořádku. Podstatnými znaky odpuštění je „*v první řadě vědomá snaha snížit hodnotu negativních myšlenek, citů, motivace a jednání k tomu člověku, který je viděn (chápán) jako útočník, a snížit negativní hodnocení toho, co je chápáno jako urážka, křivda, případně až zločin, při současné snaze nezapomenout na to, co se stalo.*“⁸⁵ Odpuštění oprostuje od zranění, které jsme v minulosti utrhli, likviduje vztek, zlobu, uvádí do plnějšího života, přestaneme-li hledat viníky, odpuštěním dosáhneme pokoje. Odpouštění je proces v čase, někdy v kratším, avšak obvykle v delším časovém úseku.⁸⁶

Výchozím bodem je nějaká krizová událost – konflikt, kdy postižený si uvědomí, že on je postiženým. Krystalizuje jeho osobní pohled na vinu viníka. Může dojít k aktivnímu projevu odpovědi – bezprostřední hněv, nadávky, později se objevují pasivní projevy – různé myšlenky, rezignace, „přemílání si“ situace, hledání strategií, rozhodnutí se pro neodpuštění. Neodpuštěním vítězí zlost, pocity hořkosti, postoje nenávisti, přicházejí i myšlenky na pomstu. Můžeme říci, že duše ukřivděného je mrtvá.

Odpuštění začíná ve chvíli, kdy tato emocionální rozladěnost zaznamená zvrát. K tomu je zapotřebí hlubší vhled na prožívanou skutečnost, kdy člověk pochopí,

⁸³ KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 103.

⁸⁴ Srov. *Tamtéž*, s. 107-108.

⁸⁵ *Tamtéž*, s. 111.

⁸⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 109-113.

že neodpuštění, odplata či pomsta nejsou účinným řešením. Představa neodpuštění začíná být nahrazována novým pohledem na možnost řešení krize – odpuštěním.⁸⁷

Na cestě k odpuštění jsou jisté bariéry, které celý proces znesnadňují. Jsou to jednak obavy, že čin, který člověka poškodil, se bude opakovat (zvláště tam, kde došlo k těžké újmě – znásilnění, ublížení na těle). Není správné zastírat vážnost činu, odpuštění totiž nikdy charakter činu nezastírá, nepopírá, nezlehčuje. Někdy se postižený také může domnívat, že odpuštěním se bude jevit jako slaboch, případně že nebude učiněno zadost spravedlnosti. A obráceně, postižený se v očích druhých může stát hrdinou, dostává se mu soucitu za to, co vše vydržel, a protože odpuštěním by tento status ztratil, setrvává v pozici neodpuštění.⁸⁸ Další překážky mohou být také na straně viníka, který o odpuštění nestojí. K této situaci může dojít tím, že člověk nemá chuť problém řešit a raději ho „pohřbí“. Nebo viník oběti ubližuje záměrně. Bariérou se může stát i to, že přestupkem jsou stále se opakující „prkotiny“, (např. poházené věci), které zraňují svou neúnavností a vzbuzují pocit beznaděje na možnou změnu.⁸⁹

„Vlastní jádro procesu odpouštění lze charakterizovat jako radikální změnu. V daném případě jako změnu od zaměření na odplatu viníkovi k odpuštění toho, čeho se dopustil.“⁹⁰ V životě prožíváme mnoho změn, ale tato změna zaměřená na odpuštění místo odplatu patří k nejradikálnějším změnám v životě. Abychom byli takové změny schopni, je třeba určité empatie, tedy schopnosti vcítit se do pocitů a jednání druhé osoby. Jde o nový pohled na viníka – člověka, který je v jádru do značné míry stejný jako já. Samozřejmě odpouštíme snáze člověku, který projevil lítost, než tomu, kdo se ve svém nadřazeném postoji ještě více utvrzuje, dále obviňuje, vyhrožuje. Obecně odpouští ten, kdo je osobnostně zralejší a vidí dále – např. chce zachovat manželství, odpuštění není projevem slabošství.⁹¹

U odpuštění tak rozlišujeme dvě dimenze – dimenzi vztahovou, jde o jev interpersonální, nabízející možnost uzdravení vztahu a návratu do původního stavu, a dimenzi vnitřní, kdy odpuštění se dotýká mysli a srdce člověka. Postižený si zde může vybrat – buď setrvá v postoji nenávisti nebo odpustí. Můžeme dále rozlišit kvalitu odpuštění – buď se jedná o odpuštění „absolutní“, kdy pachatel je zproštěn jakýchkoli závazků a pocitů viny,

⁸⁷ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 113-117.

⁸⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 117-122.

⁸⁹ Srov. STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 22.

⁹⁰ KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 123.

⁹¹ Srov. *Tamtéž*, s. 124-127;131.

nebo odpuštění „tiché“ – oběť už necítí nenávisť, ale protože to nevysloví, viník není svobodný. Také může proběhnout odpuštění „prázdné (vnější)“ – oběť vyjádří odpuštění navenek, ale uvnitř přetrvávají negativní emoce. Tam, kde postrádáme jakýkoli náznak odpuštění, hovoříme o absolutní zášti.⁹²

Psychologie se na odpuštění dívá jako na postoj, který má tři rozměry – citový, myšlenkový a činnostní. Postoj je výpovědí o našich hodnotách, kterým dáváme v našem životě přednost.⁹³ Psychologická šetření prokázala, že hlavním znakem osobnosti lidí, kteří nejsou schopni odpouštět, je narcismus. Narcismus je charakterizován nadměrnou sebeláskou a „posedlostí“ milovat sám sebe. K tomu patří sebeobdivování, nedostatek empatie a soucítění s druhými, jaké oni mají potřeby a přání, nadměrná snaha být vedoucím, na druhé straně opomíjení vlastních povinností, hrdost, ambicióznost, namyšlenost, pomsta na cestě k moci, slávě. Tito lidé jsou přecitlivělí k čemukoli, co se dotýká jejich osoby, sebemenší dotek je pro ně „nefér“, reagují zlostí, agresivitou. Odpuštění, které vyžaduje pokoru a empatii, je pro ně nesmírně těžké. Naopak osobnosti empatické vidí sebe sama a druhé lidi jako stejně hodnotnou osobu, mají správnou míru chápání vlastních nedostatků, pro ně je odpouštění přirozenou odpovědí.⁹⁴

„To, jak zvládáme proces odpouštění, je do značné míry „ilustrací kvality našeho života“ – zvláště našeho vztahu k druhým lidem.“⁹⁵

2.3 Terapie odpuštěním

V psychoterapeutické praxi se setkáváme se třemi přístupy k odpuštění. Jde jednak o skutečnou terapii odpuštěním, kdy fenomén odpuštění je nezbytný pro uzdravení vztahu či klienta. Zastánci tohoto přístupu vycházejí z předpokladu, že hněv v důsledku minulých zranění je jednou z příčin duševních onemocnění. Týká se hlavně oblasti léčby úzkosti, deprese, závislostí či poruch osobnosti. Druhým přístupem je uznání potencionálního vlivu odpuštění, tedy: odpuštění je dobré, ale ne vždy, pro každého a za všech okolností. A třetím

⁹² Srov. STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 15-17.

⁹³ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2015, s. 132.

⁹⁴ Srov. *Tamtéž*, s. 142-148.

⁹⁵ *Tamtéž*, s. 154.

postojem terapeutů je postoj kritický, protože odpuštění vidí jako nástroj osvobození pachatele od odpovědnosti za přestupek, který spáchal.⁹⁶

Dominantním názorem je, že „*odpuštění je akt vůle, svobodné rozhodnutí spojené s více aktivním než pasivním utlumením negativních emocí a vzdáním se touhy po pomstě.*“⁹⁷ Odpuštění je nejen uzdravením pro odpouštějícího, ale také darem pro viníka.

V psychoterapii zaznamenáváme několik modelů práce s odpuštěním.

Pyramidový model odpuštění E. L. Worthingtona vychází z empatie, která je jeho podstatnou podmínkou. Zahrnuje pět kroků – objektivní připomenutí zranění, poté vcítění se do toho, kdo ublížil, aby mohl následovat altruistický dar odpuštění – zraněný se soustředí na pocity, které on sám prožíval, když jemu někdy v minulosti bylo odpuštěno. O zážitku odpuštění má pak oběť mluvit před posluchači, napsat dopis a přečíst ho před někým. Nakonec zvážit odeslání dopisu viníkovi. Důležité je vytrvalé rozhodnutí k odpuštění.⁹⁸

Specifickou oblastí je odpuštění v rodinné a párové terapii. Úkolem terapie je nápomoci aktu prosby o odpuštění, protože viník často zažívá před rodičem, partnerem či dítětem hanbu vyznat svoji chybu. Ústředním bodem je pak empaticky sdílet příběh jak ublíženého, tak také viníka, aby se prolomil narušený vztah a usnadnila komunikace. Celý proces se podobá procesu truchlení – od přiznání reality provinění, prožití bolesti i zklamání až po smíření.⁹⁹

V rodinném modelu V. Satirové klienti nezůstávají pasivní obětí, ale přijímají roli aktivního činitele, který nemůže sice být zodpovědný za zlé věci, které se v jeho životě odehrály, ale je zodpovědný za to, jak se z nich zotaví (využití u různých typů zneužití, nevěry, smrti blízkého). Způsobené bolesti je třeba se postavit tváří v tvář. A odpuštění je konečným terapeutickým stavem, kdy se klient osvobozuje od negativních vlivů minulosti. Má odpustit teď – sobě, druhým, ba i Bohu. Důležitý je čas, kdy klient si má vybudovat novou identitu sebe sama. Touha po změně skrze odpuštění se skládá ze čtyř kroků – měl bych odpustit, chci odpustit, odpustím (v budoucnu), odpouštím (právě teď).

⁹⁶ Srov. STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 25-27.

⁹⁷ *Tamtéž*, s. 27.

⁹⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 31-32.

⁹⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 33-34.

Celý transformační postup systemické terapie je popsán několika body. Nejprve je nutné přijmout, co se stalo a vyrovnat se s následky této negativní zkušenosti. Klient se znovu dostává do kontaktu se svými vnitřními pocity. Snahou další fáze je dostat klienta do stavu zklidnění, odžít si smutku, který je s negativní zkušeností spojen. Ve třetí fázi si klient musí uvědomit, že jen sám viník má odpovědnost za své chování, pocity, rozhodnutí. Cílem odpuštění totiž není cítit pozitivní emoce vůči viníkovi. Ve čtvrté fázi začíná klient budovat svou novou identitu, uvědomovat si svou vlastní osobnost, která nově žije v přítomnosti a vytváří i nový domov. Poslední fází je akt samotného odpuštění – k tomu vede metoda prázdné židle, kdy viník „sedí“ na prázdné židli a oběť k němu mluví. Na konci má pak sám zhodnotit, jak hluboce odpuštění cítí.¹⁰⁰

Behaviorální analýza v párové terapii se snaží posílit odolnost vůči zraněním, ke kterým dochází v denním životě párů. Budování této tolerance vůči negativním prožitkům se podobá technice systematické desensibilizace. Používá se zejména tam, kde se objevila nějaká zrada. Snižuje odmítavé chování vůči partnerovi v budoucnu a zvyšuje jeho přijetí. Zde je třeba vybudovat i určitou toleranci vůči bolesti, která bývá obnovována v kontaktu s partnerem a bolestnými vzpomínkami. Odpustit znamená rozvinout toleranci u obou partnerů k těmto negativním vzpomínkám a obnovit v partnerském vztahu důvěru. Je třeba, aby si partneři uvědomili, že některé zraňující vzpomínky nemohou nikdy vymizet. Odpuštění je často možné do té míry, v jaké se viník snaží být zdrojem nových pozitivních podnětů.¹⁰¹

Za zmínku stojí model párového konfliktu a opětovného zotavení vhodný pro situace, kdy je třeba přerušit zacyklený řetězec destruktivních obranných mechanismů. Novým konfliktem totiž často vzniká stejná reakce na zraňující bolest, která v ublíženém partnerovi vyvolá obranný mechanismus a ten zase ovlivní reakci druhého partnera. Partneři pak začnou očekávat konflikty a podobné reakce na ně a jejich důvěra je oslabována, vzájemný vztah podlamován. Zde je nutné, aby oba partneři přiznali oboustranné zraňování a převzali odpovědnost za řešení své situace. Jsou vedeni ke vzájemné empatické snaze o pochopení bolesti toho druhého. Nakonec přichází odpuštění, které „*prohlubuje a obohacuje vztah, umožňuje konečné zotavení a vrací nás zpět na začátek cyklu zotavení – k milosti.*“¹⁰²

¹⁰⁰ Srov. STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 36-38.

¹⁰¹ Srov. *Tamtéž*, s. 38-40.

¹⁰² *Tamtéž*, s. 43.

Úplně jiná situace nastává, když je viník nedostupný nebo není možné s ním vůbec počítat – ublížení se odehrálo v dávné minulosti, viník zemřel apod. Jedná se hlavně o případy sexuálního zneužití. Zde je důležité pomoci oběti, aby převzala odpovědnost za svůj život a místo kontraproduktivního potrestání viníka hledala nové zdroje naplnění – koníčky apod. Celý přístup zvyšuje sebeúctu, řeší depresi, vymaňuje z role oběti.

Skupinová práce s jedinci, kteří zažili nějaký traumatizující zážitek, se nazývá NEST New Experience for Survivors of Trauma – Nová zkušenost pro ty, kdo přežili trauma. V této terapii je klíčová práce se sebepojetím. Když odhodíme všechny své masky, tehdy se dotkneme osobního autentického bytí. Zde „*odpustit znamená postavit se tváří tvář zlu, které se událo, zdržet se pomsty a přičinit se k dobru druhého, svobodně přinést dar milosrdenství druhému, což vede k uzdravení oběti samé.*“¹⁰³

V závěru kapitoly chceme seznámit s výsledky výzkumu Magdaleny Stehlíkové, která zjišťovala, zda v České republice existují nějaké konkrétní modely odpuštění, jako je tomu v zahraničí, a jestliže ne, jak s tématem odpuštění terapeuti pracují.

Z prvního výzkumného okruhu „*Frekvence tématu odpuštění a práce s ním v psychoterapii*“ vyplynulo, že většina klientů má potřebu odpuštění, často s tímto problémem přicházejí, ačkoli ho takto nepojmenovávají.¹⁰⁴

Druhým okruhem bylo téma „*Nejčastější typy odpuštění a pozice klienta vůči odpuštění v psychoterapii.*“ Na otázku, který z typů odpuštění – odpuštění sobě, druhým, Bohu nebo životu (osudu) - je nejčastější, zazněla odpověď, že odpuštění sobě a druhým. Co se týče pozice klienta vůči odpuštění, nejčastěji se pozice viníka a oběti prolínají. Dá se říci, že počet obětí a viníků je vyrovnaný.¹⁰⁵

„*Způsoby práce s odpuštěním v psychoterapii*“ – z tohoto výzkumného okruhu vyplynulo, že většina psychoterapeutů se ve svém základním psychoterapeutickém výcviku s konkrétní koncepcí odpuštění nesešla. Kromě NEST, kde tato terapie má vytvořený specifický postup, protože odpuštění je zde klíčové. Nosným tématem je odpuštění také v logoterapii, Gestalt a systemické terapii. Osvědčenými metodami je metoda prázdné židle

¹⁰³ STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 50.

¹⁰⁴ Srov. *Tamtéž*, s. 72.

¹⁰⁵ Srov. *Tamtéž*, s. 74.

či forma psaného dopisu, kde je možné si uvědomit, co chci, aby druhý „uslyšel“ a co od něho potřebuji já. Pracovat s pojmem odpuštění je tedy důležité.¹⁰⁶

Z analýzy dat čtvrtého okruhu „*Zkušenosti psychoterapeutů s účinkem odpuštění v procesu psychoterapie*“ vyplynulo, že odpuštění vedlo k úplnému uzdravení, značnému zlepšení stavu klienta či bylo označeno jako částečné uzdravení – jakési „shození batohu ze zad“. Tedy každý terapeut se setkal s výrazným zlepšením stavu klienta, avšak odpuštěním došlo ne vždy ke komplexnímu stavu zlepšení, zlepšení se týkalo třeba jedné z řešených oblastí.

Poslední výzkumné téma se dotýkalo faktu „*Specifické skupiny klientů, se kterými se v terapii pracuje s odpuštěním častěji.*“ Jedná se o skutečně široké spektrum klientů, nejčastěji jsou uváděni klienti závislí na návykových látkách, s depresemi, s poruchami neurotického spektra, klienti s psychotickými obtížemi, děti a jejich rodiče. Problém odpuštění se objevuje především ve vztazích, u klientů týraných, zanedbávaných, zneužívaných, žen po potratu, klientů s poruchami příjmu potravy, s potížemi v oblasti psycho-spirituální apod. Téma odpuštění je časté i u starších lidí, kdy se nashromáždí více křivd a souvisí také s uzavíráním života.¹⁰⁷

Tuto kapitolu můžeme uzavřít faktem, že člověk, jehož životní těžkosti mají vliv i na jeho duševní zdraví, vyhledává pomoc psychologa či psychoterapeuta. Zde se neuvádí rozdíl mezi věřícím či nevěřícím klientem. Pro vlastní úspěšnost léčby je základním kamenem, ba přímo terapeutovým nástrojem, vzájemný vztah důvěry mezi klientem a terapeutem. A protože je zřejmé, že člověk dělá chyby, objevuje se i zde téma odpuštění. Vlastním jádrem procesu odpouštění je radikální změna, a to od zaměření na odplatu viníkovi k odpuštění toho, čím se viník provinil. Jakousi uzavírající metodou terapie odpuštěním je metoda prázdné židle či forma psaného dopisu.

¹⁰⁶ Srov. STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012, s. 74-80.

¹⁰⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 83-84.

3 Fenomén odpuštění v kontextu duchovního doprovázení

V procesu uzdravování duševně nemocného člověka sehrávají důležitou roli i pomáhající profese, k nimž bezesporu patří duchovní doprovázení, můžeme říci „starší sestra“ psychoterapie.

Jak již bylo v této práci zmíněno, téma odpuštění v české psychoterapeutické praxi je opomíjeno, avšak v duchovním doprovázení sehrává ústřední postavení.

3.1 Podstata a zacílení duchovního doprovázení

Vyjasněme nejprve pojmy, s nimiž se v rámci duchovní péče o člověka a naplňování jeho duchovních potřeb můžeme setkat. Kromě duchovního doprovázení jde také o duchovní vedení, duchovní otcovství a pastorační péči.

Duchovní vedení je původně pojem mnišský, začíná v době, kdy se první poustevníci oddělili od společenství k životu v ústraní. Oni právě zde, na poušti, hledali Krista, zde se také setkávali s pokušeními. Tímto se objevuje velká potřeba „rozlišování duchů“ a z toho plynoucí potřeba duchovního vedení. Duchovní člověk se snažil tehdy stejně jako dnes nalézt pro sebe dokonalé zpodobnění s Kristem, a tak duchovní vedení není pouhou radou, není pouhým etickým, sociálním či psychologickým doprovázením. Duchovní vůdce se nezabývá jakousi duchovní výsečí lidského života, ale pojímá život celého člověka. Promlouvá k člověku v konkrétních životních situacích, aby mu pomohl znovu objevit jeho identitu, jeho nejnítější pravdu o něm samotném, to, co nazýváme obrazem Krista v duši.¹⁰⁸

Duchovní otcovství můžeme považovat za nejvyšší možnou pomoc v duchovním růstu člověka. Znamená mnohem více než vedení či doprovázení, je jakýmsi momentem rození - předáváním duchovního života.¹⁰⁹

¹⁰⁸ Srov. MERTON, T. *Duchovní vedení a rozjímání*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997, s. 7-10.

¹⁰⁹ Srov. AUGUSTYN, J. *Vedení Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, s. 22.

Pastorační péče klade důraz na zvládnání nejrůznějších životních obtíží z hlediska křesťanské víry. Je zaměřena na člověka prožívajícího nejrůznější konflikty a krize, utrpení, bolest, strach, nemoc, stáří, osamění atd. Ve všech těchto těžkých, nejasných, někdy beznadějných situacích napomáhá tato péče ke správné orientaci víry, a tak i k novému porozumění a vidění světa. Všimá si problémů, které prožívá člověk jak ve vztahu k sobě, k druhému člověku, tak také k Bohu. Snaží se o jejich ujasnění, ptá se po vhodnosti, ke kterým hodnotám má člověk směřovat, čím se má řídit.¹¹⁰

Duchovní doprovázení se zaměřuje na sjednocení člověka s Bohem. Pomáhá hledajícímu vnímat a přijmout určené Boží sdělení a také odpovědět Bohu na toto sdělení. Současně v tomto důvěrném vztahu růst.¹¹¹ Předmětem zájmu tohoto druhu pomoci není vnější jednání, ale „*vnitřní život, srdce, osobní jádro, z něhož vyvěrá dobro i zlo, o němž lidé přemýšlejí a které konají. Zahrnuje i hlavu, ale poukazuje na něco víc, než je rozum a vědění. Připomíná nám, že zde působí jiný Duch – duch Páně.*“¹¹² Doprovázení znamená něco víc než řešit problém a poskytnout radu. Doprovázení směřuje k něčemu, pomáhá najít hledanou cestu. Duchovní doprovázení je ústřední formou, z níž vyrůstají všechny ostatní podoby pastorační péče, neboť i ony usilují pomoci lidem soustředit jejich život okolo přesahujícího tajemství, jímž je Bůh.¹¹³

Otcové jezuité Barry a Connolly se léta věnují problematice duchovního doprovázení, přitom využívají poznatků moderní psychologie a psychoterapie. Člověk v tak rychle se měnícím světě potřebuje stabilitu, která se jen tak neroztříští, a proto rozhodující zůstává vlastní vnitřní zkušenost s Bohem. Nestačí zkušenost a víra někoho jiného, je třeba zakusit osobní jistotu Boží lásky.¹¹⁴

Křesťané od nejranějších dob vycházeli ve svých životech ze zkušeností s Bohem. Byli to apoštolové, kteří viděli například, s jakým soucitem se Ježíš dotýká nemocného, jaká slova odpuštění říká ochrnutému, měli vlastní zkušenost s Ním. Ta neskončila Ježíšovým nanebevstoupením, pokračovala dále v životě církve. I dnes je tu stálý dialog s Bohem v životě každého z nás. Můžeme se opřít o racionální poznávání, ale také o nosnou milující zkušenost, protože nejhlubšího poznání Boha můžeme dosáhnout právě láskou. Bůh oslovuje

¹¹⁰ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pastorální péče*. Praha: Oliva, 2000, s. 14-19.

¹¹¹ Srov. BARRY, W. A., CONNOLLY, W. J. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 20.

¹¹² *Tamtéž*, s. 23.

¹¹³ Srov. *Tamtéž*, s. 23-24.

¹¹⁴ Srov. *Tamtéž*, s. 32.

srdce jednotlivce a čeká na odpověď. Právě tento dialog mezi Bohem a člověkem je třeba podporovat a rozvíjet.¹¹⁵

Bůh je stvořitelem, člověk stvořenou bytostí, Bůh poznává každého jako svého syna či dceru, ale obráceně člověk mnohokrát nepoznává svého Otce. A každý, kdo nezná svého otce, matku či bratra, trpí jakýmsi nedostatkem, který se nějak projeví v jeho vědomí. Může zažívat pocit samoty, strachu, úzkosti, nebo opačně bude pociťovat touhu po hledání a spojení s nepojmenovatelnou rovinou života. Vždyť ke každému Bůh promlouvá jinými způsoby. Podstatné je, tak jako pro každý vztah, ochota komunikovat, sdílet se.¹¹⁶

Nikdy však nesmíme zapomínat, že v dialogu mezi Pánem a doprovázeným má doprovázející tu roli, že on nerozhoduje, co se stane, ale pouze napomáhá ke stálé orientaci na dobro.¹¹⁷ V praxi jde o neustálé napomáhání ke správnému rozlišování, co je opravdu od Boha a co naopak od Boha odvádí nebo ho zastiňuje.¹¹⁸

Podobně jako v psychoterapii i zde osobnost doprovázejícího sehrává zásadní roli. Musí být příkladem ve vztahu k Bohu a také k druhým lidem. Duchovní doprovázení není pouhou službou k nadpřirozenu. Vždyť stejně jako nelze vztah mezi Bohem a člověkem rozkouskovat na jeho přirozenou a nadpřirozenou část, tak vztah doprovázejícího k doprovázenému zahrnuje souběžně všechno lidské. Dá se říci, že je službou na cestě, ne nějakými pokyny odborníka. Pomáhá „cestovatelům“ vyhnout se nebezpečným výmolům, orientovat se „v mapě“ apod. Veškerá snaha je podporou toho nejdůležitějšího – lidské touhy žít – navzdory někdy sebedestruktivnímu, vzdorovitému, neurotickému chování.¹¹⁹

Touha po celistvějším životě, která přivádí klienty k volbě psychoterapie, má stejný zdroj jako touha po opravdovějším sjednocení s Bohem, která přivádí klienty k potřebě duchovního doprovázení. I „nenáboženský“ člověk je poháněn tímž Duchem působícím v nitru člověka, který se projevuje touhou v životě „po něčem víc“. Je třeba vyjasnit, že cílem duchovního doprovázení není vyrábět „správné volby“ či „nové věřící“. Cílem je pěstovat

¹¹⁵ Srov. BARRY, W. A., CONNOLLY, W. J. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 34-41.

¹¹⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 45-47, 53.

¹¹⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 134.

¹¹⁸ Srov. ZEMAN, J., ŠRAJER, J., KOTVRDA, J. *Doprovázení mladých manželů ke zralému vztahu*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015, s. 74-75.

¹¹⁹ Srov. BARRY, W. A., CONNOLLY, W. J. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 140, 153-157.

vztah lásky, naplňovat tuto skrytou touhu po pravdě, po hlubší celistvosti, po ukotvení vnitřního života.¹²⁰

Člověk je bytostí transcendentní. Touží po nejvyšším ideálu lidství, a tím je z hlediska biblické a teologické antropologie už od našeho početí nám do srdce vložen Boží obraz naší existence. Celý život, všechny životní zkoušky jsou pak hledáním a objevováním této nám Bohem dané jedinečné identity, jejíž přijetí a sjednocení se s ní znamená pro každého člověka naplnění nejhlubšího smyslu života, nalezení pokoje a pravé lásky. A protože zůstáváme ve své lidské přirozenosti stále znovu zranitelní, Boží obraz v nás můžeme obnovovat jediné zázrakem odpuštění a smíření.

Často v sobě nacházíme mnoho nespokojenosti se sebou, nechuť k životu, přichází ďábelské pokušení: „Kdybych byl v jiné situaci, kdybych byl v životě úspěšnější, byl bych šťastný.“ Žádný člověk na zemi se nemůže ocitnout v jiné situaci, než do které je postaven, každý musí být sám sebou na daném místě a přijmout odpovědnost za svůj život.¹²¹

Nemáme svobodu utvářet se podle své libosti, kdo manipuluje s tím, jak je vnitřně nastavený, předstírá, že je někým, kým není, vyhýbá se pravdivému pojmenování a ve skutečnosti „deformuje“ vlastní obraz. Pouze s nainstalováním původního záměru přichází nové uchopení a radost života. Člověk vděčí Bohu nejen za svou existenci, ale také za povolání být obrazem Božím. Tato identita nám umožňuje milovat tak, jak miluje Bůh. Není možné žít jinak, než jak jsme byli stvořeni.¹²²

Člověk v důsledku dědičného hříchu sice se hned nestává tím, kým může být, ale tato bariéra, tato porucha nachází zlom v odpouštějící Boží lásce. Ona náš život staví do jiného světla a klade před nás nový model života víry – následování Krista.¹²³ Znamená to konat den co den pokání a usilovat o to, abychom svůj život pro Krista ztratili, abychom starého člověka odložili a oblékli nového, abychom přemohli v sobě to, co je tělesné a aby převážilo to, co je duchovní.¹²⁴

Připomeňme, že duchovní doprovázení je často pomocí těm, kterým druzí lidé ublížili, často se jedná právě o naše nejbližší. A tak je směřováním k vnitřnímu uzdravení

¹²⁰ Srov. BARRY, W. A., CONNOLLY, W. J. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 158 a 220.

¹²¹ Srov. AUGUSTYN, J. *Svatost smíření*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 58.

¹²² Srov. POLI, O. *Můj život beze mne*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2014, s. 204-205.

¹²³ Srov. RATZINGER, J. *Bůh a svět*. Brno: Barrister & Principal, 2005, s. 59.

¹²⁴ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et poenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 4.

nejrůznějších vztahů – často jde o hluboká ublížení – stálá nedorozumění, hádky, odloučení, rozvod, násilí, agresivita, ponižování, zneužívání, omezování svobody.¹²⁵ Mnohokrát, a nejvíce je to patrné v manželských vztazích, je nutné připustit, že nezištná láska je více než spravedlnost, a že jedině ona je pro uzdravení nezbytná. Je to podobný proces, který probíhá při rýžování zlata. Doprovázený a doprovázející prohlíží „bláto a vodu v rýžovací pánvi“. Doprovázející pomáhá zahlédnout kousky zlata uprostřed bláta nejrůznějších konfliktů. A to tak, aby si doprovázený uvědomil, že kousky zlata znamenají zážitky milosti a Ducha, a ty jsou cennější než všechna dosavadní zaseknutí.¹²⁶

Každý člověk může požádat o duchovní doprovázení, týká se tedy i člověka, který duševně onemocněl. Ba právě zde je toto doprovázení nanejvýš žádoucí. Psychická nemoc neznamená, že není vhodné věřit, nebo obráceně, že člověk „není hoden“ být věřícím. A protože nejčastějšími příčinami duševních nemocí jsou konflikty v nejrůznějších vztazích, jednou z nejdůležitějších úloh je směřování nemocného ke smíru s těmi, s nimiž dlouho žije v neusmíření. Zapomnění není cestou uzdravení. Je to přijetí Božího milosrdenství, a tím i nabízené milosti odpuštění, která může proměnit celý vnitřní svět nemocného.¹²⁷

3.2 Boží milosrdná láska - zdroj odpuštění a smíření

„Kde jsi, Adame?“ Otázka, která se dotkla člověka tehdy, kdy došlo ke zranění celého stvoření hříchem, otázka, která se dotýká každého lidského srdce i dnes. Hřích je oním zlem, je ranou, která v sobě obsahuje všechno utrpení. Utrpení se stalo součástí lidské existence a celých dějin stvoření. Toto trauma se však nedotýká jen stvoření, probodává skrz naskrz i Boží srdce. Věčná Láska se změní v Milosrdenství. Milosrdenství, které nezůstává stát na místě, není pasívní, dokud jen jediný člověk je nemocný, zraněný, trpící.¹²⁸

Celé stvoření je gestem Milosrdného Boha, utvořily nás milosrdné ruce a milosrdná mysl, život každého člověka je událostí a součástí této nezištné milosrdné Lásky. Jsme

¹²⁵ Srov. AUGUSTYN, J. *Vedení Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, s. 48-50.

¹²⁶ Srov. ZEMAN, J., ŠRAJER, J., KOTVRDA, J. *Doprovázení mladých manželů ke zralému vztahu*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015, s. 63, 84-85.

¹²⁷ Srov. OPATRŇÝ, A. *Pastorace zvláštních skupin*. Červený Kostelec: nakladatelství Pavel Mervart, 2014, s. 71, 83

¹²⁸ Srov. ANGE, D. *Odpuštění – pramen uzdravení*. Praha: Paulínky, 2005, s. 8-15.

ustanovení být bytostmi povolány k životu skrze Opuštění. Ono předchází naše chyby, naši nedokonalost i naši lítost.¹²⁹

Písmo svaté popisuje první prožitky člověka hned poté, co se dopustil hříchu. Do té doby vládl v jeho vztazích pokoj a pocit bezpečí. Nyní se člověk cítí podvedený, prožívá hořkost a zklamání, to, čeho se dopustil, mu nepřináší pokoj a štěstí, jak sliboval pokušitel. Před hříchem se člověk za sebe nestyděl, byl připraven setkat se s pravdou o sobě a přijmout ji, protože tato pravda byla zdrojem jeho štěstí, připomínala mu, že jeho život je možný jedinečně ve vztahu s Bohem. V Bohu jako v zrcadle viděl svůj pravdivý obraz a ten neumenšoval lidskou důstojnost, ba naopak vyvolával v člověku pocit úplného naplnění.¹³⁰

Protože hřích v člověku zastírá Boží obraz a podobu, je pokroucen i jeho obraz Boha, sebe samého a druhého člověka. Hřích je plodem pokušení „být něco víc“, „být jako Bůh“. Následkem hříchu člověk vidí pravdu o sobě falešným pohledem, nastoluje stav života ve lži a tato lež člověka uvádí do nejistoty. Prvním hnutím lidské psychiky je útek, úkryt. Hřích zraňuje všechny osobní vztahy, ničí společenství s Bohem, se sebou, s druhými, člověk ztrácí důvěru v Boha, nedůvěruje sobě ani jiným. Zakouší vnitřní rozervanost. Hřích v člověku snižuje pocit vlastní hodnoty, což vede ke znechucení sebou samým. Obraz fíkového listí je útekem do zdánlivého zahalování se, snahou o zdánlivé dobývání vlastní důstojnosti. Hřích zcela mění běh života, člověk, který nechce pohlédnout na svou vinu, není schopen ani změny života.¹³¹

Člověk musí dovolit Bohu, aby s ním jednal. Je třeba nazvat pravým jménem svůj vnitřní stav a neskrývat jej před sebou ani před Bohem. Bůh chce jednat. Chce znepokojit lidské srdce, aby člověk uviděl zdroj a kořen svých negativních emocí a strachu. Strach našeptává člověku různé způsoby ospravedlňování a zbavování se vlastní zodpovědnosti. Člověk se pokouší dokázat vlastní nevinu nebo hledat vinu mimo sebe. Adam svaluje vinu na ženu, kterou ještě donedávna před Bohem chválil jako nejlepší životní partnerku. Člověk, který se bojí o sebe, ve své agresi může jít ještě dál, je ochoten za vše obvinít Boha samého. Čím více člověk zaujímá obranný postoj či setřásá zodpovědnost, tím více se prohlubuje jeho strach a agrese, tím silněji prožívá hořké plody hříchu. Člověk je narušen, v nesouladu, žije v bahně hříchu. Byl povolán k nejušlechtlejšímu věcem, nyní se nalézá v sevření „jedovatého

¹²⁹ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 55-56.

¹³⁰ Srov. WONS, K. Jak se setkat s kajcníkem? Od přijetí pravdy o hříchu k přijetí opuštění a pokoje. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 108-110.

¹³¹ Srov. *Tamtěž*, s. 110-112.

hada“. Člověk, který si přál být „jako Bůh“, zůstává bez Boha, ve své vlastní nicotě, disharmonii, chaosu.¹³²

Žádný člověk se nemůže obmýt z vlastní viny, nikdo svůj přerušovaný vztah k Bohu sám znovu nenaváže. Jedině Otec může vrátit svému stvoření důstojnost – „oblékne člověka a jeho ženu do kožených sukni“(Gn 3,21).¹³³ Ve své nevyčerpatelné lásce Bůh však nabízí člověku ještě hlubší společenství, než jaké bylo před jeho odpadem. Už starozákonní prorok Ezechiel přináší svému lidu ve vyhnanství radostnou naději: „*Dám vám nové srdce a do nitra vám vložím nového ducha. Odstraním z vašeho těla srdce kamenné a dám vám srdce z masa.*“ (Ez 36,26) Pro člověka je velmi těžké vzdát se zajetých cest a zvyklostí, oddělit se od svých „model“, které drží jeho srdce v zajetí a určují jeho jednání. Proto je to Bůh sám, kdo jde vstříc člověku.¹³⁴

Boží milosrdná láska, aby se mohla dotknout dna lidské bídy, se vtěluje, stává se osobou, dostává jméno Ježíš.¹³⁵

Ježíš je Spasitel, Prostředník, Usmiřitel, který na svém těle boří hradbu rozdělení. Celý jeho život má usmiřující hodnotu, On sám jako jediná osoba, která spojuje lidství s božstvím, je Usmířením. Svým odpuštěním přemáhá zlo hříchu v nás samých a také nás usmiřuje se sebou samým. Svou smrtí na kříži realizoval úplnou, dokonalou nápravu. Kříž je generální absolucí nad všemi hříchy člověka, zahrnuje veškeré stvoření.¹³⁶

„*Kdo je v Kristu, je nové stvoření. Co je staré, pominulo, hle, je tu nové!*“ (2 Kor 5,17). Kristus přišel jako Vykupitel obnovit hříchem porušený Boží obraz v člověku a jako Spasitel ho chce přivést k definitivní podobě, která bude prozářena Boží slávou. Cílem je tedy spodobení člověka s Bohem, jeho zbožštění.¹³⁷

Velikost Ježíšovy oběti na kříži si uvědomíme ve chvíli, kdy sami poznáváme, jak obtížné je odpustit, zvláště když odpuštění velké křivdy přesahuje naše lidské síly. „*Odpuštění je projevem vnitřní svobody, je vítězstvím nad zlem hříchu a v případě člověka osvobozením ze sítí zla, nastražených v zakoušené bolesti. Pramenem takového odpuštění*

¹³² Srov. WONS, K. Jak se setkat s kajícím? Od přijetí pravdy o hříchu k přijetí odpuštění a pokoje. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 114-118.

¹³³ Srov. *Tamtéž*, s. 118.

¹³⁴ Srov. KOPPOVÁ, J. *Izraelští proroci*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 136-137.

¹³⁵ Srov. ANGE, D. *Odpuštění – pramen uzdravení*. Praha: Paulínky, 2005, s. 16-25.

¹³⁶ Srov. POSPÍŠIL, C. V. *Ježíš z Nazareta, Pán a Spasitel*. Praha: Krystal a Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 384-386, 405-406.

¹³⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 413, 415.

*a pravým zdrojem takové svobody je jedině Nejvyšší.*¹³⁸ My totiž vlastní silou nikdy nejsme schopni odpovědět na Boží odpuštění, potřebujeme k tomu sílu milosti, abychom poznali sebe a také bolest, kterou jsme hříchem druhému způsobili.

Prof. Pospíšil uvádí, že usmíření vyžaduje jak úkon poškozeného, který odpouští, tak poškoditele, který svou vinu přiznává a pokorně odpuštění přijímá. Nechává se odpuštěním proniknout, proměnit, usmířit. Poškoditel se tak spodobuje svým smýšlením s poškozeným, vidí celou hloubku svého provinění, zakouší bolest poškozeného, jako kdyby to byla jeho vlastní bolest. *„Podobně jako při roubování se dvě rány spojením stávají nejprve jedinou bolestí a posléze novou a životodárnou jednotou. Tak se obnovuje jednota v rozličnosti. Tak se uskutečňuje společné vítězství nad zlem rozdělení jako jediné objetí mezi otcem a marnotratným synem, k němuž ovšem vedou dvě rozdílné cesty; jediné políbení, které je však možné pouze tam, kde se setkají dvě tváře.“*¹³⁹

Stejným způsobem vystihuje Jan Pavel II. tajemství milosrdenství - jako hluboké drama, které se odehrává mezi láskou otce a marnotratností a hříchem syna. Vychází z Lukášova podobenství o marnotratném synu (Lk 15,11-32). Otec marnotratného syna zůstává i přes synovo zranění věrný své lásce, věrný svému otcovství, což se projevuje i nevšední radostí a štědrým obdarováním navráceného syna. Majetek je sice promarněn, ale je zachráněno základní dobro – synovo lidství, ba ono je dokonce znovu nalezeno. Marnotratný syn si začíná uvědomovat vše, co udělal, a tehdy otcova láska zapomíná na všechno zlo, kterého se syn dopustil.¹⁴⁰

Pedagog, psycholog, kněz Cencini si všímá i postoje staršího bratra. Pro něho je vlastní otec jen zaměstnavatelem, udržuje si od něho odstup, nemá odvahu ho o něco požádat. Místo, aby byl synem, sám se staví do podřízené pozice. Necítí-li se synem, není ale ani hříšníkem, je stále bezvadným služebníkem. Tady jde o naši představu, kterou máme o Bohu. Otcovou radostí je odpouštět, protože On ve skutečnosti není přísným otcem, soudcem, někým, kdo má jen nároky, není pánem, před kterým můžeme zakoušet akorát strach, jestli se nějak proviníme. Představa staršího bratra je opačná, je podobná naší představě spolu

¹³⁸ POSPÍŠIL, C. V. *Ježíš z Nazareta, Pán a Spasitel*. Praha: Krystal a Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 405.

¹³⁹ *Tamtéž*, s. 404.

¹⁴⁰ Srov. JAN PAVEL II. *Dives in misericordia. Encyklika o Božím milosrdenství*. Brno: Kartuziánské nakladatelství, 2008, čl. 5 a 6.

se samolibostí, že my jsme ti spravedliví. Synovský vztah je velikým darem, kdy můžeme vnímat bolest nad tím, že jsme Boha, podobně jako otce, urazili.¹⁴¹

Tento obraz je součástí běžných mezilidských vztahů – prožíváme bolest nad tím, že jsme někoho zranili v té míře, jaký vztah k dotyčnému člověku máme. Je to právě odpuštění, skrze které si tento vztah můžeme uvědomit. V našem podobenství odpuštění tvoří synovský vztah. Protože „*jen syn může cítit bolest nad tím, že se dopustil vůči otci něčeho nedobrého, a jen hříšník může zakusit radost z otcovského smírného objetí.*“¹⁴²

S bolestí přichází i potřeba smířit se - s Bohem, s ostatními, se sebou samým. Nejde o ledajakou potřebu s cílem zbavit se překážející tíhy, abychom byli klidnější. Znamená to vzít vážně své viny a uvědomit si, jakou základní roli hraje v našem životě Boží – Otcovo odpuštění. Jeho milosrdenství nás stvořilo, byli jsme povoláni k životu podle Jeho plánu a Jeho milosrdná láska se projevuje v každém našem dni tisícerými způsoby. Musíme si být stále vědomi toho, že jen Bůh nás může opravdu usmířit.¹⁴³

3.3 Odpuštění – vězení s klíčem uvnitř?

V dnešní době málo věříme logice odpouštění, možnosti litovat, být usmířeni, sami mnohdy ani nevíme, co to znamená odpustit.

Kateřina Lachmanová charakterizuje fenomén odpuštění jako „vězení s klíčem uvnitř“. V čem toto duchovní „vězení“ spočívá? Jde o stav duše, která žije v neodpuštění. Člověk buď nechce druhému odpustit, nebo nechce druhého o odpuštění požádat. Vězení znamená nemoci se hnout z místa. Neodpuštěním vzniká neviditelné pouto, které svazuje, ujařmuje, vězní obě strany. Stačí však, aby jedna strana toto pouto zrušila, a obě strany mohou být svobodny.

Proč nechceme odpouštět? K situacím, kdy my nechceme odpustit, patří domněle spravedlivý hněv. Myslíme si, že bojujeme za něčí zájmy, ale ve skutečnosti bojujeme za sebe a za své zájmy. V odpuštění nám může bránit i smysl pro spravedlnost. Jsme schopni odpustit, když je ublíženo nám osobně, ale když se ubližuje např. nevinným dětem, staneme se zatvrzelými. V daném případě určitě není správné omlouvat a popírat zlo, jakoby se nic

¹⁴¹ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 59-60.

¹⁴² *Tamtéž*, s. 59.

¹⁴³ Srov. *Tamtéž*, s. 60.

nestalo, ale vždy máme usilovat o správné rozlišení mezi člověkem a hříchem v člověku.¹⁴⁴ Když nenávidíme, pak ničíme člověka, ale jeho hřích uchováváme.¹⁴⁵ Zapomínáme, že je to Ježíš, který přináší odpuštění hříchů, je to Jeho kříž, skrze něhož nastalo smíření.¹⁴⁶

Dalším problémem je, že člověka snadno soudíme. Soudíme ho však podle momentálního stavu a nevidíme celý kontext jeho života, nebereme v úvahu, co bylo nebo nebylo onomu člověku dáno.

Někdy se můžeme trápit pro „prkotiny“. Avšak drobnosti, které se opakují den co den a jejich náprava není vidět, mohou v člověku způsobovat hořkost. Neodpuštění i maličností se může stát „otravou duše“.

Další konflikty může vzbudit „já“, které chce být normou. Někdo své představy a zvyklosti považuje za normu. Nejde o hříchy ze strany druhých, ale uplatnění představ jak se má co dělat. Je těžké přijmout odlišnost. Zde nejde o odpuštění, ale spíše propuštění z vlastních představ. Odpuštění se týká faktu, že člověk sám není středobodem.¹⁴⁷

Je nutné zdůraznit, že odchod od „problematických“ lidí nenahrazuje odpuštění. Odpuštění se nevyřeší fyzickou vzdáleností. Odpustit ani neznamená zapomenout, můžeme však vzpomínat bez hořkosti.¹⁴⁸

Opačná situace nastává, když my jsme někomu ublížili, a je na nás, abychom požádali o odpuštění. Jestliže toho nejsme schopni, dobrovolně se uzavíráme do svého vnitřního žaláře, můžeme ho opět nazvat „vězením samospravedlnosti“. Jeho podstatou je pýcha, a ta, stejně jako každý hřích, vnáší do lidského srdce nelásku, temnotu, duchovní slepotu. Jít se usmířit jako první totiž vyžaduje pokoru. Pro mnohé je to takový problém, že se raději nikdy neomluví, nepřiznají svou chybu, a tak trpí ve vězení své pyšné samospravedlnosti.¹⁴⁹

K běžným obranným mechanismům, kterými vytěsňujeme to, že bychom měli poprosit o odpuštění, je např. „ticho po pěšině“. Volíme taktiku „mrtvého brouka“. Dalším je tzv. „Adamův syndrom“, to znamená „Já za nic nemůžu, může za to ...“ V situaci, kdy jsme špatně reagovali na něčí jednání a jde o oboustranný podíl viny, volíme „On si začal!“

¹⁴⁴ Srov. LACHMANOVÁ, K. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012, s. 26-31.

¹⁴⁵ Srov. IVANČIČ, T. *Život ze síly ducha a modlitby*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2005, s. 64.

¹⁴⁶ Srov. LACHMANOVÁ, K. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012, s. 13-18.

¹⁴⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 37-42.

¹⁴⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 33.

¹⁴⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 52.

nebo „Však on taky! On daleko víc!“ Zapomínáme, že hřích nemůže být smazán hříchem někoho jiného. Ani ho nelze vymazat tím, že ho vyvážím dobrým jednáním – „Já jsem ale udělal také tolik dobrého!“ Můžeme se dostat i do stavu „Já jsem to ale myslel dobře!“. Nicméně zlo, které i nechtěně je uvedeno do chodu, je třeba vyznat, protože jen Bůh má moc hřích smýt.¹⁵⁰ „*Všechny popsané obranné mechanismy mají jeden společný jmenovatel – strach. Strach o sebe, o svou pravdu, o svou církev, o své pozice [...], ale také strach otevřít své rány, ukázat svou slabost a zranitelnost, odkrýt svou křehkost.*“¹⁵¹

Jak z vězení samospravedlnosti vyjít? Je jediná cesta – přiznání viny, vyznání hříchů. Ať před člověkem nebo před Bohem. Do duše může vstoupit nový příliv Boží milosti, který byl pýchou blokován, a s tímto přílivem přichází ovoce Ducha svatého – láska, radost, pokoj. Samozřejmě je radost umocněna, jestliže na svou prosbu o odpuštění dostaneme odpověď, a tak jsme „propuštěni na svobodu“ ze zajetí vlastních výčitek.¹⁵²

Je nutné připomenout, že neodpuštění je překážkou přímluvné modlitby. Lidé se léta modlí např. za otce alkoholika, aby přestal pít, přitom mu to stále zazlívají. Nedochází k vyslyšení modlitby, protože srdce je zablokováno neodpuštěním a „zajatec“ nemůže být odevzdán Bohu.¹⁵³ O podobné zkušenosti hovoří prof. Ivančič. Učí, že chceme-li někoho změnit, je třeba tomu člověku ze srdce odpustit, uznat, že i my jsme proti němu hřešili, a nakonec za něho děkovat a milovat ho.¹⁵⁴ Ježíš totiž přijímá každého člověka, a proto máme-li něco proti některému člověku, máme to současně i proti Ježíši Kristu. Odpuštěním vytváříme prostor pro Ježíšovo působení.¹⁵⁵

Může se stát, že odpuštění druhým může znamenat, že narazíme na meze naší schopnosti milovat. Ale jsme-li my v koncích se svými silami a končíme na dně své bezmocnosti, tam začíná působit Bůh svou všemohoucností, neboť Bůh není nikdy v koncích.¹⁵⁶

¹⁵⁰ Srov. LACHMANOVÁ, K. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012, s. 55-58.

¹⁵¹ *Tamtéž*, s. 76.

¹⁵² Srov. *Tamtéž*, s. 59.

¹⁵³ Srov. *Tamtéž*, s. 43-43.

¹⁵⁴ Srov. IVANČIČ, T. *Zůstaňte ve mně, a já ve vás*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1996, s. 99.

¹⁵⁵ Srov. IVANČIČ, T. *Život ze síly ducha a modlitby*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2005, s. 63.

¹⁵⁶ Srov. LACHMANOVÁ, K. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012, s. 36.

3.4 Odpuštění – pramen uzdravení

Odpuštění patří k základním klíčům k uzdravení. Aby se lidé vyléčili, rozvíjeli a milovali život, pak odpuštění se musí stát integrální součástí tohoto procesu. Odpuštění se dotýká rozumu i srdce každého lidského jedince.¹⁵⁷

Žijeme ve světě konfliktů, způsobujících četná zranění. Mohou mít nejrůznější kořeny. Mohou pramenit už z dětství, mohou se dotýkat rodičů, manžela, manželky, blízkých osob, lidí, kteří již zemřeli, přátel, kněze atd. Mnoho těchto zranění vzniká v důsledku neodpuštění. To s sebou nese duševní nerovnováhu, která se může projevovat nejrůznějšími psychickými poruchami. Vidíme to u mnoha pacientů v psychiatrických léčebnách a nemocnicích. Láska a odpuštění posiluje pozitivní postoj, nenávist a touha po odplatě postoj negativní.¹⁵⁸

A právě nenávist je příčinou mnoha potíží. Je často jedinou odpovědí na zranění, zklamání, špatné chování. Přitom se ale člověk necítí dobře. Nenávist rodí bolest, bolest znovu otevírá ránu. Nenávist je bránou, skrze níž do našeho života vstupuje Zlý, aby diktoval své zákony, zákony sebezničení a smrti. Ježíš, v němž můžeme vidět nepřekonatelného psychologa všech dob, říká, že buď člověka milujeme, nebo nenávidíme, těžko zůstáváme lhostejni, protože i lhostejnost je projevem nenávisti. Proto nabízí cestu lásky, cestu odpuštění.¹⁵⁹

Čím je odpuštění v rovině duchovní?

Odpuštění je Boží dar. Ježíš říká: „...*beze mne nemůžete dělat nic*“ (Jan, 15,5). Tato slova platí i pro odpuštění. Bůh s přikázáním lásky nám dává i samotnou lásku.

Odpuštění je úkonem vůle. Není pocitem, ale rozhodnutím. Kdybychom měli čekat na pozitivní pocity, budeme čekat celý život. Když se rozhodujeme, už začínáme odpouštět.

Odpustit znamená omluvit. Omluvit znamená rozumově vyhodnotit, že tento člověk zraňuje, protože sám byl zraněn a nyní ubližuje. A Ježíš prolil i za něho svou krev.

Odpustit znamená žehnat. Žehnat znamená svolávat dobro, stavět se na Boží stranu. Žehnáme-li, mizí vědomě špatné vzpomínky na člověka, který zraňoval. Žehnáme-li,

¹⁵⁷ Srov. CASARJIAN, R. *Odpuštění – odvážná volba k dosažení klidu v srdci*. Praha: Erika, 1994, s. 7 a 10.

¹⁵⁸ Srov. VELLA, E. *Uzdrav mě, Pane*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011, s. 72-73.

¹⁵⁹ Srov. TUMINO, S. *Ježíš uzdravuje tvé srdce*. Praha: Paulínky, 2011, s. 7-11.

očist'ujeme svou paměť i srdce od negativních pocitů z minulosti, a tak uzdravujeme současnost, protože ta je minulostí ovlivňována.

Odpustit znamená žádat od Boha odpuštění za okamžiky, kdy jsme nenáviděli. Na tom závisí duchovní, psychické a často i tělesné zdraví.¹⁶⁰

Dalším kořenem mnoha konfliktů je pohrdání sebou. Toto nepřijetí sebe sama se projevuje vztekem, chci být jiný fyzicky, emotivně. Smýšlím-li o sobě negativně, nejsem schopen ani přijímat druhé. Zlost namířena vůči sobě se odráží i ve vztazích s druhými. Proto je tolik důležité sebezpřijetí, ke kterému je možné dojít skrze víru, vědomím, že pro Boha jsem jedinečným, mistrovským dílem jeho stvoření. On mě miluje bezpodmínečnou láskou.¹⁶¹

Může se stát, že lidé navzdory vyznání hříchů a lítosti cítí vinu. Existují dva druhy pocitů viny – konstruktivní, přichází od Ducha svatého, a destruktivní, přicházející od Zlého. Konstruktivní vina pomáhá poznat naši „nemoc“ - tou je hřích, ukazuje zároveň „lékaře“ – tím je Bůh, „lékem“ je jeho odpuštění a „ordinací“ je svátost smíření.¹⁶² O uzdravující dimenzi této svátosti bude pojednáno v následujících kapitolách.

Odpuštěním se mohou uzdravit mnohé oblasti, např. sklony k perfekcionismu – stanovili jsme si nedosažitelný cíl, ale člověk není a nebude plně dokonalý. Neustálá touha po dokonalosti je zneužitím vlastních vloh. Nechává naše srdce zavřená a okrádá nás o činnost.¹⁶³ Vpustili jsme do svého života nejrůznější pověry, okultismus atd., čím více se však vzdalujeme Bohu, tím více si zajišťujeme otroctví Zlého. Odpuštění nás učí přechodu od egoismu k sebedarování, od soutěživosti, kterou je prodchnuta naše společnost, k soucitu. Soucítit s druhým znamená i trpět s druhým. Odpuštěním jsou možné další lidské proměny až k naplnění Boží vůle. Chce-li být člověk skutečně celistvě uzdraven a naplněn pokojem, nemůže žít ve vzpouře proti Bohu. Jen vkládáme-li s důvěrou svůj život do Božích rukou, nalezneme sílu postavit se jakémukoli problému.¹⁶⁴

Ptáme se, jak máme odpouštět? Prvním krokem je vždy krok k Bohu, ne k člověku, který nás zranil. Odpuštění, které dáváme, je skrze Boha, ne skrze tu osobu. Druhým krokem je nést toto odpuštění do rukou Božích. S tím souvisí modlitba za danou osobu a také chvála

¹⁶⁰ Srov. TUMINO, S. *Ježíš uzdravuje tvé srdce*. Praha: Paulínky, 2011, s. 7-23.

¹⁶¹ Srov. *Tamtéž*, s. 25-28.

¹⁶² Srov. *Tamtéž*, s. 35-36.

¹⁶³ Srov. CASARJIAN, R. *Odpuštění – odvážná volba k dosažení klidu v srdci*. Praha: Erika, 1994, s. 163.

¹⁶⁴ Srov. TUMINO, S. *Ježíš uzdravuje tvé srdce*. Praha: Paulínky, 2011, s. 47-53; 83; 89; 93; 115.

Pána. Odpuštění nezávisí na reakci druhé osoby. Odpouštíme, i když ten druhý člověk toto odpuštění nepřijímá. Odpuštění neznamena být hned uzdraven z té rány – uzdravení rány bývá postupné, ale bez odpuštění není možné. Tím, že odpouštíme, dáváme světu znamení, že pouze láska ho může zachránit, nikoli nenávist.¹⁶⁵

Fenomén odpuštění může probíhat v několika úrovních. Tou první je ochota omluvit se. Vytváření dobrých vztahů bude vždy spojeno s touto ochotou. Láska znamená, že se musíme omlouvat, znovu a znovu. Hlubší úroveň je pak odpuštění, které můžeme dát i bez odezvy druhé strany. Dalším stupněm je smíření coby „setkání dvou tváří, tváří v tvář“ a vrcholem je smíření s Bohem i lidmi ve svátosti smíření.

Vraťme se k základní formě odpuštění – omluvě.

Špatný čin je vždy jako zeď mezi dvěma lidmi. Vztah je narušen a najednou se nedá žít tak, jako kdyby k ničemu nedošlo. Ke skutečné lásce patří omluva toho, kdo se provinil. Patří k ní i to, že druhá strana odpustí. To je cesta k obnově vztahů a růstu lásky.¹⁶⁶

Omluva může probíhat v několika rovinách:

„Je mi to líto“ – vyjádření lítosti. Je třeba konkrétně uvést, čeho litujeme. Jsme-li konkrétní, dáváme najevo, že opravdu chápeme, co se stalo a nakolik jsme ublížili. Toto konkrétní vyjádření klade důraz na naše jednání – co jsme tímto druhému způsobili.¹⁶⁷

„Udělal jsem chybu“ – přijetí zodpovědnosti. Zralí dospělí přijímají zodpovědnost za své chování, zatímco nezralí ze svých chyb obviňují někoho druhého. Přesouvají odpovědnost na někoho jiného.¹⁶⁸

„Jak to mohu napravit?“ – náprava škody. Každou urážkou nebo ublížením poškozený něco ztrácí. Omluva je zde nahrazením ztráty, kterou druhý člověk zakusil. Součástí omluvy je touha napravit spáchané zlo, nahradit způsobenou škodu, ujistit osobu, že mi na ní záleží.¹⁶⁹

„Chci se změnit“ – upřímné pokání. Každé skutečné pokání začíná v srdci. Nechceme pokračovat ve špatném jednání, přebíráme za něho plnou odpovědnost a rozhodujeme se, že se změním. Nemusíme být úspěšní hned, důležité je, že o změnu usilujeme. Je vhodné

¹⁶⁵ Srov. VELLA, E. *Zakotvit svůj život v Bohu*. Olomouc: Maticе cyrilometodějská, 1999, s. 68-69.

¹⁶⁶ Srov. CHAPMAN, G, THOMASOVÁ, J. *Když promiň nestačí*. Praha: Návrat domů, 2013, s. 13-17.

¹⁶⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 19-23.

¹⁶⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 29-31.

¹⁶⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 41-42, 50.

toto úsilí vyjádřit.¹⁷⁰ Měli bychom škrtnout ze seznamu snadno a lehce používaných slov slovo „nikdy“ – např. „nikdy ti to neprominu“, stejně jako „vždycky“ – „vždycky býváš na mě ošklivý“. Lépe je volit mírnější výrazy – „já ti nemohu prominout“ apod.¹⁷¹

Vrcholem je prosba o odpuštění. Prosbou o odpuštění dokazujeme, že stojíme o to, aby byl vztah obnoven. Dokazujeme též, že jsme si vědomi svého pochybení. Tím klademe budoucnost vztahu do rukou toho, jemuž jsme ublížili. Někdy je tato prosba velmi těžká, zvláště pro lidi, kteří jsou silnými osobnostmi a mají sklon k ovládnání. Přiznání, že někomu ublížili, považují za zásadní selhání. Je to pokušení, které vzniká v nitru, v pozadí je ukryta opět pýcha. Je však dobré si uvědomit, že i maličké pokušení se chová jako malý zárodek v těhotenství. Poroste. Jednou z něho bude velké pokušení. Jen vítězně vybojovaný boj s pokušením je zárodkem osobnostního zrání a růstu kvality života.¹⁷²

Mezi prosbou o odpuštění a vyžadováním odpuštění je veliký rozdíl. Vyžadovat odpuštění nemáme právo. Odpuštění je svou podstatou dar. Přestává být darem, jestli se ho dožadujeme.¹⁷³

Proces odpuštění můžeme rozdělit do několika etap:

1. *Pokorně přijmout svou vnitřní bouři způsobenou proviněním druhého.* Když nám někdo ublížil, je zcela normální, že nás zachvátí hněv, touha po pomstě, smutek, podráždění. I když chceme všechna příkoří všedního života snášet ve víře, nejsme schopni sami odstranit rozladěnost v citové rovině. Součástí mohou být i slzy, rozčilení. Nemáme se obviňovat za negativní pocity, říkat, že jsme špatní křesťané, když se rozhněváme. Ani světci nebyli uchráněni před náporom negativních pocitů. Emoce vyvolané konfliktem musíme přijmout.

2. *Zkoumat protivníkovu zranění.* Nelze všechno omlouvat, ale máme se snažit ho pochopit a vytrvale mu žehnat.

3. *Vidět za protivníkovým dlátem něžnou ruku Boží.* Cesta odpuštění žádá mnoho času. Ale Bůh nikdy nechce zlo, které nám někdo způsobí, chce však do něj vstoupit a proměnit je silou své lásky.

¹⁷⁰ Srov. CHAPMAN, G, THOMASOVÁ, J. *Když promiň nestačí*. Praha: Návrat domů, 2013, s. 53-55.

¹⁷¹ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004, s. 59.

¹⁷² Srov. *Tamtéž*, s. 30-31, 67-71.

¹⁷³ Srov. *Tamtéž*, s. 72-73.

4. *Přijímat odpuštění z Božích rukou, abychom je mohli lépe předávat dál.* Je třeba uznat svou neschopnost odpouštět jen vlastními silami a nechat se naplnit Duchem svatým, který bude odpouštět s námi a skrze nás. Na kříži Ježíš ukazuje, jak má odpuštění probíhat. Nikoli z vlastních sil. Ježíš přijímá odpuštění od svého Otce, aby je mohl dále vylévat na celý svět.¹⁷⁴

Člověk někdy odpuštění zpochybňuje. Kdybych odpustil, omlouval bych všechno, co je proti lidské důstojnosti. Kdybych odpustil, omlouval bych zlo. Kdybych odpustil, dovolil bych historii, aby se opakovala. Paradoxně však platí, že pokud se nenaučíme odpouštět, potom se historie bude neustále opakovat. Nenávist zla zlo nezmenšuje, naopak ho zvětšuje a přispívá tak k nepřítomnosti dobra.¹⁷⁵ „*Jen soucitné srdce se může utkat se zlem přímo – může přinést světlo tam, kde světlo nebylo.*“¹⁷⁶

Stáváme se odpuštěním odolnými proti dalším a dalším zraněním? Náš první impuls při každém zranění je podobný – pocit bolesti, hněvu, touhy po odplatě. Vyjadřuje lidskou duchovní a emocionální křehkost, je s tím třeba počítat. Není dobré si s těmito spontánními hnutími dělat velké starosti. Spíše je přijímat jako neustálou potřebu otevírat se Boží uzdravující milosti. Každé zranění totiž přináší bolest, a kdybychom spojovali odpuštění s nějakou obrannou zdí, abychom byli uchráněni před novým zraněním, bylo by to odpuštění pouze zdánlivé.¹⁷⁷

Pro předcházení vyčítání minulých pochybení platí několik zásad: Když se rozhodneme odpustit, o krizové události více nepřemýšlejme. Když přijde pokušení znovu připomenout zranění, které už bylo odpuštěno, mlčme. S druhými lidmi nemluvme o tom, co už jsme jednou odpustili. Nedovolme, aby to, co se stalo a co je odpuštěno, bylo překážkou ve styku s člověkem, kterému jsme odpustili.¹⁷⁸

Odpuštění není metoda, ale hodnota. V odpuštění nemůžeme „vidět možnost něco vydělat“. Spíše je ztrátou, ztrátou pyšného já. Když odpustíme, tj. dáme dar odpuštění, zjišťujeme nakonec, že my sami jsme nejvíc obdarováni.¹⁷⁹

¹⁷⁴ Srov. GUIBERT, J. *Přijď tvé milosrdenství*. Praha: Paulínky, 2016, s. 73-83.

¹⁷⁵ Srov. CASARJIAN, R. *Odpuštění – odvážná volba k dosažení klidu v srdci*. Praha: Erika, 1994, s. 209-210.

¹⁷⁶ *Tamtéž*, s. 211.

¹⁷⁷ Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013, s. 126-127.

¹⁷⁸ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004, s. 40-41.

¹⁷⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 24-25.

Připomeňme také, že jednáme-li s člověkem tak, jakým by být mohl nebo má být, pomáháme mu, aby byl skutečně tím, kým být má. Odpuštění nezapadá do logiky „kdo s koho“, protože odpuštění je posunem ve vnímání světa – od soupeření ke spolupráci, od nepřátelství k přátelství. Život je o lásce. A bitvu vedeme v mysli, tam můžeme vyhrát nebo prohrát. Milovat znamená pomoci druhému na cestě k cíli, kterým je zrání jeho osobnosti, aby se mohl stát tím, kým má být. Milovat znamená i odpouštět tomu, s kým putuji životem. Ale pouhé mávnutí ruky nad tím, co druhý udělal, také není správné. Odpouštění rozhodně „není laciné.“¹⁸⁰

3.5 Odpuštění – cesta ke smíření

Pojmy odpuštění a smíření spolu úzce souvisí, jde však o dvě různé zkušenosti. Odpuštění předchází smíření. Jde o osobní rozhodnutí odpustit našim viníkům jejich provinění. Odpuštění je možné vždy, protože závisí pouze na rozhodnutí srdce. Naproti tomu smíření vyžaduje účast obou stran konfliktu. Aby bylo pravdivé, měly by obě strany konfliktu uznat svůj díl odpovědnosti. Také by mělo vést k nápravě způsobených ran. První krok v procesu smíření by měl udělat ten, kdo má více psychických a duchovních sil a je méně urážlivý. Obvykle se zranění lidé častěji vydávají naproti zraňujícímu.¹⁸¹

Prvním a základním stupněm je usmíření sami se sebou. Rozlišujeme stav ideálního obrazu, tedy obrazu, který nám byl Stvořitelem dán už na počátku, a obrazu aktuálního. Ideální obraz představuje současně konečný cíl a definitivní naplnění našeho života, tedy plnost, k níž jsme povoláni věčnou milosrdnou Láskou. Nemůžeme vyžadovat okamžitou realizaci tohoto obrazu, jsme těmi, kteří se s pokorou mají snažit naplňovat Boží záměr, ale s vědomím, že sami nikdy nedosáhnou dokonalosti. Jsme hříšníky, kteří jsou na cestě k cíli.¹⁸² Boží odpuštění se tedy dotýká našeho aktuálního obrazu. Tuto pravdu o sobě musíme přijmout, musíme přijmout fakt, že v našem nitru je přítomnost zla, které se nám nikdy nepodaří úplně vykořenit a projevuje se na povrch nejrůznějšími způsoby: je to např. urážlivost, nervozita, deprese, psychické potíže, problémy ve vztazích, omezenost. Vždy jsme však odpovědni za to, jaký postoj zaujmeme k danému zlu, k této slabosti, k našemu

¹⁸⁰ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004, s. 32, 46-47.

¹⁸¹ Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013, s. 121-124.

¹⁸² Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 68-69.

hříchu. Buď si můžeme být vědomi své omylnosti, a proto cítíme každý den potřebu odpuštění, nebo jsme domýšliví a myslíme si, že jsme lepší než druzí, a tudíž odpuštění nepotřebujeme.¹⁸³

Každý z nás může existovat způsobem, který se jeví přirozeným a odpovídajícím. Jsou to často „slupky“ mnoha rolí a masek, pod nimiž se ukrývá naše skutečná já – „*originalita, která existuje od chvíle, kdy nás Bůh svou láskou přivedl k bytí. Naše skutečné já – v – Kristu je jediné já, které nám umožňuje být autentickými. Jen ono nám dává věčnou identitu.*“¹⁸⁴ Nejprve však musíme přijmout své já takové, jaké je, abychom dovolili Bohu proměnit nás v pravé já, které je skryto v Kristu.¹⁸⁵ Bůh nám ponechává naše slabosti i špatné sklony a učí nás skrze odpuštění chápat, že naše svatost je složena i z těchto chyb a pádů, ale především z pokory. Čím více je nám odpuštěno, tím více jsme sami se sebou smířeni, a tím více se stáváme místem, kde se setkáváme s Bohem.¹⁸⁶

Dalším stupněm je usmíření s Bohem. To se již odehrálo a je navždy naplněno prostřednictvím Kristova kříže. Není namístě žádný strach, úzkosti, obsese, skrupule. Ukřižovaný Ježíš má stále otevřenou náruč pro každého, kdo svůj hřích vyzná a věří v jeho milosrdnou lásku.

S tímto usmířením souvisí i usmíření s životem. Setkání s Milosrdenstvím nám totiž nově otevírá oči, srdce i mysl, abychom prožívanou skutečnost vyhodnotili správným způsobem a měli naději, že milosrdnou Lásku nalezneme i uvnitř své vlastní existence.¹⁸⁷

Ze smíření vzešla církev. Zrodila ji Kristova krev, která usmířila všechno a všechny. Podstatou smíření v církvi je překonání svárlivosti, je schopností poznat a přijmout hodnotu druhých. Proto je zapotřebí naučit se diskutovat, aniž by došlo k rozdělení. Je zřejmé, že smíření musí nastat v pravdě a je třeba budovat na tom, co je společné. Tím je radostné putování k cíli, který všechno přesahuje.¹⁸⁸

Všimněme si také smíření ve společnosti. Existuje cesta ke smíření, když lidské soužití poznamenává násilí a terorismus? „*Odpuštění je láska, která přesahuje spravedlnost: „přesahuje“ neznamená, že ji vyloučí, ale že ji předpokládá, chrání a podporuje.*

¹⁸³ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 68-71.

¹⁸⁴ BENNER, D. G. *Dar být sám sebou*. Praha: Návrat domů, 2014, s. 15.

¹⁸⁵ Srov. *Tamtéž*, s. 49.

¹⁸⁶ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 71.

¹⁸⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 71, 73, 77.

¹⁸⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 97-102.

Milosrdenství, které by implicitně schvalovalo násilí, by bylo absurdní. ¹⁸⁹ Účinky odpuštění jsou nezbytné pro zastavení řetězce agresivity a překrucování pravdy, kde se všichni stávají utiskovateli a utiskovanými. Odpuštění je zde schopností odpovědět na špatnost druhých bez agresivity. Znamená to zabránění zlu, aby bylo opravdovým zlem, tímto je překonána jeho destruktivní síla a zlo samotné je obráceno a přetvořeno pro vítězství pokoje. ¹⁹⁰

Odpuštění je gestem života, je velkou silou měnící člověka i celé dějiny. ¹⁹¹

3.6 Odpuštění – „nový dech pro nové srdce“

Člověk dříve, než se ve svém nitru s Bohem setká, je zaměřen sám na sebe – na své vlastní potřeby, zájmy, touhy, očekávání, které jsou dominantní motivací jeho chování. Odklonu od zaměření se na sebe sama, odvrácení se od původního zaměření a přiklonění se k Ježíši Kristu, říkáme „obrácení“. Jde tedy o zvrát ve vztahu mezi člověkem a Bohem, s tím je spojen i nový pohled a nové chápání stávajících věcí. ¹⁹²

Blízký termínu obrácení je termín „znovuzrození“, který znamená „*stát se zcela novým stvořením (člověkem). Jde o určitý druh „probuzení se k pravému životu“, o vymanění se z otroctví hříchu (žití falešnými představami a záměry).*“ ¹⁹³

Odpuštění je tvůrčím Božím darem, jež nás utváří pro nový život. Člověk je totiž tehdy uzdraven, osvobodí-li se ze strachu, že je slabý a hříšný. Díky Božímu milosrdenství se naučí žít i se svým zlem, naučí se ho přetvářet – konkrétně je pojmenovávat ve své osobnosti, dát mu význam pro vlastní osobní zrání, udělat z něj příležitost k dobru – k pochopení druhých, objevit, že i my díky lásce Boží a lásce mnoha lidí jsme byli tolikrát jimi přijati se svými limity a slabostmi, že tak nakonec jsme ochotni i my vzít na sebe břemena druhých. ¹⁹⁴

Přední psychiatr Glasser říká: „*Všechny psychické problémy, počínaje slabým neurotickým strachem z výšek a konče nejtěžší formou psychotické schizofrenie, jsou příznaky,*

¹⁸⁹ CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 103.

¹⁹⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 103-105.

¹⁹¹ Srov. *Tamtéž*, s. 113.

¹⁹² Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Pastorální péče*. Praha: Oliva, 2000, s. 31.

¹⁹³ *Tamtéž*, s. 32.

¹⁹⁴ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 119, 121, 130, 159.

jejichž hloubka a trvání naznačuje hloubku a trvání nedostatku naší lásky k sobě.“¹⁹⁵ Všechny psychické problémy jsou příznaky toho, že odmítáme sami sebe, že se nepřijímáme.

Jestliže jsme Bohem stvořeni k jeho obrazu a podobě a Bůh je láska, pak i člověk je láska. A každý projev, který je v rozporu s láskou - ať je to hněv, zloba, nenávisť, člověka ničí, protože je proti jeho přirozenosti. Není to zranění, které člověku ubližuje, ale je to nenávisť, kterou člověk na zranění odpovídá. Jestliže své srdce otevřu hněvu, zlobě, nenávisti, pak každá urážka, svévole či násilí může mít na mě negativní dopad. Každé prožité trauma může být uzdraveno, jestliže místo nenávisti volíme odpuštění. Odpouštět znamená milovat.¹⁹⁶

Nevyřešené problémy nám ztěžují život. Neodpuštěné křivdy, ponížení, urážky, všechna psychická zranění nám svazují ruce. „*Znemožňují pohyb jako koule na nohou trestanců.*“¹⁹⁷ S každou potupou, pomluvou, křivým nařčením je napadena naše identita. Byla pošlapána naše čest, ponížena osobní hrdost. Ponížený je v situaci člověka, kterému zůstal rozbombardovaný dům a on se jen dívá, co mu vlastně zůstalo z toho, co měl, kým byl. Buď se rozhodne pro pomstu, nebo chce být hlavně člověkem a začne hledat cestu odpuštění.¹⁹⁸

Člověk sám může nějakým způsobem ovlivňovat své postoje, hledat pozitivní cíle, zakoušet určité psychologické vjemy. Avšak nejhlubší pravda o nás samých je dána Kristovým odpuštěním. Jeho ranami jsme byli uzdraveni, Ježíš nás uzdravuje skrze své rány.¹⁹⁹ Jeho odpuštění je tvořivé a spasitelné, je to projev milosrdenství, které v nás tvoří „nové srdce“. Své dílo ve světě Bůh stále znovu nechává povstávat z chaosu lidské svobody, protože Jeho trpělivost je stejně silná jako Jeho všemohoucnost.²⁰⁰

„Nové srdce“, které nabízí Bůh svým odpuštěním, je podobné Kristovu Srdci a je schopné odpouštět tak, jako On odpouští nám.²⁰¹ Kristus je solidární se všemi lidskými mezními situacemi – např. s nemocí, strádáním, nepochopením, zradou, zavržením i od nejbližších, umíráním, a díky této solidaritě můžeme všemu dávat nový smysl. V tom

¹⁹⁵ VELLA, E. *Ježíš – lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 89.

¹⁹⁶ Srov. TUMINO, S. *Odpustit otci i matce*. Praha: Paulínky, 2014, s. 26-27.

¹⁹⁷ KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004, s. 60.

¹⁹⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 68-69.

¹⁹⁹ Srov. TUMINO, S. *Odpustit otci i matce*. Praha: Paulínky, 2014, s. 28.

²⁰⁰ Srov. GUARDINI, R. *O živém Bohu*. Praha: Vyšehrad, 2002, s. 50.

²⁰¹ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 85.

všem se můžeme setkat se vzkříšeným Kristem. Jsme-li slabí a malověrní, o to více můžeme zakoušet, že nás Pán osvobozuje a vede po náročných cestách k růstu ve svobodě.

Účelem odpuštění není změnit druhého člověka, ale tím, kdo se změní, jsme my sami – náš postoj, naše myšlenky, naše chování. Odpuštění je cesta k pokoji a míru v duši, zlem se nedáme uchvátit, protože jsme svůj spor předali do vyšších rukou.²⁰²

„Žít bez odpuštění znamená žít odděleně od posvátných a nezákladnějších instinktů našeho srdce. Žít s odpuštěním znamená odhalit v každém okamžiku krásu a cenu života.“²⁰³

Odpuštění je tím, co ze srdce kamenného dělá srdce citlivé a vnímavé. Srdce kamenné umí hodit kamenem a současně pro takové srdce odpuštění ani nemá význam, „odpouštíme“ kameni, který nás udeřil. Pochopit pouze rozumově neznamená nutně odpustit. Rozumové pochopení jen znicotňuje vinu, jako by k ní nikdy nedošlo.²⁰⁴ Patří k náhražkám odpuštění, podobně jako ani čas není odpuštěním nebo chvilkové vzplanutí touhy „být dobrý“, ale v tom všem schází srdce, protože je tu rozlučka mezi tím, co je vně, a tím, co je uvnitř.²⁰⁵

Skutečné odpuštění směřuje do nekonečna. Je tu proto, aby odpustilo to, co žádná omluva nedokáže omluvit. Odpuštění odpouští vše všem a navždy, pokud je projevena lítost. Jeho zdroje jsou nekonečné, poskytuje viníkovi neomezený úvěr. Uskutečňuje najednou to, nač by zapomnění či spravedlnost potřebovaly staletí.²⁰⁶

Odpuštění „lomem vlastního srdce“ zakládá nový život. Je darem bez darované věci. Protože odpouštějící člověk neobětuje část svého jmění, ale kus svého bytí.²⁰⁷

Být jiným, novým, uzdraveným, to předpokládá přestat být tím, čím jsme dosud byli, obrátit se k Božimu Duchu, kterého nelze uchopit, ovládnout, ale jím se můžeme nechat uchvátit, prostoupit. Neboť jen tím, že sami sebe opustíme, nalezneme sebe – v Bohu.²⁰⁸ Pro skutečné uzdravení z konfliktů v nitru našich srdcí potřebujeme, aby se změnila naše podstata. Před námi často bývá volba – buď se odvrátit od Boha podobně jako mladší bratr v podobenství o marnotratném synu a plnit si tužby vlastního srdce, nebo jako starší bratr plnit morální povinnosti, ale bez skutečné lásky k Otci (Lk 15,11-32). Oba bratři pouze

²⁰² Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004, s. 56-57.

²⁰³ CASARJIAN, R. *Odpuštění – odvážná volba k dosažení klidu v srdci*. Praha: Erika, 1994, s. 228.

²⁰⁴ Srov. JANKÉLÉVITCH, V. *Odpuštění*. Praha: Mladá fronta, 1996, s. 81-82.

²⁰⁵ Srov. *Tamtéž*, s. 130.

²⁰⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 190-191.

²⁰⁷ Srov. *Tamtéž*, doslov.

²⁰⁸ Srov. ŘÍHA, K. *Zrození ducha*. Praha: Vyšehrad, 1998, s. 45 a 112.

kalkulují s ovládnutím situace pro svůj zájem. Abychom změnili vnitřní dynamiku srdce, musíme si připustit potřebu jediného „opravdového bratra“, a to Ježíše Krista.²⁰⁹

„Žádné osvobození, které pochází ze shovívavých filozofických či teologických teorií, nemůže člověka učinit opravdu šťastným. Jedině kříž a sláva zmrtvýchvstalého Ježíše mohou dát člověku pokoj svědomí a spásu života.“²¹⁰

Toto zdůrazňuje duchovní otec kláštera sv. Makaria v Egyptě Matta el-Meskin. Čím více se od Krista vzdalujeme, tím víc se naše pozemské potřeby rozšiřují, spolu s nimi rostou i naše starosti a doléhají životní problémy. Dějiny lidské civilizace ukazují, že napětí a rozpor mezi ideály ducha a těla uvnitř lidské bytosti nelze vyřešit přirozeným způsobem. Zde se objevuje Kristus se svým dokonalým lidstvím a dokonalým božstvím, tajemství, které smířilo celou lidskou skutečnost – její instinkty, slabosti, neúspěchy, konflikty se sebou i druhými, se samotným Bohem. Toto dokonalé a věčné smíření je hluboce zakořeněné v lidské duši. Je zapotřebí, aby naše existence byla zaměřená na Krista, ne na naše principy, ambice, prázdnou slávu. Zaměřit se na Kristovu osobu – pak se v nás uskuteční opravdové znovuzrození.²¹¹

Proto je tolik třeba, aby člověk ve svém srdci nenechal nic skrytého. Aby všechno, co vnímá jako špatné a nemocné, vynesl na světlo zdarma darovaného odpuštění. Srdce nedokáže snášet lásku a výčitky svědomí zároveň, tento stav ho rozlomí. Proto je tolik zapotřebí smíření, svátosti smíření, při níž je kapkami Ježíšovy krve smýváno veškeré lidské rozpolcení.²¹²

Na závěr je důležité vyjasnit, že z celé této „živé vody odpuštění a smíření“ mohou „pít“ všichni klienti, kteří projeví zájem – v duchovním doprovázení nevymezujeme přístupnost k tomuto prameni. Záleží na osobním rozhodnutí a otevřenosti srdce každého člověka, k čemu touží být nasměrován a jakého stupně odpuštění chce dosáhnout. Nejvyšší stupeň smíření ve svátosti smíření však může být nabídnut pouze klientům římskokatolického vyznání, kteří touto svátostí jsou pozváni k obnově synovského vztahu s milujícím Otcem – Milosrdným Bohem. O tomto stupni usmíření pojednává kapitola následující.

²⁰⁹ Srov. KELLER, T. *Marnotratný Bůh*. Praha: Triton, 2011, s. 59, 77, 84-87.

²¹⁰ JAN PAVEL II. *Veritatis splendor. Encyklika o základech morálního učení církve*. Praha: Zvon, 1994, čl. 120.

²¹¹ Srov. MATTA EL- MESKIN. *Starý a nový člověk v nás*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015, s. 101-106.

²¹² Srov. *Tamtéž*, s. 130-131.

4 Smíření jako součást slavení svátosti smíření

Tvořivá síla Božího odpuštění se plně projevuje ve svátosti smíření. Svátost smíření je v životě křesťana nenahraditelným momentem, v němž nejde o pouhé vymazání vin, ale o výstavbu nového člověka – syna, jemuž Otec už od věků odpustil a zve ho nyní na slavnost.²¹³

4.1 Podstata svátosti smíření

Pojem „smíření“ je jedním z ústředních teologických termínů. Označuje proces, v němž jde o sblížení odcizených jedinců. Potřebu smíření, což je doloženo v Písmu na mnoha místech, způsobuje jednak univerzálnost hříchu, např.: „*není člověka, který by nehřešil*“ (1 Kr 8,46), dále závažnost hříchu – „*Tvé oči jsou čisté, nemohou se dívat na zlo*“ (Abk 1,13), a také neschopnost člověka se s hříchem vypořádat – největším důkazem je samotný fakt, že Boží Syn přichází na zem, aby nás spasil.²¹⁴

Svátost smíření je zcela zvláštním Božím zásahem, který Bůh svěřuje své církvi. Její podstatou je odpuštění hříchů, které může provést jen Bůh.²¹⁵ V této svátosti dochází ke skutečnému smíření s Bohem, protože lidský úkon kajícího doplnuje Ukřižovaný Ježíš tím, čeho člověk sám není schopen.²¹⁶ Ze strany člověka k této svátosti je třeba především důvěry v Ježíše.²¹⁷

Srovnáme-li zpověď se svatým křtem, který znamená zproštění hříchů a nabytí nového života, pak zpověď symbolizuje obdobné zproštění a nabytí, ovšem nikoliv stykem s látkou, ale s živou osobou. Protože svátost smíření znamená odpuštění hříchu coby porušení komunikace mezi člověkem a Bohem, je náprava nutná právě skrze komunikaci.²¹⁸

²¹³ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 60-61.

²¹⁴ Srov. DOUGLAS, J. D. *Nový biblický slovník*, Praha: Návrat domů, 1996, s. 938-939.

²¹⁵ Srov. CENCINI, A. *Život v usmíření*. Praha: Paulínky, 2008, s. 67.

²¹⁶ Srov. POSPÍŠIL, C. V. *Ježíš z Nazareta, Pán a Spasitel*. Praha: Krystal a Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 405.

²¹⁷ Srov. MADINGER, H. *Vrát' se*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 21.

²¹⁸ Srov. SKOBLÍK, J. *Vina, hřích a pokání jako čin a svátost v psychologii, filozofii a teologii*. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 44-45.

Svátost smíření má čtyři dimenze, a to rovinu odpuštění, uzdravení, osvobození a povzbuzení. V rovině odpuštění je třeba vždy věřit, že všechny hříchy jsou skrze tuto svátost skutečně odpuštěny. Protože ke svátosti smíření přistupuje člověk zraněný, je důležité, aby se kněz modlil i za jeho vnitřní uzdravení. Stále stoupá počet těch, kteří byli ve spojení s okultismem, spiritismem a dalšími vlivy zlého ducha a potřebují být z tohoto vlivu osvobozeni. Kněz proto do takto narušených oblastí lidské osobnosti zve Ježíše. Čtvrtá dimenze je zaměřená do budoucnosti – je prosbou, aby Duch svatý vstoupil do všech slabostí člověka a byl dále jeho posilou.²¹⁹

Odpuštění je prvním darem Ducha svatého: „*Pokoj vám! Jako Otec poslal mne, tak i já posílám vás. Přijměte Ducha svatého. Komu hříchy odpustíte, tomu jsou odpuštěny, komu je neodpustíte, tomu odpuštěny nejsou.*“ (Jan 20,21-23)²²⁰ Svátost smíření je jedinečným prostředkem k radikální nápravě všech nesprávných, obelhávajících postojů a sobeckých návyků, uzdravení minulých křivd, je cestou k novému životu. Avšak velkým problémem naší doby je, že člověk ztratil smysl pro hřích. Co je to hřích?²²¹

Nový zákon zná čtyři řecké pojmy k vyjádření skutečnosti hříchu. *Hamartía* označuje všechno, co odporuje Bohu: stav ne-spasení, vzdálení se od Boha. *Anomía* vyjadřuje odpor vůči Boží vůli, bezpráví a nepravost, *adikia* neboli odmítnutí postoje vděčnosti a díkůčinění, které vyústí ve zřeknutí se statutu Božího stvoření. A nakonec *pseudos* nebo též *skotos* – znamená lež či temnotu, ten, kdo hřeší, nepřichází ke světlu, ale setrvává v temnotě.²²²

Moderní teologie představuje hřích jako „*zlom v dějinách spásy, jako odmítnutí Kristova velikonočního tajemství, jako popření milosti Ducha svatého.*“²²³ Dějiny lidstva začínají Adamovým hříchem, který je mnohem víc než pouhou neposlušností (Gn 3,3). Je vnitřním postojem někoho, kdo se odvažuje stavět se na místo Boha, chce rozhodovat o dobru a zlu, prohlašuje před Bohem vlastní soběstačnost. Písmo hovoří o hříchu jako o urážce Boha – oddělení člověka od Boha, jediného pramene života. Hřích se protíví Božímu plánu lásky. Aby se člověk znovu vrátil k Bohu - Lásce, zřekl se své vůle k nezávislosti

²¹⁹ Srov. VELLA, E. *Ježíš – lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 137-138.

²²⁰ Srov. KODET, V. *Hledám tvou tvář*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011, s. 40.

²²¹ Srov. SIMAJCHL, L. *Jak se zpovídat*. Vranov nad Dyjí: A.M.I.M.S., 2015, s. 3.

²²² Srov. SKOWRONEK, A. J. *Dějiny pokání – klíč k pochopení svátosti smíření*. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 68-69.

²²³ DE FIORES, S., GOFFI, T. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999, s. 303.

a nechal se utvářet a milovat Bohem, je třeba odpuštění. Od všech následků hříchu může člověka osvobodit jedině Kristus.²²⁴

Křesťanská nauka o hříchu je popírána moderním hlásáním bezhříšnosti, kdy např. potrat, eutanázie, homosexuální svazky jsou interpretovány jako záležitosti kultury. Také některé směry psychologie a sociologie interpretují nesprávné lidské chování jako mechanismy, vůči kterým je člověk bezbranný.²²⁵ Křesťanství vždy zdůrazňuje, že hřích je činem osoby, je svobodnou volbou každého člověka, s tím souvisí také odpovědnost za spáchaný hřích. Jako čin jednotlivce má hřích nejtěžší účinky přímo v hříšníkovi – oslabuje jeho vůli i pohled rozumu. Neexistuje však hřích, ani nejintimnější, který by se týkal pouze toho, kdo ho spáchal. Vždy přechází s různou silou na celé lidské společenství, proto hovoříme o hříchu společenském. Je porušením spravedlnosti ve vztazích jak mezi jednotlivci, tak také mezi jednotlivcem a společností – např. proti právu na život, proti snaze budovat lepší společnost apod.²²⁶

Úsilí překonávat důsledky lidského hříchu je ve skutečnosti zápasem o smíření. Tento zápas probíhá ve třech úrovních – jako smíření s lidmi, kdy vidíme důsledky svého sobectví, nedostatečného respektování práv druhého člověka, jsme plni předsudků. Dále je to smíření se sebou samým – hřích nám vždy připomene naši ubohost, nedokonalost. Nejpodstatnější je smíření s Bohem – vždyť každý člověk je niterně svázán s Bohem. Cesta k tomuto smíření předpokládá víru v odpuštění – tedy přiznání narušenosti lidské přirozenosti a Boží ochoty odpouštět. Toto předpokládá správný obraz Boha – Boha spravedlivého, milosrdného, od něhož je dar odpuštění možné očekávat. Nesprávný obraz je často ovlivněn výchovou, tím, jak rodiče přistupovali k odpuštění. Zde je třeba pouhou lidskou zkušenost opustit.²²⁷

Zpovědník může mnoho pomoci v roli „lékaře“. Zde nejde o pouhou shovívavost, zde jde o nové budování prvků, které minulost rozbila na stěpy.²²⁸ Člověk touží mít v srdci trvalý

²²⁴ Srov. DE FIORES, S., GOFFI, T. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999, s. 312-314.

²²⁵ Srov. KOWALCZYK, D. Zpověď neboli přesvědčování o hříchu a lásce. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 58-64.

²²⁶ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl.16.

²²⁷ Srov. OPATRŇY, A. Věřím v odpuštění hříchů. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 33-35.

²²⁸ Srov. SGUARISE, C. Podstata zpovědi. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 54-55.

mír, je však polapen v řetězu nenávisti, nepřátelství, hněvu, násilných činů. Každé násilí rodí nové násilí. Nový, uzdravený život není možný bez vyznání hříchů.²²⁹

4.2 Uzdravující rozměr svátosti smíření

U svátosti smíření je třeba vidět nejen duchovní rovinu, ale také lidskou, kdy člověk se zbavuje mnohého nánosu, který dosud táhl. Dobře vykonaná svatá zpověď přináší velkou úlevu a uvolnění lidské psychiky. Člověk, který očistí svou minulost, pozná i psychosomatický efekt. Uzdraveno může být jen to, co je odhaleno, a ve svátosti smíření je možný tento průnik do hlubiny lidského nitra.²³⁰

Člověk by si neměl pokládat otázku, proč se zpovídat, ale uvědomit si, že jde zde o něco daleko hlubšího, že jde skutečně o setkání „*raněného a Lékaře, hříšníka a Svatého, uraženého a Utěšitele, poníženého a Toho, kdo ponížené zvedá...*“²³¹ Vyzývá-li křesťanství ke zpovědi, pak proto, že chce uzdravit rozvráceného člověka, aby mohl znovu růst v lásce a ve všech pozitivních hodnotách. Nejvyšší hodnotou je láska. Nedostatek lásky otevírá dveře všemu zlu a jakémukoli hříchu - konfliktům u jednotlivců, v rodinách, každé nespravedlnosti. Vraždy i potraty jsou následkem nedostatku lásky k životu, k Tvůrci života.²³²

Nezdravým postojem k uzdravení je postoj člověka, který ví, že je hříšník, ale je přesvědčen, že se nedokáže změnit, je jako ve vězení – např. závislý na alkoholu, ale nic se s tím nedá dělat. Dalším postojem je postoj duševně nemocného člověka – on žádnou vinu nenese, vinni jsou všichni ostatní, není schopen přijmout odpovědnost za svůj hřích. Zdravým je člověk - hříšník, který uznává, že má hřích a svých ran se chce dotknout.²³³

V každém z nás je naše staré „já“, plné strachu a hněvu, které podléhá depresím a znechucení. Toto má v nás zemřít, abychom mohli začít žít bohatým a plným životem podle Boží vůle. Překážkou bývá neschopnost odpustit – prožíváme pocity viny, strachu, neklidu. Neumíme přijímat selhání a neúspěchy, žádáme od sebe příliš mnoho, nedokážeme přijmout svou ohraničenost a skutečnost, že jsme hříšníky. Proto je tolik důležité uvědomit si

²²⁹ Srov. MADINGER, H. *Vrat' se*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 78 a 84.

²³⁰ Srov. KAŠPARŮ, M. *O zemi beze studu*. Brno: Cesta, 2015, s. 113.

²³¹ BARBARIČ, S. *Dej mi své raněné srdce*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2005, s. 8.

²³² Srov. *Tamtéž*, s. 10 a 17.

²³³ Srov. VELLA, E. *Ježíš – lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 105-108.

fakt, že potřebujeme Spasitele, že potřebujeme vyznat svůj hřích, jít k Otci a poprosit o odpuštění.²³⁴

Vnitřní uzdravení se dotýkájí prožitých křivd, které v nás zanechávají bolestnou vzpomínku. Mohou se vyskytnout i veliká ublížení, která přesahují emocionální a duchovní možnosti jedince, a tak je člověk, protože je sám nedokáže unést, zatlačuje do hlubin podvědomí. Toto zapomenutí je však zdánlivé, v hlubinách podvědomí „zapomenuté“ ublížení bují, přináší plody podrážděnosti k sobě i druhým, únavu, pocity viny, nespokojenost. Neošetřené rány mohou být jedem pro život ublíženého, ale i pro všechny jeho vztahy – k Bohu, k lidem i ke světu. Práce s pocitem ukřivdění je obtížným úkolem, ale jestliže nás Ježíš vybízí, abychom odpouštěli sedmasedmdesátkrát, pak nám dává milost, abychom toto do života dokázali uvádět.²³⁵

Zkušenost křivdy je vždy bolestná. Jsme-li pokořováni, obviňováni, manipulováni někým, týráni, vykořisťováni, omezuje-li nás někdo v naší svobodě, trpíme. Každá křivda připravuje člověka o jemu dána dobra pro důstojný život, proto si na křivdu nesmíme zvyknout. Ublížením člověk trpí bez ohledu na věk, vzdělání, vyznání, společenské či majetkové poměry. Nelze ho překonat radou typu: „Hod' to za hlavu“, „nevracej se k tomu“. Z této „otravy“ zármutkem, hněvem, rozhořčením, pomstychtivostí a dalšími negativními postoji je třeba uzdravit se. Pravdou je, že každá lidská bytost je určitým tajemstvím, a tajemstvím zůstává i v prožívání křivdy, odpuštění a smíření.²³⁶

Cesta k odpuštění a smíření značně závisí na správném pochopení zdroje ubližování. *„Ublížení vždycky souvisí s narušením či zneužitím svobody, zatímco odpuštění a smíření je naopak cestou k naprosté svobodě ve vztahu k Bohu, k bližním i k sobě samému.“*²³⁷ Konečný důvod vzájemného ubližování bychom měli hledat v prvotním hříchu, tedy prvotní trhlině lidského srdce. Původní harmonie a jednota mezi lidmi byla zničena prvotním odvrácením se člověka od Boha. Proto dějiny lidského zraňování jsou spjaty s dějinami hříchu. Utržení zakázaného ovoce v rajské zahradě mělo za následek vzájemné zraňující obviňování – Adam, Eva, Satan,...my. Člověk v hříchu a po něm přesouvá tíhu hříchu na druhé, to je podstata ubližování. Jestliže člověk neuzná svůj hřích a nevyzná ho před Bohem, hledá jinou bytost,

²³⁴ Srov. VELLA, E. *Ježíš – lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 17-18, 133.

²³⁵ Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, s. 5-8.

²³⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 15-18.

²³⁷ *Tamtéž*, s. 22.

na kterou by zlo mohl svalit. Všechny války, revoluce, politické převraty jsou spojeny s křivdou. Křivda je hluboko vryta do lidských dějin.²³⁸

Jak zastavit křivdu, která přechází z pokolení na pokolení? Pravdou je, že člověk někdy ani neví, že ubližuje, dokonce i těm, které miluje. Může to plynout ze špatné vzájemné komunikace, neschopnosti vyjít druhému vstříc, ze sebestřednosti motivované strachem atd. Tímto ale není zproštěn odpovědnosti za svá slova a skutky.

Všechna lidská zranění mohou být účinně léčena. Ať jde např. o rodinnou minulost, kdy „starý příběh“ je zdrojem nové a nové bolesti, protože ovlivňuje naše aktuální postoje, nebo neschopnost projevat si navzájem city, rozdílnost zájmů, velký shon, alkoholismus, hádky, násilí ve slovech, agresivita, narušené sourozenecké vztahy, lhostejnost dospělých dětí ke svým rodičům a mnoho dalších zranění. Všude, kde žijí lidé společně, vzniká možnost vzájemně si ublížit.²³⁹

Zkušenost ublížení zasahuje celého člověka, jeho rovinu citovou, psychickou i duchovní. Stejně tak zkušenost vnitřního uzdravení má zahrnout celou osobnost. K vnitřnímu uzdravení je zapotřebí harmonicky spojit dimenzi emocionální a duchovní.²⁴⁰

Lidská snaha o vnitřní uzdravení vyžaduje hluboké přesvědčení, že prvotním a zásadním povoláním člověka je povolání žít – a to žít poctivě a zrale, v lásce a svobodě. Člověk svůj život nemůže prodat ani směnit za něco jiného, nemá ho ničit špatnými žádostmi ani získáváním pomíjivých hodnot. Je třeba objevovat Boží lásku. Bůh nám dává celý život na to, abychom mohli pronikat do tajemství jeho nekonečné lásky. A abychom dokázali této lásce důvěřovat, potřebujeme překonat podezíravost, i vůči Bohu. Podezíravý člověk je smutný, bez radosti, zranění vyvolává hluboký strach před dalšími křivdami.

Dále je třeba přijmout odpovědnost za život – tj. uchopení svého údělu. Nepřipustit, aby byl ovládán nekontrolovanými impulsy a špatnými návyky. Uvědomujeme si své postoje, jednání, reakce. Zranit druhého člověka je hřích, to není omyl nebo okamžik nepozornosti. Hřích je nedostatkem odpovědnosti za životní volbu. Od nás se žádá, abychom přestali hledat viníky. Papež František hovoří dokonce o nutnosti uzdravení ze zvrhlosti. Duchovně zkažený člověk se totiž snaží jednat vždy tak, aby zakryl své špatné návyky, svou špatnost promítá

²³⁸ Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013, s. 21-23.

²³⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 30-39.

²⁴⁰ Srov. *Tamtéž*, s. 55-56.

na druhé, sám nemá pocit, že by zhřešil. Před Bohem zvrácený člověk vystupuje jako soběstačný, pokud jde o jeho spásu. Chrání si stále svou vlastní dokonalost, domnívá se, že odpuštění nepotřebuje, a tak svým srdcem „zahnívá“.²⁴¹

Je důležité usilovat o zralost svědomí – zralé svědomí je pravdivé, citlivé, bdělé. Vyžaduje podívat se do očí nepříjemné vnitřní pravdě. Jedině život v pravdě je šťastný.

Ti, kteří žijí s hlubokým pocitem křivdy, potřebují pomoc někoho, kdo s nimi bude sdílet tíhu prožitého ublížení. Potřebují emocionální i duchovní oporu, aby prošli potřebnými fázemi k uzdravení.²⁴²

První fáze je zaměřena na nutnost slovního vyjádření stavu ublížení. Vyjádřit – to znamená lépe uchopit, usměrnit, dát zranění konkrétnější a jasnější podobu. Zraněný nemůže vstoupit do své citové zkušenosti proto, aby se jí nechal opětovně zcela pohltit, ale aby nad ní měl tolik potřebný nový nadhled a mohl ji tak lépe zvládnout. Aby se rozhodl pro volbu těch citů, které jsou plodem působení Ducha svatého v nás, a obráceně překonat ty city, které prozrazují sobecké žádosti a působení zlého ducha.²⁴³

Nahromadění psychického napětí a stresu může vést k úniku do závislosti. Může jít o alkoholismus, narkomani, neuspořádané sexuální chování, přejídání, závislost na televizi, nezdravou ctižádost, sebeubližování apod. Psychické závislosti na chvíli bolest přehluší, ale pocit ublížení neléčí. Únik do jakýchkoli zlovyků brání přijmout odpovědnost za svůj život, za sebe i za druhé. Tato nezodpovědnost časem vyvolává stav, kdy ukřivděný se nepozorovaně začíná měnit v křivdícího. Rodí se pocity roztrpčení a hněvu nejen na skutečné původce utrpení, ale na všechny, kteří se zraněného třeba i náhodně a nechtěně dotkli. Běžná nedorozumění, necitlivé jednání, nesplněná prosba či přání se stávají příležitostmi k obviňováním.²⁴⁴

K dosažení uzdravení by se bolestné pocity zraněného měly stát modlitbou, aby se postupně dokázal zraněný skutečně dotknout ústředního bodu své „nemoci“. Zásadní zlom nastává ve chvíli, kdy člověk si přizná v celé hloubi své bytosti svou ubohost, vlastní bezmoc, zraněnou ctižádostivost a svěří se do rukou Milosrdného Boha. Tehdy strach, hněv, roztrpčení, touha po pomstě se rozplynou, pozbývají své ničivé síly, člověk vnímá potřebu

²⁴¹ Srov. PAPEŽ FRANTIŠEK. *Zkaženost a hřích*. Praha: Paulínky, 2014, s. 24-34.

²⁴² Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013, s. 57- 83.

²⁴³ Srov. *Tamtéž*, s. 86-89.

²⁴⁴ Srov. *Tamtéž*, s. 90-94.

smířit se s lidmi i s Bohem. Svátost smíření je zde konečnou pečetí vnitřního uzdravení. Tato zkušenost umožňuje zraněnému vidět svou situaci i těch, kteří mu ublížili, v novém světle. V kontaktu s Otcovým milosrdenstvím je vše nové, proměněné, už se nelze vrátit zpět do staré minulosti.²⁴⁵

Ellias Vella vidí uzdravující rozměr svátostí smíření v doteku se čtyřmi základními emocemi, a to strachem, hněvem, pocitem viny a úzkostí. Strach je největším psychologickým problémem. Jeho častým kořenem je sebeodmítnutí. Je reakcí na strach z druhých - co si o nás pomyslí, často pochází ze slabosti – z neschopnosti přijímat životní neúspěchy, selhání. Ze strachu být ovládnut druhými vzniká agresivita, boj o vedoucí postavení, nadvládu. Lidé plni strachu se často snaží působit dojmem dokonalých jedinců. Je třeba nechat vstoupit Ježíše do každého strachu, Ježíše, který také strach prožíval, ale zvítězil nad ním.²⁴⁶ Prožívání úzkosti, jejímiž průvodními jevy jsou stres, únava, napětí, deprese, je pak důkazem, že žijeme buď v minulosti, která už neexistuje, či v budoucnosti, která ještě nenastala. Abychom došli uzdravení, je třeba všechnu energii vložit do života v přítomnosti. Z další emoce – hněvu – pochází největší těžkost, a sice to, že nedokážeme odpustit.²⁴⁷ Co se týče viny, je třeba rozlišovat mezi být vinen, kdy je třeba převzít odpovědnost, a cítit se vinným – ačkoli mi bylo odpuštěno, stále se vinným cítím.²⁴⁸

Vnitřní uzdravení není možné bez předcházejícího odpuštění. V Lukášově evangeliu nacházíme čtyři pravidla odpuštění: „*Ale vám, kteří posloucháte, říkám: Milujte své nepřátele, prokazujte dobro těm, kdo vás nenávidí, žehnejte těm, kdo vás proklínají, modlete se za ty, kdo vám ubližují.*“ (Lk 6,27-28). „Milovat nepřítel“ znamená dělat pro něho něco pozitivního, např. modlit se. Výzva „prokazujte dobro“ je úsilím o nějaký velmi konkrétní projev lásky, vždyť láska není jen cit, ale rozhodnutí. „Žehnejte“ – znamená zavřít dveře své osobnosti před jakoukoli nenávistí či dokonce kletbou.²⁴⁹

²⁴⁵ Srov. AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013, s. 95-100, 106-107.

²⁴⁶ Srov. VELLA, E., *Ježíš - lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 167-171.

²⁴⁷ Srov. *Tamtéž*, s. 161-162.

²⁴⁸ Srov. VELLA, E. *Zakotvit svůj život v Bohu*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1999, s. 43-44.

²⁴⁹ Srov. VELLA, E., *Ježíš - lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 213-215.

4.3 Příprava k přijetí svátosti smíření

Boží láska dala člověku své místo a čas v dějinách vesmíru a ani po lidském selhání neuzavřela člověku bránu ráje – tedy věčného štěstí. Nabídla mu nový doprovod do tohoto cíle - svátost smíření. K jejímu slavení je potřeba správného zpytování svědomí.²⁵⁰

Psychologie se svědomím zabývá pouze okrajově. Přední český psycholog a pedagog doc. Nakonečný připomíná existenci jakéhosi intimního jádra osobnosti, jehož součástí je svědomí. Špatné svědomí nám sděluje, že jsme poškodili náš upřednostňovaný životní styl a musíme ho uklidnit pokáním. V dětství je založené na poslušnosti, u dospělého se vyvíjí spíše jako pocit povinnosti, druh „pravého sebe-vedení“. A podobně jako člověk ve svém okolí nahlíží věci jako „dobré“ či „špatné“, nahlíží i na své já jako buď dobře či špatně slučitelné s určitými morálními normami. Svědomí nutí člověka, aby se něčemu nepřipustnému vyhnul, jestliže se už něčeho dopustil, trestá jej výčitkami. Je tedy projevem procesů vnitřního sebetrestání a sebeodměňování založených na pocitech viny, studu, lítosti, hrdosti, povinnosti.²⁵¹

Nenáboženský člověk své svědomí pojímá jako psychologické faktum, je pro něho konečnou instancí, jíž se má zodpovídat. Psychiatr a neurolog V. E. Frankl říká: „*Svědomí ale není to poslední vůči čemu je člověk odpovědný; není to poslední instance, ale předposlední. Svědomí mi říká, za co jsem odpovědný, ale ne vůči komu.*“²⁵²

Filosof a teolog Guardini definuje svědomí na základě definování dobra. Dobro je něco, co nezávisí na ničem jiném, nýbrž tkví samo v sobě. Není však v nějakém nepřístupném prostoru, je ve spojení se mnou. Je ve mně něco, co na dobro odpovídá jako oko na světlo, a to je svědomí. Ozývá se, děje-li se něco dobrého či zlého. Je něčím niterným, co nás obklopuje, prostupuje. Nejdůležitějším úkolem svědomí je vycítit, po čem dobro, které chce být lidsky uskutečněno, touží. Je místem, kde do času vstupuje to, co je věčné. Svědomí je orgán, jehož prostřednictvím si uvědomuji, co je dobré zde a teď. Svědomí musí dospět k rozhodnutí. Mám jednat já a nikdo jiný. Nikdo ze mě nemůže sejmout tuto odpovědnost.²⁵³

Úkon svědomí může být narušen. Jednak svědomí může být povrchní, otupělé, lehkovážné, zastíráme si, co je právě důležité, nebo naopak může být precitlivělé, pocitůje

²⁵⁰ Srov. SZABO, M. *Zpověď? NE!* Brno: Cesta, 2015, s. 39 a 66.

²⁵¹ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993, s. 150-152; 224.

²⁵² FRANKL, V. E., LAPIDE, P. *Bůh a člověk hledající smysl*. Brno: Cesta, 2011, s. 73.

²⁵³ Srov. GUARDINI, R. *Dobro, svědomí a soustředování*. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 1999, s. 17-28.

odpovědnost také tam, kde žádná není. Nebo je narušeno ve svých obsazích – věci nebereme tak jak jsou, ale jak bychom je chtěli mít. Vykládáme si situaci podle svých vědomých či nevědomých přání, podobně může být zkresleno i hodnocení měřítek. A tak leccos překrucujeme či zatajujeme, točíme se kolem vlastního já a přitom potřebujeme bod, který je mimo nás, ba nad námi. Svědomí je orgán, který dovoluje vnímat Boha. Je to Bůh, který chce působit tak, abychom se otevřeli pravdivému pohledu a správnému rozhodnutí – „Buď vůle tvá jako v nebi tak i na zemi“ (Mt 6,10). Čím více se Bohu odevzdáváme, tím plněji se On, Stvořitel, uplatňuje v nás, tím více se stáváme takovými, jak nás Bůh pojmenoval – vyryl do svých dlaní.²⁵⁴ Svědomí se připomíná jako hlas lásky v našem srdci. Často je ztotožňováno s přítomností Ducha svatého. Kdo touží po zdokonalení, je třeba kontroly - zpytování svědomí.²⁵⁵

Dnes je vina z vědomí člověka obecně vytěšňována. Místo přiznání nenávisti se hovoří o nedostatku tolerance, místo znásilnění o zneužívání, místo zabití nenarozeného života o přerušení těhotenství atd. Zásadním problémem zůstává uznání zodpovědnosti za spáchané zlé činy a jejich podrobení Božímu rozhršení. Často se v sekularizovaném světě člověk snaží najít „rozhršení“ způsobem bez Boha – „pomůže mi psycholog“, „na tom není nic zlého, takto jedná všichni.“²⁵⁶

K pravdivému pochopení viny vede zpytování svědomí – ptáme se, z čeho nás obžalovává vlastní srdce.²⁵⁷

Lidské generace po staletí čerpají nasměrování svého života podle kodexu morálních zásad, kterým je Desatero. Dnešní podoba Desatera Božích přikázání je jakousi redukcí slovního výčtu oproti původní podobě uvedené v Písmu (Ex 20,1-17 a Dt 5,6-21) se zachováním téhož obsahu. Dobově podmíněné výrazy nepřestávají mít svou nadčasovou platnost.²⁵⁸ Desatero nám pomáhá na cestě, jak se stát zralou osobností. Je nesmírně cenné, zvláště v dnešní době, kdy se často dobro zaměňuje za zlo a obráceně, znát přirozeným způsobem, že toto je zlo a toto je dobro.²⁵⁹

²⁵⁴ Srov. GUARDINI, R. *Dobro, svědomí a soustředování*. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 1999, s. 31-41.

²⁵⁵ Srov. ŠPIDLÍK, T. *Vnitřně zakoušet*. Olomouc: Refugium, 2009, s. 82.

²⁵⁶ Srov. DROŽDŽ, A. Teologická kompetence ve svátosti smíření. In AUGUSTYN, J., OPATRNÝ, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 90-91.

²⁵⁷ Srov. AUGUSTYN, J. *Svátost smíření*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 65.

²⁵⁸ Srov. ALTRICHTER, M. *Vyprávění o Desateru*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2014, s. 9-17.

²⁵⁹ Srov. *Tamtéž*, s. 20-24.

„Člověk volí správně, když Boha uznává jako Boha a žije v úctě k němu. A dává se na scestí, směrem k perverzi svého bytí, když uctívá to, co Bůh není; když si sám tvoří svá božstva a ve výsledku vzývá jen sebe sama.“²⁶⁰

Je mnoho způsobů, jak promýšlet, jak vyznávat, jak se dotýkat mnoha oblastí naší bytosti, abychom správně rozlišili, co je skutečným hříchem a v čem nemůžeme zlehčit význam viny, abychom nepřestali být vnímavými a citlivými ke skutečným hodnotám. A co potřebuje vyhojit ránu právě přijatým smířením.

Uveďme, jak může vypadat zpytování svědomí podle modlitby „Otče náš“: „*Otče náš, jenž jsi na nebesích*“ - věřím, že je Bůh můj Otec a já jeho dítě? Nehledal jsem spásu v astrologii, magii, kartách, okultismu, věštění? Kým vlastně Otec nebeský pro mě je? „*Posvět' se jméno tvé*“ – snažím se, aby poznání pravého Boha rostlo modlitbou, četbou Písma, studiem? Rozmlouvám s Bohem s úctou a láskou? „*Přijď království tvé*“ – ve kterých oblastech mého bytí nevládne Boží láska? Respektuji svobodu těch, kteří evangelium odmítají? Jak přispívám k příchodu Božího království ve své rodině, ve farnosti atd.? „*Bud' vůle tvá, jako v nebi, tak i na zemi*“ – důvěřuji Bohu, přestože mě provázejí neúspěch, nemoc, utrpení? Mám strach říci Bohu „ano“? „*Chléb náš vezdejší dej nám dnes*“ – dělím se o chléb s ostatními? Neplýtvám statky, které jsou mi svěřeny? Jsem věrný svátosti eucharistie? „*Odpusť nám naše viny, jako i my odpouštíme našim viníkům*“ – nepochyboval jsem o Božím milosrdenství, o tom, že mi Bůh odpouští? Jsem ochoten odpustit svému bližnímu – životnímu partnerovi, dětem, sousedovi? Dokáži uznat své chyby, omyly? „*Neuveď nás v pokušení, ale zbav nás od zlého*“ – věřím v existenci satana? Zahrávám si s pokušením? Podlehnu-li zlu, vykonám svátost smíření? Modlím se k nebeskému Otci, aby mě chránil před zlem?²⁶¹

Nevýhodou zpovědních zrcadel je, že se nedají napsat na míru každému jednotlivci. Život přináší tak obrovské množství nových okolností, nelze všechny podchytit otázkami. Avšak i všeobecná otázka zaznívá do konkrétního času a konkrétního lidského života.²⁶²

Ustáleným učením církve jsou hříchy rozlišeny na smrtelné a všední. Smrtelný hřích je takový skutek, jehož se dopouštíme s plným vědomím a svobodným souhlasem. Způsobuje vždy těžkou vinu, je činem, který Boha těžce uráží, posléze se stává mocnou destruktivní

²⁶⁰ RATZINGER, J. *Bůh a svět*. Brno: Barrister & Principal, 2005, s. 114.

²⁶¹ Srov. CALDÉLARI, H. *Odpuštění, pramen života. Proč a jak se zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1998, s. 47-51.

²⁶² Srov. SZABO, M. *Zpověď? NE!* Brno: Cesta, 2015, s. 89.

silou, která se obrací proti člověku samému. Je nutné ho vyznat spolu s okolnostmi v individuální zpovědi.²⁶³

Někdy vnímáme, že je něco špatně, ale nevíme co. I tehdy je důležité umět prosit Boha o odpuštění hříchů, protože jakmile toto uděláme z hloubi srdce, vstoupí do našeho srdce Boží světlo a ukáže nám temnoty, jimiž se provinujeme.²⁶⁴

4.4 Slavení svátosti smíření

V úvodu si můžeme položit otázku, proč se má slavit liturgie sakramentálního smíření, když proces obrácení a smíření se uskutečňuje v hloubi lidského nitra. Je tu snad pochybnost, že bez svátosti by člověk nezakusil Boží odpouštějící lásku?

Slavení svátostné liturgie smíření musíme vidět „jako pokračování procesu, který započal sebereflexí ve světle Boží lásky. Svátostné slavení představuje jeho zintenzívnění, „ztělesnění“, přispívá ke konkrétnímu zviditelnění ekleziálního rozměru pokání.“²⁶⁵ Tím, že akt obrácení a smíření je záramován do liturgické podoby, dostává jistou „objektivnost“, která umocňuje subjektivní postoj člověka.²⁶⁶

Jan Pavel II. v posynodální apoštolské adhortaci o smíření a pokání v dnešním poslání církve „*Reconciliatio et paenitentia*“ vychází z podobenství o marnotratném synovi (Lk 15,11-32). Každý člověk je zachvácen pokušením odejít od Otce a žít podle své vůle. Poté, co prohlédne nicotnost falešného mámení, pocítí touhu návratu. A zde vystupuje moment hostiny, oslavy smíření, vyjádření přijetí ztraceného syna slavnostním způsobem.²⁶⁷ Samotné latinské slovo „*reconciliatio*“ ve svém původu lze rekonstruovat jako *re-cum-calare*, jedná se tak o znovu-sjednocení, nápravu, obnovu, opětné spojení.²⁶⁸

Smíření je darem Božím. Usmířující poslání bylo dokonáno Kristovou smrtí na kříži. Tajemství Golgoty upomíná na „vertikální“ rozměr odloučení a smíření mezi Bohem a člověkem, a na „horizontální“ rozměr, to je rozdělení mezi lidmi a nutnost jejich smíření. Službu usmíření Bůh Otec vložil v ruce a ústa svých apoštolů. A tak je nej přednějším úkolem

²⁶³ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 17 a 33.

²⁶⁴ Srov. MOLINIÉ, M. D. *Odvaha mít strach*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005, s. 87.

²⁶⁵ KUNETKA, F. *Liturgika. Úvod do liturgie svátostí*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 45.

²⁶⁶ Srov. *Tamtéž*, s. 45-46.

²⁶⁷ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 5.

²⁶⁸ Srov. SALVODI, V. *Bůh je větší než tvé srdce*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 73.

církve smířit člověka s Bohem, se samotným člověkem, se všemi bratry a veškerým tvorstvem. Církev sama je svou podstatou smiřující.²⁶⁹

Katechismus katolické církve říká: „*Ti, kdo přistupují ke svátosti pokání, dostávají od Božího milosrdenství odpuštění urážek, kterých se proti Bohu dopustili, a zároveň se smiřují s církví, kterou zranili svými hříchy a která svou láskou, příkladem a modlitbami pracuje na jejich obrácení.*“²⁷⁰

Sestra Faustyna, apoštolka Božího milosrdenství, ve svém Deníčku uvádí tato slova Pána Ježíše: „*Dcero, přistupuješ-li ke svaté zpovědi, k tomuto zdroji mého milosrdenství, vždy na tvou duši stékají moje krev a voda, které vytryskly z mého Srdce a zušlechtují tvou duši. Vždy, když přicházíš ke svaté zpovědi, celá se ponoř do mého milosrdenství s velikou důvěrou, abych na tvou duši mohl vylít hojnost své milosti.*“²⁷¹

Praxe formy a slavení této svátosti prodělala dlouhý vývoj. Avšak o podstatě této svátosti trvala ve vědomí církve vždy pevná a nikdy nezměněná jistota, že sám Kristus dal apoštolům moc odpouštět hříchy, že sám Kristus je ustanovitelem této svátosti. Už první křesťané měli v živé paměti to, jak nesmírně toužili po Božím odpuštění, když opustili Ježíše. Evangelia staví odpuštění do samotného středu křesťanského života. Dnešní ritus svátosti smíření je pouze posledním z celé řady způsobů smíření člověka s Bohem prostřednictvím církve.²⁷²

Po II. vatikánském koncilu je víc než na přesné vyznání hříchů kladen důraz na smíření, zpověď dostává nové označení – svátost smíření.²⁷³ Někdy je uváděn i termín svátost pokání, protože k tomu, aby člověk mohl dojít smíření s Bohem, je nutné, aby se od spáchaného hříchu jasně a určitě odvrátil. Znamená to konat pokání – hříchu litovat a zaujmout skutečně postoj toho, který lituje a touží se vrátit zpět k Otci.²⁷⁴

²⁶⁹ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 7 a 8.

²⁷⁰ *Katechismus katolické církve*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, odst. 1422.

²⁷¹ KOWALSKÁ, F. *Deníček*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, čl. 1602.

²⁷² Srov. SKOWRONEK, A. J. Dějiny pokání – klíč k pochopení svátosti smíření. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 69.

²⁷³ Srov. VELLA, E. *Ježíš – lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 134.

²⁷⁴ Srov. JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 13.

Tyto akcenty v teologii pokání se odrazily v nových římských Obřadech pokání, kde jsou uváděny tři základní formy slavení svátosti smíření: Liturgie svátostného smíření pro jednoho kajícíka – jádrem je osobní vyznání vin, uložení pokání, projev lítosti a rozhřešení. Druhou formou je liturgie svátostného smíření pro více kajících s osobním vyznáním – zde se slaví bohoslužba slova zaměřená na kajícnost, poté následuje individuální vyznání každého kajícíka, celý obřad je zakončen společným díkyvdáním. Třetí formou je liturgie svátostného smíření pro větší počet kajících se společným vyznáním a rozhřešením – je možné, aby za zvláštních okolností dal kněz společně rozhřešení většímu počtu kajících bez osobní zpovědi, pouze po společném vzbuzení lítosti. Jedná se o výjimečné situace – např. hromadné neštěstí. Kajícíci, kteří se dopustili těžkých hříchů, by se z nich měli při nejbližší příležitosti znovu osobně vyznat.²⁷⁵

Vlastní slavení svátosti pokání zahrnuje tyto základní části: lítost – je bolestí duše nad spáchaným hříchem, spojená s předsevzetím už nehřešit, vyznání – je pravdivým sebezpoznaním před Bohem, zadostiučinění – uložené pokání je jakousi náhradou za porušení řádu, a poslední částí, kterou je svátost pokání dokonána, je rozhřešení.²⁷⁶ Tyto prvky existovaly od prvopočátku, v průběhu dějin se měnila jejich podoba a vzájemný vztah.

Lítost vychází z uvědomění si hříchů. Má být vnitřní, to znamená, že musí vycházet z vůle, a také všeobecná, kdy zahrnuje prožívání lítosti nad všemi dosud neodpuštěnými hřichy.²⁷⁷ V evangeliu najdeme dva druhy lítosti: Jidášovu a Petrovu lítost. Jidáš propadl zoufalství, jehož nejhlubším zdrojem byla pýcha. Jeho výčitky svědomí byly spojeny s falešným vědomím zavržení, nechtěl si uvědomit Ježíšovu lásku, raději volil záhubu. Není obětí slepého osudu. Při nezdravém pocitu viny touží člověk sám sebe trestat, ale toto trestání nepřináší osvobození od hříchu, nýbrž sebezničení. Petrův hřích byl také veliký, ale Petr pláče, jde o postoj srdce, jeho hřích nevede ke smrti, ale ke skutečnému obrácení a odevzdání se Ježíši. Ve skutečné lítosti člověk uznává svůj hřích, ale zároveň se od něho odpoutává, protože se soustředí především na Boha. Ježíšova oběť by byla zbytečná, kdyby člověk sám mohl sejmut svou vinu. Skutečná lítost znamená oddělení se od minulosti a vykročení směrem k budoucnosti. Člověk nezakouší ochromující stud ani nemá sklon k sebeospravedlňování, opravdová lítost znamená objektivní zhodnocení své viny. Člověk přijímá sám sebe, čím je a co má, zároveň si uvědomuje své limity. Józef Augustyn výstižně

²⁷⁵ Srov. OPATRŇY, A. *Pastorace svátostí*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015, s. 81-82.

²⁷⁶ Srov. *Obřady pokání*, Praha: Česká liturgická komise, 1982, s. 9.

²⁷⁷ Srov. SOBANSKI, R. Odmítnout rozhřešení. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 144.

přirovnává skutečnou lítost a pokání za hříchy k prožitku dítěte, které se provinilo proti své matce. Jeho prvním pocitem není strach o sebe, ale bolest, že zranilo matčinu lásku. Dítě se necítí souzeno, je-li potrestáno. Maminka i dítě se neodvolávají na právo, nýbrž na vzájemné pouto lásky, kterým jsou spojeny.²⁷⁸

U vyznání je nezbytné, aby člověk konfrontoval svůj život s pravdou evangelia, aby mysl, srdce i vůle se mohly upínat jediným směrem. Nejde jen o vnější uznání existence hříchu, ale o uvědomění si kořene hříchu a jeho zla. Zpověď na úrovni jednání nestačí, pocit hříchu se rodí v rovině motivace. Pro koho, pro co jsem to udělal? Zde je jádro, aby si člověk uvědomil, co ovládá jeho život, zda místo evangelijních ideálů není ve službě vlastní úspěšnosti a sebepotvrzení, kdy sílí sobectví a rodí se strach. Je třeba projít a vyhodnotit všechny etapy sebepoznání - chování, postoje, emoce, motivace, které vedou k odhalení vlastních životních iluzí a modlářství. Upřímně se otevřít milosti odpuštění. Dojít tak k harmonii, která znamená integritu vědomí a nevědomí, srdce, mysli, vůle, tužeb, emocí, plánů, snů.²⁷⁹

Hřích oslabuje samotného hříšníka i jeho vztahy, proto: *„Hříšník, který byl zbaven hříchu, musí ještě nabyt plného duchovního zdraví. Musí tedy vykonat něco navíc, aby napravil vlastní viny: musí přiměřeným způsobem „zadostiučinit“ nebo „odpykat“ své hříchy. Toto zadostiučinění se také nazývá „pokání“.*²⁸⁰ Pokání ukládané ve zpovědnici má terapeutický a výchovný význam – má napomoci k opravdové změně srdce. Můžeme také hovořit o významu kárném, a to ve smyslu nápravy – například vrátit ukradené věci, očistit pověst toho, kdo byl pomluven apod. Uložit pokání vyžaduje od zpovědníka znalost lidských srdcí a života. Dnes se obvykle ukládá nějaká modlitba. Pravdou je, že jakékoliv pokání je nesouměřitelné v porovnání s přestoupením Božího zákona. Hříchy jsou nám odpuštěny díky zadostiučinění, které Ježíš přinesl svou smrtí na kříži.²⁸¹

Rozhřešení vypovídá o svátostném poli působení Boha, který vynáší hřích do světla pravdy a osvobozuje od něj, proto ve formuli rozhřešení se kněz nad kajícím modlí: *„Bůh, Otec veškerého milosrdenství smrtí a vzkříšením svého Syna smířil se sebou celý svět a na odpuštění hříchů dal svého svatého Ducha. Ať ti skrze tuto službu církve odpustí hříchy a naplní*

²⁷⁸ Srov. AUGUSTYN, J. *Kde jsi, Adame?* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1998, s. 165-170.

²⁷⁹ Srov. WONS, K. Jak se setkat s kajícím? Od přijetí pravdy o hříchu k přijetí odpuštění a pokoje.

In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 122-124.

²⁸⁰ *Katechismus katolické církve.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, čl. 1459.

²⁸¹ Srov. KOWALCZYK, D. Určování pokání při zpovědi. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 127-131.

tě pokojem. Uděluji ti rozhrěšení ve jménu Otce i Syna i Duchu svatého. Amen.“²⁸² Je zde dvojí Boží pedagogika. Bůh promíjí hříchy, ale také chce, aby místa zraněná hříchem, byla nahrazena pokojem a harmonií. Kvůli hříchu potřebujeme Boží odpuštění, kvůli zraněním potřebujeme Pánovo uzdravení. Zranění po hříších někdy přetrvávají léta, pokud se neléčí, jsou zdrojem následného hříšného jednání, zůstávají skryté v zákoutích našeho nevědomí a ubírají životní energii. Je nesmírně důležité, aby člověk pojmenoval, vyznal a odevzdal všechny hříchy, ale také zranění, která hřích po sobě zanechal.²⁸³

Svatost smíření je radostným setkáním s Pánem života, jenž nás ponořuje do své smrti tak, abychom s ním mohli být vzkříšeni k novému životu. Nejde pouze o suchý výčet hříchů, zpověď je chvalozpěvem o dobrotivosti a milosrdenství našeho Spasitele, je cestou, na níž se i pády mohou proměnit v úkon lásky a načerpání duchovního dobra. Smíření je setkáním – na jedné straně velkolepého Božího daru, na druhé straně lidského úsilí.²⁸⁴

Zpovědník by se měl chovat ke kajícímu s největší úctou a citlivě, protože zranit člověka, který odhaluje své slabosti, je velmi snadné.²⁸⁵ Vnitřní oblast svaté zpovědi je chráněna tajemstvím, zpovědníkovi je zakázáno sdělovat cokoliv, co se ve zpovědi dověděl. Zpovědní tajemství respektují i občanskoprávní systémy.²⁸⁶

Zpovědník by měl dokázat zaujmout terapeuticko-pedagogický postoj. Ten se má projevit v pochopení, aby nedošlo k dalšímu znepokojení, zvláště u lidí impulzivního chování, v dodávání nové odvahy, bez bagatelizace situace, aby tak kající přešel *od pokoření k pokoře, od chorobného pocitu viny a negativního obrazu o sobě k pokojnému přijímání sebe samého jakožto stvořené bytosti a k přijímání vlastní omylnosti.*²⁸⁷ Po duchovním vůdci je požadováno, aby uměl rozlišit čistě psychickou skutečnost od duchovní, je potřebný vztah k pravdě, a to ne nějaké dílčí, ale celostní.²⁸⁸

²⁸² WONS, K. Jak se setkat s kajícím? Od přijetí pravdy o hříchu k přijetí odpuštění a pokoje. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 119.

²⁸³ Srov. *Tamtéž*, s. 119-121.

²⁸⁴ Srov. SALVODI, V. *Bůh je větší než tvé srdce*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 9-12;104.

²⁸⁵ Srov. AUGUSTYN, J. Nejtěžší a nejkrásnější služba. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 99 a 102.

²⁸⁶ Srov. ADAMCZEWSKI, W. Právo ve zpovědnici. Vybrané otázky. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 135.

²⁸⁷ SGRARISE, C. Podstata zpovědi. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 57.

²⁸⁸ Srov. JASTRZAB, D. Zpověď a duchovní vedení. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 155-157.

Také by měl vědět, že lidsky zralé a svým založením křesťanské odpuštění vyžaduje kajícího osobní proces i mezilidské setkání, nelze hned vynutit zapomenutí křivdy nebo nutnost odpustit. Odpuštění musí nejprve obejmout kajícího samého, musí mu přiznat i právo na bolest a utrpení. Cílem zpovědi je rozšířit prostor kajícího svobody, ne ho „omotat“ kolem něho samotného.²⁸⁹

Na správce svátosti smíření je kladeno mnoho nároků. Jednak na jeho vlastnosti jako je moudrost, rozvážnost, mírnost, laskavost, také na průpravu v dalších vědních oborech - pedagogice, psychologii. A stejně tak je třeba, aby on sám vedl hluboký a opravdový duchovní život, aby on sám byl věrný a poslušný Boží vůli. Od něho se očekává, že ukáže směr cesty duchovního života, když kajícího ho není schopen vidět.²⁹⁰

Lidský život je poznamenán mnoha zlomovými situacemi a okamžiky – různá neštěstí, zhoubná choroba, smrt blízkého člověka, rozvod, psychická nemoc, homosexualita, potrat, ztráta zaměstnání a další. Někdo si s prožívanými těžkostmi poradí, jiný se psychicky hrouť. Zpovědníkovo naslouchání a pohled rozšiřuje kajícího zúžené pole vnímání dané skutečnosti. Slavení svátosti smíření se takovému člověku stává zdrojem naděje a nové síly. Opět ho otvírá pro vztah s Bohem, pro modlitbu a dar eucharistie. Napomáhá k nabytí emocionální rovnováhy a časem i k pochopení smyslu prožité krize. Svátost smíření pomáhá novým způsobem objevit hodnotu života, hodnotu mezilidských vztahů, hodnotu lásky a sebeúcty. Díky Boží odpouštějící lásce získáváme odvahu znovu žít, přijímat i rizika, čelit obtížným výzvám. Získáváme odvahu znovu milovat.²⁹¹

Zpovědník je kněžskou pravomocí povolán k nejtěžší a nejkrásnější službě – potvrzuje svátostným způsobem – ve jménu Krista a církve – milost odpuštění, kterou hříšníkovi daroval sám Bůh.²⁹² Protože „*Bůh se člověka nikdy nevzdává, i kdyby to člověk vzdal. Bůh je pramenem naděje zoufalým, odpuštění hříšným, silou slabým, odvahou bázlivým, otcem i matkou zraněným.*“²⁹³

²⁸⁹ Srov. PRUSAK, J. Zranění ve zpovědnici. Jak jim předcházet? Jak je uzdravovat? In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 291-293.

²⁹⁰ Srov. SLUP, L. Co ženy čekají ve svátosti smíření? In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 182-183.

²⁹¹ Srov. SZPAKOWSKI, B. Zpovídání lidí v mimořádně složitých životních okolnostech. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 248-250; 255.

²⁹² Srov. AUGUSTYN, J. Nejtěžší a nejkrásnější služba. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 98 a 101.

²⁹³ SZPAKOWSKI, B. Zpovídání lidí v mimořádně složitých životních okolnostech. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 258.

Je třeba říci, že není nic více osobního a intimního než tato svátost. „Každá zpovědnice je vznešené a požehnané místo, odkud se po odstranění rozporů rodí nový a neposkvrněný usmířený člověk – usmířený svět!“²⁹⁴

4.5 Psychoterapie? Svátost smíření? Nebo obojí?

Je nutné si opětovně připomínat, že křesťanství není nějakým vlastním světem vyčleněným z obecné lidské zkušenosti. Svou úlohu spatřuje v hledání toho nejsprávnějšího a nejspravedlivějšího jednání, tzn. vyzdvihuje to, co je opravdu lidské a co připodobňuje člověka Bohu.²⁹⁵ Naproti tomu, bohužel, většina psychoterapeutických škol izoluje psychickou a emocionální sféru od oblasti duchovní a náboženské. Hlavní psychoterapeutické směry jsou stále ještě „infikovány lhostejným a často i nepřátelským přístupem k náboženství a duchovním záležitostem.“²⁹⁶

V každém lidském bytí můžeme spatřovat tři roviny existence: život tělesný, psychosociální a duchovní. Teprve duchovní úroveň umožňuje nazírat řád, smysl, poselství, které jsou skryty ve věcech i událostech. Všechny tyto dimenze nebývají vždy stejně intenzivní, v různých obdobích života i v závislosti na zdravotním stavu a životních krizích nabývají různé důležitosti.²⁹⁷

Pojímáme-li osobnost z hlediska teologického, chápeme člověka jako obraz Boží, který směřuje k Bohu v souladu s Božím plánem, využívá přitom svěřených darů a svobodu bere jako závazek, ne jako libovůli. V pohledu psychologickém je člověk tím, co ze sebe sám udělá, je to věc jeho rozhodnutí. Směřuje k cílům, které mu byly dány výchovou nebo které si sám vytkl, o svou přirozenost se nestará, podléhá iluzi nezávaznosti.²⁹⁸

V psychoterapii a stejně tak v duchovní péči sehrává velmi důležitou úlohu lidské chování a smýšlení. Křesťan je stále vyzýván, aby odložil své staré chování a oblékl „nového člověka“. Duchovní péče zaměřuje člověka na Boha a Jeho vůli. Na rozdíl od psychoterapie to nejsou vlastní síly, které se stávají nosnými sloupy vnitřní proměny člověka.²⁹⁹ Duchovní

²⁹⁴ JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia*. Praha: Zvon, 1996, čl. 31.

²⁹⁵ Srov. ZEMAN, J., ŠRAJER, J., KOTVRDA, J. *Doprovázení mladých manželů ke zralému vztahu*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015, s. 17 a 32.

²⁹⁶ AUGUSTYN, J. *Vedení Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, s. 104.

²⁹⁷ Srov. SMÉKAL, V. *Psychologie duchovního života*. Brno: Cesta, 2017, s. 6, 16, 22.

²⁹⁸ Srov. *Tamtéž*, s. 12.

²⁹⁹ Srov. PFEIFER, S. *Slabé nésti*. Ostrava: JUPOS, 1995, s. 31-32.

život pomáhá měnit osobnost ve smyslu dát svou přirozenost do služeb dobra. Např. cholerik zůstane cholerikem, ale bude se snažit nezraňovat lidi svou výbušností.³⁰⁰ Bůh často nezmění zdravotní stav nemocného, ale promění jeho vnitřní postoj k životu a k nemoci.³⁰¹

Mnohdy a mnohým se v současné době zdá, že duchovní péče a psychiatrie se vzájemně vylučují. Toto napětí řeší německý psychiatr a teolog současně Samuel Pfeifer, který říká: „*Psychické poruchy jsou realitou našeho pozemského bytí. Předcházet duševním poruchám a pomáhat psychicky slabým lidem je důležitým úkolem křesťanského společenství. Spolupráce s psychiatrem je možná a smysluplná tenkrát, když duchovní i psychiatr znají své meze a navzájem se respektují.*“³⁰²

Psychologie nechápe člověka primárně jako bytost mravní, která selhala, nýbrž jako bytost nemocnou, kterou je zapotřebí uzdravit. V psychologii tedy nejde o odstranění viny, ale nabytí psychické harmonie. Přitom vinu nelze vymazat, tvářit se, jakoby nebyla či ji bagatelizovat, je nutno zdůraznit velikost odpuštění.³⁰³ Tímto jde o podstatné – ve svátosti smíření dochází k vyznání viny, ne jejímu potlačení či popření, a tak psycholog nemůže dát člověku to, co kněz, nemůže od něho klient odejít s pocitem, že je zbaven viny, psycholog pouze učí s vinou pracovat.³⁰⁴

Nelze zaměňovat pojmy zpověď a terapie. Svátostná zpověď je jednáním Krista, opírá se o nerozlučné spojení mezi pokáním a nadějí na milost. Lítost nad hříchy je pravdivým pohledem na sebe samého, aniž by člověk upadl do zoufalství, protože se člověk odevzdává milosrdnému Bohu, který má moc zahladit vinu. Boží odpuštění a smíření je největším zázrakem Boží lásky.³⁰⁵ Je duchovním znovuzrozením, které proměňuje kajícího v nové stvoření. A tento zázrak milosti může způsobit pouze Bůh.³⁰⁶

Jan Pavel II. jasně zdůraznil, že svátost smíření nemůže být nikdy přetvořena v praktickou psychoanalýzu nebo psychoterapii. Obě oblasti se dotýkají sice téže osoby,

³⁰⁰ Srov. SMĚKAL, V. *Psychologie duchovního života*. Brno: Cesta, 2017, s. 42.

³⁰¹ Srov. CUSKELLY, E..J. *Současná spiritualita*. Duchovní život z hlediska moderní psychologie. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994, s. 188.

³⁰² PFEIFER, S. *Slabé nésti*. Ostrava: JUPOS, 1995, s. 9.

³⁰³ Srov. SKOBLÍK, J. Vina, hřích a pokání jako čin a svátost v psychologii, filozofii a teologii. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 38-41.

³⁰⁴ Srov. KAŠPARŮ, M. *O zemi beze studu*. Brno: Cesta, 2015, s. 110-111.

³⁰⁵ Srov. SQUARISE, C. Podstata zpovědi. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 52-53.

³⁰⁶ Srov. JAN PAVEL II. Kněžská služba ve svátosti smíření. BENEDIKT XVI. Z projevu ke zpovědníkům římských bazilik a k prelátům a oficiálům Apoštolské penitenciárie. In AUGUSTYN, J., OPATRŇY, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 13-15.

ale kladou si odlišné cíle a využívají jiné prostředky a metody. Cílem svátosti smíření je usmíření hříšného člověka s Bohem, toto se děje na úrovni víry. Cílem psychoterapie je poznat svět poraněných citů, naučit se s nimi vyrovnávat zvláště v kritických okamžicích.³⁰⁷ Pro věřící nemocnou osobu bude jistě velkým přínosem, bude-li zdravotník oblast víry respektovat s úctou a obráceně duchovně doprovázející bude vnímat, že věřící člověk s psychickou nemocí potřebuje pomoc psychiatrie a psychologie, aby mohl opět vést kvalitní a praktický život víry.³⁰⁸

Psychoterapie stejně jako pastorační práce mají mnoho práce, aby se jim podařilo vzájemnou nedůvěru nahradit radostnou spoluprací v zájmu těch, jimž se snaží pomáhat. Je třeba hlubšího poznání, že mnohé emocionální a psychické problémy mají duchovní základ, že např. problém odpuštění, utrpení nebo strachu ze smrti nelze vyřešit pouze prostřednictvím terapie, protože se jedná právě o problém rázu duchovního. Předstoupit ve vykonávané praxi před pacienta znamená nepoužívat jen naučené metody a techniky, ale dělit se také o své vlastní srdce.³⁰⁹

Fenomén odpuštění a smíření nic a nikoho nevyklučuje, „rozpouští“ všechno strnulé, chladné, zajeté. Je novým počátkem v každém zranění, na každém místě, v každé situaci, v jakémkoli čase.

Dvaadvacetiletá dívka Immaculée, která přežila brutální vraždění v africké Rwandě, jednu z nejhorších a nejkrvavějších genocid, jakou svět kdy zažil, píše: *„Jestliže láska dokázala přemoci zlo, které se rozpoutalo ve Rwandě, existuje na světě místo, kde by to nesvedla? Jestliže se díky odpuštění mohla uzdravit srdce rwandských lidí, existuje srdce, které by nemohlo být uzdraveno?“*³¹⁰

³⁰⁷ Srov. AUGUSTYN, J. Psychoterapie a zpověď. In AUGUSTYN, J., OPATRŇ, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 300-302.

³⁰⁸ Srov. OPATRŇ, A. *Pastorační péče o psychicky nemocné*. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2016, s. 112-113.

³⁰⁹ Srov. AUGUSTYN, J. *Vedení Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002, s. 105, 110, 112.

³¹⁰ ILIBAGIZA, I. *Odpustila jsem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 210.

Závěr

Navzdory stále se rozvíjejícím vědním oborům psychiatrie, psychologie a psychoterapie můžeme zaznamenávat nárůst počtu psychicky nemocných. Příčiny duševních nemocí nejsou přesně definovány. Psychologie je objasňuje jako určitou výslednici genetického základu a různých vlivů prostředí – fyzikálních, biochemických, psychologických, sociálních. Z pohledu teologie vidíme navíc spojitost duševní nemoci s hříchem (dobrovolným porušením Božího zákona), který způsobuje narušení vztahu k sobě samému, bližnímu i Bohu. Obnova tohoto narušení je možná, a to skrze odpuštění a smíření.

V úvodu jsme si položili otázku, jakou roli právě téma odpuštění a smíření sehrává v procesu uzdravování duševně nemocného člověka. A zjistili jsme, že jde o roli zcela zásadní, nezastupitelnou.

Každý člověk je totiž bytostí vztahovou. Mezilidské vztahy utvářejí jeho osobnost. Jestliže dojde k narušení kvality těchto vztahů, je ohrožena rovnováha mezi organismem a prostředím, a vzniká tak nemoc. Naprostá většina klientů psychiatrických zařízení přichází z nefungujícího rodinného prostředí, nesou si s sebou mnoho zranění, prožívají zmatek v osobních vztazích. Role muže a ženy, otce a matky se stávají pokřivenými. Mnozí jsou hospitalizováni v důsledku prožitého domácího násilí, úplné ztráty domova, zaměstnání, nemálo lidí hledá řešení svých problémů v droze či alkoholu, je mnoho neusmíření vůči zemřelým. Člověk sám sebe neumí přijmout, ocitá se v nevyčíslitelné škále nejrůznějších vnitřních i vnějších konfliktů. Proto hledá on sám či jeho rodinní příslušníci odbornou psychiatrickou pomoc, ta se týká především akutní fáze duševní nemoci. V postupném procesu uzdravování se nemocnému otevírají další témata, která byla příčinou jeho zranění a která touží s někým sdílet. Je mu nabídnuta pomoc psychoterapie, v současné době je otevřen prostor také duchovnímu doprovázení. Odpuštění a smíření patří k tématům, která pomáhají nemocnému klientu ke změně pohledu na jeho životní situaci a k novému zacílení života. Odpuštění je důležité pro možnost návratu do původního prostředí, protože zvláště duševní nemoc má velký sociální dopad na celou rodinu a okolí nemocného. Na druhé straně pro uzdravení mnoha duševních onemocnění je nutné přerušit či úplně opustit dosavadní vztahy a způsob života, a to bez odpuštění opět není možné. Zdůrazněme, že pro člověka, který je vyznání římskokatolického, má toto téma přímo nenahraditelný význam, protože otevírá cestu k nejvyššímu stupni odpuštění a smíření, a tím je svátost smíření, znamenající obnovení vztahů nejen s lidmi, ale hlavně s milujícím Bohem.

Samotný proces opravdového odpuštění je náročným procesem. Vlastnímu rozhodnutí odpustit často předchází emoční „znovuprožití“ těžkých, bolestných, traumatizujících chvil, kterými člověk prošel a které jsou tu opět živě přítomny. Zraněný sám na toto nestačí, potřebuje pomocnou ruku, kterou mu nabízí vědní obor psychoterapie nebo doprovázení duchovní.

Ptáme-li se, co je nabídnuto při aplikování terapie odpuštěním duševně zraněnému člověku v kontextu psychoterapie, zjistíme, že v České republice téma odpuštění zůstává pouze okrajovým, v zahraničí jsou modely odpuštění daleko dříve a více rozpracovány a používány. Vlastní jádro procesu odpuštění v kontextu psychoterapie lze charakterizovat jako radikální změnu, a to změnu zaměřenou na odpuštění místo na odplatu. Pozitivní psychologie zdůrazňuje snahu snížit hodnotu negativních myšlenek a negativního hodnocení toho, co je chápáno jako křivda, urážka, přitom ale nepopírat, nepředstírat, že se nic nestalo nebo že řešením je zapomenutí. Jakýmsi vyvrcholením celé terapie odpuštěním je metoda psaného dopisu či metoda prázdné židle, během níž si klient má uvědomit, co chce, aby druhý slyšel, a co chce od něho slyšet on sám. Je zřejmé, že psychoterapie má své hranice, až kam může či chce jít.

V duchovním doprovázení na rozdíl od psychoterapie nejde o dosažení požadované změny nějakou technikou. Je to Bůh sám, který doprovázejícího obdarovává milostí pomáhat doprovázenému ke spolupráci s proměňujícím Božím působením. Podobně jako v psychoterapii i zde osobnost doprovázejícího sehrává důležitou roli. Vztah mezi Bohem a člověkem nelze rozkouskovat na jeho přirozenou a nadpřirozenou část, proto vztah doprovázejícího k doprovázenému zahrnuje souběžně všechno lidské.

Podstata odpuštění a smíření v kontextu duchovního doprovázení vychází z víry, že jedině Boží milosrdná láska a zdarma nabízená milost odpuštění může proměnit celý vnitřní svět nemocného. Všechno napětí a rozpory mezi ideály ducha a žádostmi těla uvnitř lidské bytosti nelze vyřešit přirozeným způsobem, je to Kristus se svým dokonalým lidstvím a dokonalým božstvím, který svou smrtí na kříži realizoval úplnou, dokonalou nápravu. Jako Vykupitel obnovuje hříchem porušený obraz v člověku, aby tak člověk mohl opět dojít svého zpodobnění s Bohem. Odpuštění svou nejhlubší podstatou je vítězstvím nad zlem hříchu, protože odpustit znamená zříci se vlastní spravedlnosti a svůj spor vydat do vyšších – Božích rukou. Tím je překonána destruktivní síla zla, negativní svazující pouto je „přestřiženo“ pro vítězství pokoje. Člověk získává nový pohled a pochopení stávajících věcí, vymaňuje se

z falešných představ a závěrů, sám je otevřen pro znovuzrození. Odpuštění je spasitelné, tvoří nové srdce. Účelem odpuštění není změnit druhého člověka, ale tím, kdo se mění, je člověk sám – jeho postoje, jeho myšlenky, jeho chování.

Odpuštění v sobě nese proměňující účinky hlavně v oblasti emoční, volní a duchovní. Je dynamikou vnitřních proměn, od smutku k radosti, od nenávisti k lásce, od pýchy k pokoře, od zoufalství k naději. Tato dynamika nového srdce se projevuje v nejrůznějších úrovních – ať už je to ochota omluvit se, hlubší úroveň je prosba o odpuštění nebo i darování odpuštění bez odezvy druhé strany. Dalším stupněm je smíření coby „setkání dvou tváří, tváří v tvář“, a vrcholem celé dynamiky, která může vést až k vnitřnímu uzdravení, je setkání s Milosrdnou Láskou ve svátosti smíření.

Z celého bohatství odpuštění v rovině duchovního doprovázení mohou čerpat všichni klienti, záleží na osobním rozhodnutí a otevřenosti nemocného, kam až chce v uzdravování svých vztahů dojít. Svátost smíření může být však nabídnuta pouze klientovi římskokatolického vyznání, protože jde o obnovu synovského vztahu s Bohem – Otcem.

Naprostou jednoznačnou odpověď jsme našli na poslední položenou otázku - zda může být svátost smíření srovnatelná s psychoterapií.

Svátost smíření nelze nahradit žádnou psychoterapií. Psychoterapeut učí na lidskou vinu pouze nahlížet. On nemůže dát člověku to, co kněz, člověk od něho nemůže odcházet s pocitem, že je viny zbaven. Svátá zpověď vykonaná prostřednictvím kněze je jednáním Krista a Jeho milosrdné lásky. Definitivně zahladit vinu může jedině Kristus. Žádný člověk, a tím spíše duševně nemocný člověk, by neměl přestat pracovat na svém srdci, neměl by přestat hledat svou pravdivou identitu. A to není možné bez vyznání viny a bez odpuštění. Plody zpovědi jsou nadpřirozeného a duchovního rázu, ale duchovní uzdravení přináší následně i uzdravující vliv na lidskou psychiku – uzdravení z hněvu, úzkostí, pocitů viny, strachu. Svátost smíření tak pomáhá k nabytí emocionální rovnováhy, pomáhá také novým způsobem objevit hodnotu života, hodnotu mezilidských vztahů, sebeúcty, člověk získává odvahu znovu žít, čelit obtížným výzvám, pochopit smysl prožité krize.

Duševně nemocný člověk nejvíce touží po pokoji v duši. Fenomén odpuštění a smíření je cestou k dosažení pravého, trvalého pokoje. Je štěpem, který by měl být naroubován do bolesti každého života, s nímž se v psychiatrickém zařízení setkáváme.

Seznam použitých zdrojů

Prameny:

ANGE, D. *Odpuštění – pramen uzdravení*. Praha: Paulínky, 2005. ISBN 80-86025-84-5. 182 s.

AUGUSTYN, J. *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2013. ISBN 978-80-7195-683-9. 131 s.

AUGUSTYN, J., OPATRNÝ, A. *Umění zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-116-2. 309 s.

BARRY, W. A., CONNOLLY, W. J. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7195-217-6. 223 s.

BAŠTECKÁ, B, GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-550-4. 436 s.

BOUBLÍK, V. *Teologická antropologie*. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. ISBN 80-7195-059-9. 191 s.

CENCINI, A. *Život v usmíření*. 2. vyd. Praha: Paulínky, 2008. ISBN 978-80-86949-42-0. 165 s.

CORETH, E. *Co je člověk*. Praha: Zvon, 1994. ISBN 80-7113-098-2. 211 s.

JANKÉLÉVITCH, V. *Odpuštění*. Praha: Mladá fronta, 1996. ISBN 80-204-0551-8. 218 s.

JAN PAVEL II. *Reconciliatio et paenitentia. O smíření a pokání v dnešním poslání církve*. Praha: Zvon, 1996. ISBN 80-7113-158-X. 93 s.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Pozitivní psychologie*. 3. vyd. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0978-2. 195 s.

LACHMANOVÁ, K. *Vězení s klíčem uvnitř*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2012. ISBN 978-80-7195-594-8. 148 s.

MATTA EL-MESKIN. *Starý a nový člověk v nás*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015. ISBN 978-80-7195-774-4. 135 s.

STEHLÍKOVÁ, M. *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého, Filozofická fakulta, 2012.

VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-496-6. 444 s.

VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN 80-247-0253-3. 264 s.

Literatura:

ALTRICHTER, M. *Příručka spirituální teologie*. Olomouc: Refugium, 2007. ISBN 978-80-86715-00-1. 141 s.

ALTRICHTER, M. *Vyprávění o Desateru*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2014. ISBN 978-80-7412-153-1. 98 s.

AUGUSTYN, J. *Kde jsi, Adame?* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1998. ISBN 80-7192-359-1. 293 s.

AUGUSTYN, J. *Svatost smíření*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-532-2. 93 s.

AUGUSTYN, J. *Vedení Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002. ISBN 80-7192-759-7. 188 s.

BARBARIČ, S. *Dej mi své raněné srdce*. 2. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2005. ISBN 80-238-3153-4. 77 s.

BENNER, D. G. *Dar být sám sebou*. Praha: Návrat domů, 2014. ISBN 978-80-7255-325-9. 98 s.

BIBLE. *Písmo svaté Starého a Nového zákona*. Český ekumenický překlad. 13. vyd. Praha: Česká biblická společnost, 2007. ISBN 978-80-85810-55-4. 1387 s.

BOUČEK, J. a kol. *Obecná psychiatrie*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001. ISBN 80-244-0240-8. 216 s.

CALDÉLARI, H. *Odpuštění, pramen života. Proč a jak se zpovídat*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1998. ISBN 80-7192-308-7. 55 s.

CASARJIAN, R. *Odpuštění – odvážná volba k dosažení klidu v srdci*. Praha: Erika, 1994. ISBN 80-85612-63-1. 230 s.

CUSKELLY, E. J. *Současná spiritualita. Duchovní život z hlediska moderní psychologie*. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994. ISBN 80-85527-70-7. 263 s.

DE FIORES, S., GOFFI, T. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-338-9. 1295 s.

Dokumenty II. vatikánského koncilu. Gaudium et spes. Pastorační konstituce o církvi v dnešním světě. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002. ISBN 80-7192-467-9. 603 s.

Dokumenty II. vatikánského koncilu. Lumen Gentium. Věřoučná konstituce o církvi. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002. ISBN 80-7192-467-9. 603 s.

DOUGLAS, J. D. *Nový biblický slovník*. Praha: Návrat domů, 1996. ISBN 80-85495-65-1. 1243 s.

FELDMANN, H. *Kompendium lékařské psychologie*. Praha: Victoria Publishing, a. s., rok neuveden. ISBN 80-85605-67-8. 205 s.

FRANKL, V. E., PINCHAS, L. *Bůh a člověk hledající smysl*. Brno, Cesta: 2011. ISBN 978-80-7295-137-6. 109 s.

GUARDINI, R. *Dobro, svědomí a soustředování*. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 1999. ISBN 80-7021-328-0. 64 s.

GUARDINI, R. *O živém Bohu*. Praha: Vyšehrad, 2002. ISBN 80-7021-606-9. 89 s.

GUIBERT, J. *Přijď tvé milosrdenství*. Praha: Paulínky, 2016. ISBN 978-80-7450-219-4. 303 s.

CHAPMAN, G., THOMASOVÁ, J. *Když promiň nestačí*. Praha: Návrat domů, 2013. ISBN 978-80-7255-294-8. 150 s.

ILIBAGIZA, I. *Odpustila jsem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-383-8. 215 s.

IVANČIČ, T. *Zůstaňte ve mně, a já ve vás*. 3. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1996. ISBN neuveden. 125 s.

IVANČIČ, T. *Život ze síly ducha a modlitby*. 3. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2005. ISBN 80-7266-214-7. 197 s.

JAN PAVEL II. *Dives in misericordia. Encyklika o Božím milosrdenství*. Brno: Kartuziánské nakladatelství, 2008. ISBN 978-80-86953-21-2. 57 s.

JAN PAVEL II. *Veritatis splendor. Encyklika o základech morálního učení církve*. Praha: Zvon, 1994. ISBN 80-7113-114-8. 133 s.

JOBÁNKOVÁ, M. a kol. *Kapitoly z psychologie pro zdravotnické pracovníky*. 2. vyd. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002. ISBN 80-7013-365-1. 225 s.

KAŠPARŮ, M. *Malý kompas víry*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2001. ISBN 80-7266-072-1. 101 s.

KAŠPARŮ, M. *O zemi beze studu*. Brno: Cesta, 2015. ISBN 978-80-7295-197-0. 152 s.

KAŠPARŮ, M. *Základy pastorální psychiatrie pro zpovědníky*. Brno: Cesta, 2002. ISBN 80-7295-031-2. 153 s.

Katechismus katolické církve. 2. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002. ISBN 80-7192-473-3. 793 s.

KELLER, T. *Marnotratný Bůh*. Praha: Triton, 2011. ISBN 978-80-7387-418-6. 127 s.

KODET, V. *Hledám tvou tvář*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011. ISBN 978-80-7195-570-2. 93 s.

KOPPOVÁ, J. *Izraelští proroci*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-507-1. 216 s.

KOWALSKÁ, F. *Deníček*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-531-4. 671 s.

KŘIVOHLAVÝ, J. *O odpouštění s Jaro Křivohlavým*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004. ISBN 80-7192-928-x. 87 s.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Pastorální péče*. Praha: Oliva, 2000. ISBN 80-85942-42-9. 177 s.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002. ISBN 80-247-0179-0. 200 s.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 3. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4. 279 s.

KUNETKA, F. *Liturgika. Úvod do liturgie svátostí*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-455-5. 351 s.

MADINGER, H. *Vrát' se*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-529-2. 136 s.

MERTON, T. *Duchovní vedení a rozjímání*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-225-0. 71 s.

MEZINÁRODNÍ TEOLOGICKÁ KOMISE. *O některých otázkách eschatologie*. Olomouc: Refugium Velehrad-Roma, 2008. ISBN 978-80-7412-004-6. 103 s.

MOLINIÉ, M. D. *Odvaha mít strach*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2005. ISBN 80-7192-909-3. 226 s.

NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. 1. vyd. Praha: Management Press, Profit, a.s., 1993. ISBN 80-85603-34-9. 232 s.

Obřady pokání. Praha: Česká liturgická komise, 1982. ISBN neuveden. 208 s.

OPATRNÝ, A. *Pastorace svátostí*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015. ISBN 978-80-7195-799-7. 159 s.

OPATRNÝ, A. *Pastorace zvláštních skupin*. Červený Kostelec: nakladatelství Pavel Mervart, 2014. ISBN 978-80-7465-116-8. 196 s.

OPATRNÝ, A. a kol. *Pastorační péče o psychicky nemocné*. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2016. ISBN 978-80-7195-995-3. 159 s.

PAPEŽ FRANTIŠEK. *Zkaženost a hřích*. Praha: Paulínky, 2014. ISBN 978-80-7450-122-7. 63 s.

PFEIFER, S. *Slabé nésti*. 1. vyd. Ostrava: JUPOS, 1995. ISBN 80-85832-03-6. 221 s.

PLANTE, T. G. *Současná klinická psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2001. ISBN 80-7169-963-2. 444 s.

POLI, O. *Můj život beze mne*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2014. ISBN 978-80-7195-607-5. 206 s.

POSPÍŠIL, C. V. *Ježíš z Nazareta, Pán a Spasitel*. 4. vyd. Praha: Krystal OP a Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-394-4. 462 s.

PROCHASKA, J. O., NORCROSS, J. C. *Psychoterapeutické systémy*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-766-4. 480 s.

RATZINGER, J. *Bůh a svět*. 2. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2005. ISBN 80-7364-008-2. 313 s.

ŘÍHA, K. *Zrození ducha*. Praha: Vyšehrad, 1998. ISBN 80-7021-288-8. 240 s.

SALVODI, V. *Bůh je větší než tvé srdce*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-201-5. 143 s.

SIMAJCHL, L. *Jak se zpovídat*. Vranov nad Dyjí: A.M.I.M.S., 2015. ISBN neuveden, 23 s.

SMÉKAL, V. *Psychologie duchovního života*. Brno: Cesta, 2017. ISBN 978-80-7295-221-2. 131 s.

SOKOL, J. *Filosofická antropologie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-627-6. 222 s.

SZABO, M. *Zpověď? NE!* Brno: Cesta, 2015. ISBN 978-80-7295-193-2. 123 s.

ŠPIDLÍK, T. *Vnitřně zakoušet*. Olomouc: Refugium, 2009. ISBN 978-80-7412-028-2. 391 s.

TUMINO, S. *Ježíš uzdravuje tvé srdce. Cesta od smutku k radosti*. Praha: Paulínky, 2011. ISBN 978-80-7450-017-6. 124 s.

TUMINO, S. *Odpustit otci i matce*. Praha: Paulínky, 2014. ISBN 978-80-7450-143-2. 63 s.

VELLA, E. *Ježíš - lékař těla i duše*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. ISBN 978-80-7192-851-5. 351 s.

VELLA, E. *Uzdrav mě, Pane*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011. ISBN 978-80-7195-521-4. 110 s.

VELLA, E. *Zakotvit svůj život v Bohu*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1999. ISBN 80-7266-028-4. 138 s.

VONDRÁČEK, V. *Úvahy psychologicko-psychiatrické*. 2. vyd. Praha: Avicenum, 1981. ISBN neuveden. 228 s.

VYBÍRAL, Z., ROUBAL, J. *Současná psychoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-682-7. 744 s.

VYMĚTAL, J. *Základy lékařské psychologie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. ISBN 80-901601-3-1. 185 s.

ZEMAN, J., ŠRAJER, J., KOTVRDA, J. *Doprovázení mladých manželů ke zralému vztahu*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2015. ISBN 978-80-7195-578-8. 119 s.

Seznam použitých zkratk

Zkratky biblických knih

Názvy biblických knih, včetně jejich zkratk, jsou citovány dle užívání v českých liturgických knihách.

Ostatní zkratky

aj.	a jiné
č.	číslo
čl.	článek
odst.	odstavec
resp.	respektive
s.	strana
srov.	srovnej
z řeč.	z řečtiny
NEST	New Experience for Survivors of Trauma (Nová zkušenost pro ty, kdo přežili trauma)
WHO	Světová zdravotnická organizace

Anotace

Jméno a příjmení autora:	Pavla Chudíková
Instituce:	Univerzita Palackého v Olomouci Cyrilometodějská teologická fakulta Katedra pastorální a spirituální teologie
Název práce:	Fenomén smíření a odpuštění v procesu uzdravování duševně nemocného člověka
Vedoucí práce:	Mgr. Marta Cincialová, Th.D.
Počet stran:	90
Rok obhajoby:	2018
Klíčová slova:	duševní nemoc, odpuštění, smíření, svátost smíření

Tato diplomová práce proniká do nejhlubší podstaty fenoménu odpuštění a smíření, odkrývá význam tohoto tématu pro uzdravení duševně nemocného člověka. Proces odpuštění a smíření zkoumá jak v kontextu psychoterapie, tak v kontextu duchovního doprovázení. Nejvyšším stupněm odpuštění a smíření je svátost smíření.

Annotation

Name and surname: Pavla Chudíková

Institution: Palacký University Olomouc
St. Cyril and Methodius Faculty of Theology
Department of Pastoral and Spiritual Theology

Title of the thesis: The phenomenon of forgiveness and reconciliation
in the healing process of a mentally ill person

Supervisor: Mgr. Marta Cincialová, Th.D.

Number of pages: 90

Year of exam: 2018

Key words: mental illness, forgiveness, reconciliation, The Sacrament
of Penance and Reconciliation

This thesis reveals the very essence of the phenomenon of forgiveness and reconciliation, revealing the importance of this theme for the healing of a mentally ill person. The process of forgiveness and reconciliation is examined both in the context of psychotherapy and in the context of spiritual accompaniment. The highest supremacy of forgiveness and reconciliation is The Sacrament of Penance and Reconciliation.