

# Jak žít sám se sebou

## Sebeovládání

David Novák

Videozáznam

Sebeovládání | David Novák

### Otázky

- 1 V čem v oblasti sebeovládání nejvíc zápasíš (pokud v něčem)?
- 2 Jaká je moje vnitřní zahrada? Nezarůstá plevelem? Jak o ní pečuješ?
- 3 Jak bych o ní chtěl pečovat? Co bych chtěl změnit?
- 4 Jak se zbavit neustálého spěchu?  
Je to vždy je kvůli okolnostem a jak to souvisí se sebeovládáním?
- 5 Kde vidím, že bych potřeboval změnu? Jaký chci udělat první krok?
- 6 Jaká je jedna klíčová myšlenka z tohoto studia?

### Kázání

Příslaví 25,28 **Město se strženými hradbami je muž, který se neovládá.**

Příslaví 16,32 **Lepší je shovívavý než bohatýr, a kdo ovládá sebe, je nad dobyvatele města.**

Galatským 5,22 **Ovoce Božího Ducha však je láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrota, věrnost, tichost a sebeovládání. Proti tomu se zákon neobrací.**

Spejbl **Hurvajs, musíš si umět poručit.**

Hurvínek **Což o to taťuldo, já bych si poručil, ale já se neposlechnu...**

S Danielou se rádi jezdíme podívat na různé hrady. Důvodem, proč lidé chodí na hrad je podívat se, co se skrývá uvnitř jeho zdí. Většinou je tam nějaká sbírka, něco cenného atd. Jenže samotné slovo hrad je odvozeno od toho, kvůli čemu se na hrad většinou nechodí – od slova hradba. Ukazuje to na důležitost této části hradu, kdy hradba chrání to, co je uvnitř. Třeba poklad, cennosti, důležité lidi. Když se probořily hradby, vše co bylo uvnitř se stalo velmi zranitelným a vydaným na pospas nepřátelům.

Zajímavé je, že stejný obraz vidíme v knize Přísloví. Člověk, který se přestane ovládat je podobný hradu, který nemá hradby. Jinými slovy je zranitelný, je vystavený nebezpečí, i a to, co chránil, na čem pracoval, to, co budoval a hlavně to, co do něj Pán Bůh vložil, se může ztratit, zničit nebo to nepůjde vytvořit. Jenže jak funguje v duchovním životě? V následování Krista? O sebeovládání usiloval modrý život, kdy cílem bylo ovládnout se, třeba ranním sprchováním se. Jenže následování Krista není modrý život. Jak to tedy je?

Když srovnáme člověka a zvíře, pak jedním z rozdílů by měla být schopnost ovládnout se. Pes, když vidí maso, pak i když je nažraný, tak po něm chňapne nebo začne slintat. Člověk, pokud je najedený, tak by se měl na rozdíl od psa ovládnout a po mase nechňapnout a už vůbec by neměl slintat. Tedy člověk na rozdíl od zvířete má mít schopnost ovládnout svoje okamžité touhy čímž není řečeno, že jim nikdy nemá dát průchod, ale má je regulovat. Otázka je, co je na tom křesťanského? Je mnoho kurzů, které učí, jak se zdokonalit a všechny tyto kurzy mají více či méně v popisu, že aby se člověk zdokonalil, musí se naučit se v něčem ovládat, tedy něco si odřící a většinou si odřící něco příjemného. Pokud chceme shodit váhu, musíme si odřící nějaké jídlo nebo/a musíme se překonat a začít se pohybovat. Nejíst nebo jíst jen něco a pohybovat se není příjemné, ale je to cesta k zhubnutí. Jenže opět je tu otázka – co je na tom křesťanského? Proč to tahat na kazatelnu? Proč je to v Bibli? Možná by někdo namítl, že je to v knize Přísloví, což je do jisté míry určitá sbírka aforismů, nebo pořekadel, které najdeme občas i literatuře pohanské. Jenže sebeovládání je i jedno z ovoce Ducha. Proč? Chápeme to u sportu, ve škole, v učení se novým dovednostem, v odříkávání si nedobrych věcí, ale proč se to plete do víry?

S. Peck napsal, že duchovní růst je plný úsilí. Myslím, že velmi dobře shrnul odpověď na otázku, které jsem nadhodil. Nejen učení se nových slovíček, cvičení, ale i duchovní růst je spojený s úsilím. Uvedu dva negativní a dva pozitivní příklady z Písma.

Samson – Bůh mu dal dar síly, kterou mohl využít a několikrát využil v boji proti největším nepřátelům Izraele té doby – proti Pelištejcům – jenže ho zničilo, že se neovládal, konkrétně že neovládl svůj vztah k ženám. Jidáš – neovládl svůj vztah k penězům a nechal se uplatit, aby zradil Krista. Jednou sex, podruhé peníze. Ani jedno není špatné, pokud se to nevymkne z břehů nebo v kontextu našeho textu, pokud tyto ale i další vlastnosti nepřestaneme ovládat. V obou případech vidíme, že tyto oblasti ovládli Samsona a Jidáše nebo slovy Přísloví prorazily určité hradby a zničili to, co v nich bylo dobré.

Nyní dva pozitivní příklady. Ježíš než jde na kříž velmi upřímně řekne slova Je-li to možné, odejmi ode mě tento kalich. Jinými slovy moje vůle je vyhnout se bolesti, ale ne moje vůle se staň...

Pavel – ranami nutím své tělo ke kázní, abych když kážu jiným, sám neselhal. Navíc tento verš Pavel spojuje s následujícím textem: Každý závodník se podrobuje všestranné kázní. Oni to podstupují pro pomíjitelný věnec, my však pro věnec nepomíjitelný. (1 Kor 9, 25)

Nevíme, o co u Pavla přesně šlo, ale protože svůj obraz spojuje se sportem a kázní, tak o sebeovládání nepochybně šlo.

Jednou z charakteristik, jak jsme stvořeni je, že to, co za něco stojí nejde samo. Jsou lidé, kteří sice hrají, na co sáhnou, ale pokud chtějí být virtuosové, musí se snažit. Jsou lidé, kterým jde každý sport, ale pokud chtějí být nejlepší, musí se snažit. Můžeme se zamilovat, může o nás platit, že jsme si souzení, že si fantasticky rozumíme, ale přijdou chvíle, kdy se budeme muset snažit vztah zachovat a budeme o něj muset bojovat. V každé činnosti dojdeme do bodu, kdy musíme zapnout vůli, kdy si musíme něco odřící, kdy musíme něčemu říci ano nebo ne byť se nám nechce. Platí to ale v duchovním životě? A pokud ano, jak to udělat a o co jde?

Existuje cosi jako duchovní střed nebo zahrada. Když je tato zahrada udržovaná, nepronikne do

ní shon, hluk a zmatek. Pokud jí neudržíme, rychle se zaplevelí. Co ale znamená duchovní zahradničení? Jedná se o obdělávání duchovní půdy. Zahradník půdu kypří, obdělává, vytrhává plevel a dělá to proto, aby se nakonec něco zdravého urodilo. Někteří toto označují pro duchovní disciplíny. Četl jsem následující myšlenku: „*K tomu, abychom byli s Bohem nepotřebujeme být v kostele. Děláme si kapli ze svého srdce, kam se můžeme čas od času uchýlit abychom s Pánem měli klidné a láskyplné společenství. Někdo více, někdo méně, on zná naše schopnosti. Dejme se do toho. On jen čeká na naše upřímné rozhodnutí. Odvahu. Máme jen krátký čas života.*“ Je třeba, abychom svoji zahradu nenechali zpustnout, a to nejde bez jistého úsilí.

Jak bylo řečeno existují tzv. duchovní disciplíny, jako je modlitba, půst, samota, chození do společenství, služba, psaní diáře, četba duchovní literatury, zpověď, střídmost atd. Některé se týkají toho, něco si odříci, jiné naopak něco dělat. Některé se týkají kázně mysli, některé kázně těla. Tyto a některé další duchovní disciplíny z nás neudělají automaticky lepšího nebo duchovnějšiho člověka, ale mohou nám pomoci lépe následovat Krista. V modrém životě nebo v jiných zkouškách sebeovládání je cílem ovládnout se, lépe se soustředit, meditovat atd. V křesťanství se jedná jen o prostředek, který nás sám o sobě nezmění. Jde o to, že naše tělesnost, která se projevuje leností, roztěkaností, nesoustředěností, ztrátou ovládání se

v některých oblastech, přílišným mluvením atd. potřebuje nastavit hranice nebo slovy přísloví hradby. A ty se nenastaví sami, musíme tomu pomoci. Toto z nás neudělá lepšího křesťana, postí se i nevěřící, meditují všechny náboženství, ale pokud tyto disciplíny konáme se změřením na Krista a s jeho pomocí, nebo pokud svoji duchovní zahradu obděláváme se změřením na Krista a s jeho pomocí mohou nám být pomoci.

Pokud žijeme ve spěchu, v neustálém stresu, pudově, neuspořádaně, musí se to zákonitě projevit i duchovním životě. Nebo ještě jinak – pokud můj život je v chaosu, bude v chaosu i můj duchovní život, bude trpět můj vztah s Pánem Bohem, odrazí se to na mém následování Krista.

Otázka je, jak něco změnit. Myslím, že pokud se chceme v duchovním životě posunout, je třeba si vytvořit určité návyky. Učme se některé duchovní disciplíny praktikovat nezávisle na tom, jak se nám do toho bude chtít, nebo nebude. Ještě jednou zopakuji některé duchovní disciplíny - modlitba, půst, samota, chození do společenství, služba, psaní diáře, četba duchovní literatury, zpověď, střídmost.

Možná namítnete, že o duchovních disciplínách se nepíše v Bibli. O mnohých ne. Jenže se jedná o zkušenosti mnoha moudrých křesťanů, kteří nám v mohou být příkladem.

Pokud nechceme žít jen pudově, pokud chceme svůj duchovní život podřídit určitému řádu je třeba nějakou motivaci – tedy nějakou sílu, která nás potáhne dopředu, která nám dá vůli správně se rozhodnout i když se nám nebude chtít, i když naše pocity se budou vzpírat. Ona motivace je následovat Krista v každé situaci a hledat prostředky jak toho docílit.

# Hlídat si své srdce

Martin Běle

Videozáznam  
Hlídat si srdce | Martin Běle

## Otázky

- 1 Jakým způsobem se snažíš chránit své srdce (své vnitřní já)? Máš nějaké dobré zvyky?**
- 2 Neodpuštění patří mezi nejhorší jedy, které ničí naše srdce. Daří se ti odpouštět lidem, kteří ti nějak ublížili?**
- 3 Dalším jedem je srovnávání se s druhými. Z něj často pramení závist nebo pocit nadřazenosti. Máš s tím nějakou zkušenost?**
- 4 Má na tebe osobně něco, co pouštíš do srdce špatný vliv? Třeba filmy, hudba, někteří lidé, nějaká zábava. Jak se s tím vypořádáváš?**
- 5 Naše nové srdce může být zdravé jen pod vlivem Ducha svatého. Apoštol nabádá: Žijte z moci Ducha svatého, a nepodlehnete vaší přirozenosti (starému srdci). Máš konkrétní zkušenosti s tím, jak dáváš prostor Duchu svatému? Jak se ti to daří?**

## Kázání

Přátelé, pokračujeme v naší sérii „Jak žít sám se sebou“.

Dnešní text najdeme v knize Přísloví. Je to jen jeden kratičký verš a zní takto: "**Především střež a chraň své srdce, vždyť z něho vychází život**" (4,23).

Naším tématem je právě ona výzva: střež a chraň své srdce. A my dobře víme, že na zdraví srdce závisí náš život.

Tak teď bych mohl pozvat sem dopředu někoho z lékařů, aby nám něco o srdci člověka pověděl a povzbudil nás ke zdravému způsobu života a mohli bychom jít domů.

Ale je nám jasné, že nepůjde až tak o onen sval, který máme pod hrudním košem.

O srdci se v Bibli mluví velice často. Někde jsem četl, že snad až 850x. To naznačuje, jak je to důležité. Ono totiž něco symbolizuje - na něco ukazuje - něco reprezentuje. Víte co to je?... „**naše já**“. Nás samé. Když Bible mluví o lidském srdci, často tím myslí člověka samotného. A ještě konkrétněji - myslí tím - toho nejvlastnějšího člověka - **to nejvlastnější lidské „já“**. Jakýsi středobod člověka. Něco, co je hluboko v nás, co určuje - kým jsme.

Srdce je v to biblickém smyslu je centrem nejen emocí, ale také, a možná především myšlení a vůle. V srdci - tam někde hluboko v nás - se rodí naše přesvědčení, vládne tam láska nebo naopak nenávist nebo lhostejnost, a také se tam rodí rozhodnutí. Tam se rozhodujeme pro dobré ale i pro špatné.

Když tedy Bible mluví o srdci lidském - myslí tím naše „já“ v té nejryzejší podobě.

A podle knihy Přísloví je třeba toto srdce chránit. O tom tedy dnes bude řeč.

A hned to první, co chci dnes zmínit je to, že srdce každého člověka je nějak nemocné, něčím zatížené.

Kdybychom teď mluvili o tom orgánu, který chrání nás hrudní koš, pak bychom jistě hledali pomoc u kardiologa - diagnostika, který by srdce dokonale prozkoumal a navrhl možnost léčby.

Když ale mluvíme o nemocném srdci v tom přeneseném významu, pak nás nejspíš napadne, že můžeme hledat pomoc u psychologa. A psycholog - terapeut jistě bývá dobrou pomocí.

Ale je zde ještě někdo, kdo lidské já zná mnohem lépe než je známe my případně psychologové. A zná každého z nás, do takových hlubin, že o nich nemáme ani páry... Ten někdo, jak víme, je Bůh. On zná každého z nás. Zná všechna tajemství naší duše i našeho nejhlubšího „já“.

A co více, nenechává si to pro sebe. Když čteme Písmo a nasloucháme Božímu Slovu, pak můžeme své srdce poznávat, a kdoví, třeba mu i porozumět porozumět.

V listu Židům čteme:

***Slovo Boží je živé, mocné a ostřejší než jakýkoli dvousečný meč; proniká až na rozhraní duše a ducha, kostí a morku, a rozsuzuje touhy i myšlenky srdce.***

**Žd 4,12 Boží Slovo je tedy schopné dostat se do těch nejhlubších míst našeho srdce. Někdy to jeho ostří bolí, jindy přináší úlevu, ale vždy je to pravdivé a uzdravující.**

No a co tedy v těch hlubinách našeho srdce objevuje? V proroctví Jeremiášově čteme jednu těžkou diagnózu srdce člověka.

Víte jakou? Víte, co mají všechna lidská srdce společné?

Poslechněte si to:

**Jeremjáš 17,9 Nejúskočnější ze všeho je srdce a nevyléčitelné. Kdopak je zná?**

Naše „já“ mé i tvé „já“ je úskočné? Dokonce nejúskočnější? A je nevyléčitelné? To přece musí být omyl. Možná občas uděláme něco špatného, ale jinak to přece s námi tak špatné není! Copak je naše srdce úskočné?.....

Ano. Naše srdce je úskočné, rafinované a lstivé... To říká Bible. To je Boží diagnóza.

Přiznám se, že mě zaujalo to slovo úskočné. Když je někdo úskočný, tak je vlastně nevyzpytatelný. Nedá se na něj spolehnout. Můžeme od něj čekat podraz. A já jeden takový podraz lidského srdce zmíním.

My všichni jsme stvořeni k Božímu obrazu, tedy k tomu, abychom žili v harmonickém soužití s Bohem i lidmi a pečovali o svět, který nám byl svěřen do správy. Jsme stvořeni k dobru. Bůh při stvoření viděl, že to bylo dobré...

Tuto touhu po dobru v sobě máme někde hluboko zakořeněnou. Ale do toho našeho srdce se, tak jako do softwaru v počítači, dostal nějaký škodlivý virus.

**Takže i když máme tu touhu po Bohu a po dobru v sobě ukrytou, naše srdce nás neodolatelně táhne úplně někam jinam.**

Chce jí uspokojit **něčím jiným**. Dělá vše proto, abychom byli slepí a neviděli Boží dílo, zacpává nám uši, abychom neslyšeli Boží hlas. Vede nás kamkoliv, jenom ne tam, kde bychom se mohli potkat s Bohem.

### **A zvláštní je, že to vše dělá, protože se má rádo.**

Ted' si možná říkáte: „na tom není nic špatného, mít se rád“. To je naopak velice žádoucí mít se rád. Ale naše srdce tu dobrou lásku k sobě – zdravé sebevědomí a sebezřetivost, uvědomujícím si své dary i svá omezení, mění na sebelásku, sebestřednost a sobectví.

Místo zdravé lásky k sobě, volí její falešnou sestřenicí - sebelásku.

Řeknu to jinak. Naše srdce nám říká: „Měj se rád – a tak pro sebe urvi, co můžeš.“. Peníze, moc, cizí postel... Je toho mnoho, co nám naše úskočné srdce nabízí.

Někoho jeho vlastní srdce vede do lenosti, zatímco srdce druhého vede do workoholismu. Často nás táhne do různých závislostí – a to vše ve jménu sebelásky. Ta úskočnost našeho srdce je v tom, že ve jménu „dobrého“ pro nás, nás naše já ničí a vede do marnosti a záhuby.

Pokud budeme poslouchat své úskočné srdce, potom si možná život užijeme, možná dosáhneme pozoruhodných výsledků, prosadíme se v zaměstnání a ve společnosti, vyděláme prachy, sjezdíme celý svět, ale ve skutečnosti svůj život promarníme.

Bůh nás zná dokonale. Tedy mnohem lépe než známe sami sebe a vyplatí se, brát vážně, co říká a jakou diagnózu stanovuje našemu srdci. A říká: Pozor, tvé srdce je úskočné a vede tě do záhuby.

Apoštol Pavel píše: **Touhy lidské přirozenosti směřují proti Duchu Božímu, a Boží Duch proti nim. Jde tu o naprostý protiklad, takže děláte to, co dělat nechcete.**

A pak o těch touhách můžeme číst, jak se projevují na venek: **nečudnost, nečistota, bezuzdnost, modlářství, čarodějství, rozbroje, hádky, žárlivost, vášeň, podlost, rozpory, rozkoly, závist, opilství, nestřídmost a podobné věci.**

To všechno jsou už ty viditelné projevy toho, že nám vládne naše úskočné srdce!

Tak a ted' co s tím? Co s naším nemocným, úskočným srdcem?...

Prorok Jeremiáš říká, že je nevléčitelné. A je to tak, my sami naše srdce uzdravit nemůžeme. Dobrá zpráva pro nás všechny je, že to může Bůh. Co člověk nedokáže, to dokáže Bůh. Kdo jste vydali svůj život Bohu, tak o tom můžete říct mnoho. Bůh uzdravuje naše já. Léčí je z tvrdosti a úskočnosti, léčí jej z toho neustálého a přitom marného hledání uspokojení.

Proto má rada každému, kdo to ještě neudělal je: Vydej svůj život - vydej své srdce Bohu, aby ON v něm přebýval, a on ti srdce uzdraví. Protokol dokonce píše, že ti dá ti **nové srdce**.

Bůh tedy nejen stanovuje diagnózu, ale také navrhuje účinnou léčbu. Na nás jen chce, abychom se k němu celým svým srdcem obrátili a přijali od Něho přijali nový život.

On se nedívá na to, kolik hříchů k němu neseme. Nedívá se na to jak moc je naše srdce úskočné a nemocné. To všechno dobře ví a nebrání mu to, aby nás měl rád.

Toto nové srdce – je živé z Ducha svatého – je sice stále náchylné ke zlu, ale už není nevléčitelně úskočné. A hlavně, pokud dovolíme BOHU, aby v něm vládl a působil, pak máme tu nejlepší prevenci a léčbu našeho srdce, jakou můžeme mít.

Tak každému, kdo to ještě neudělal velice naléhavě vyzývám: Obratťe se k Bohu a přijmĕte jeho lĕčbu. Tedy obratťe se ke Kristu, přijmĕte Boží milost a odpuštĕní a začnĕte ťivot s nĕm...

Tak, řekl jsem, ťe i to nové srdce je nĕchylnĕ ke zlu. Nĕnĕ nĕvylĕčitelnĕ ťskoĕnĕ, ale kaťdĕ bychom asi mohli dlouze povĕdat o tom, jak to zlo nĕs dovede pokoušet... Jak je to nabĕzenĕ zlo pro nĕs atraktivnĕ.

Autor knihy Pĕslovĕ doporuĕuje: Chraň svĕ srdce. Jak? Vybral jsem dvĕ oblasti, kterĕ mohou bĕt dobrou prevencĕi proto infekci srdce. Jistĕ bychom jich našli mnohem vĕce. A je na nĕs, abychom to domĕšleli.

Ta to prvĕnĕ, co chci zmĕnit. **Dej pozor na to s kĕm se pĕtĕlĕš.** Uť Arisoteles mluvil o tom, ťe pĕtĕle si mĕme velice peĕlivĕ vybĕrat. To neznamĕnĕ, ťe se mĕme oddĕlit od vťech lidĕ a setkĕvat se pouze s tĕm, o kom jsme pĕsvĕdĕeni, ťe je pro nĕs vhodnĕ. Spĕš jde o to, koho si pouštĕme k srdci. S kĕm sdĕlĕme ťivot. Jsou to lidĕ, kterĕ ti pomáhajĕ jĕt s Bohem nebo jsou to ti, kterĕ tĕ infikujĕ nĕjakĕmi nemocemi? Kdo jsou tvĕ blĕzcĕ pĕtĕlĕ? Ćasto si nemĕžeme vybĕrat spolupracovĕnĕky, a Pĕn Bĕh nĕs posĕlĕ ke vťem lidem, ale dejme pozor koho si pouštĕme blĕzko k srdci, s kĕm svĕ srdce sdĕlĕme, komu je otvĕrĕme.

V ťterĕy jsme si na Umĕnĕ ťĕt u stolu pĕipomnĕli 1.ťalm. Vĕte co tam ĕtĕme? **Blaze muťi, kterĕ se neřĕdĕ radami svĕvolnĕkĕ, kterĕ nestojĕ na cestĕ hĕiťnĕch, kterĕ nesedĕvĕ s posmĕvaĕi...** Pĕemĕšlejme, zda si srdce nĕnechĕvĕme infikovat radami svĕvolnĕkĕ, zda si nepouštĕme k srdci posmĕvaĕe... ťalmista to vidĕ jasnĕ: Blaze tomu, kdo se neřĕdĕ jejich radami a kdo s nimi nesedĕvĕ... To je ta ťĕinnĕ preventivnĕ ochrana naťeho srdce, protoťe ten, koho si pouštĕme k srdci nĕs zcela jistĕ ovlivnĕ.

Druhou oblast bychom mohli nazvat **Zatvrzelostĕ srdce.** V Listu ťidĕm ĕtĕme: **,Jestliťe dnes uslyťĕte jeho hlas, nezatvrzujĕ svĕ srdce ve vzdoru.**

Tato slova autor Listu ťidĕm napsal v souvislosti s Izraeskĕm putovĕnĕm pouťtĕ. Bĕh Izraelce slavnĕ vyvedl z Egyptskĕho otroctvĕi, vedl je k zaslĕbenĕ zemi, ale na tĕ cestĕ pouťtĕ se mnohokrĕt stalo, ťe Izraelci selhali. ťĕdali po Mojťĕšovi novĕ a novĕ znamenĕi, reptali proti Hospodinu. Zapomnĕli na Boťĕ jednĕnĕi a vzpomĕnali, jak se mĕli v tom otroctvĕi dobĕe, jak tam mĕli plnĕ hrnce mase, zatímco na pouťtĕi trpĕli vťelijakĕmi potĕťemi.

A to jsem jeťtĕ nezmĕnil Zlatĕ tele, kterĕ si postavili, nazvali jeĕ Hospodinem a provĕdĕli u nĕj pohanskĕ obĕady.

Vĕte, toto jejich chovĕnĕi nebylo jen tak, ťe by se z nudy zaĕali chovat, tak jak se chovalĕi. Na tĕ pouťtĕi ťlo o vĕru. ťlo o to, zda budou dĕvĕřovat Hospodinu navzdory velkĕm potĕťim, kterĕm ĕelili.

V Egyptĕ mĕli tĕťkĕ ťivot, ale bylo to prostĕdĕi, kterĕ dĕvĕrnĕ znali. Svĕm zpĕsobem mĕli svĕ jistĕ. Ale co na pouťtĕi? Tam ťĕdnĕ jistoty nebyly. Ve dne horko, v noci mrĕz, neustĕlĕ problĕm s tĕm, aby si sehnali pitĕi a jĕdlo. Nebezpeĕĕi loupeťivĕch nĕjezdĕnĕkĕ... V tehdeťťĕm svĕtĕ vĕřili, ťe nad kaťdĕm ťzemĕm vlĕdne nĕjakĕ

boťstvo nebo nĕjakĕ dĕmon. A kdĕž se Mojťĕš vzdĕlil, aby se setkal s Hospodinem a byl tam dlouhou dobu, tak je prostĕ pĕemohl strach a v tom strachu se dopouťtĕli tĕch nevĕrnostĕi. ťlo tedy o to, zda zĕstanou vĕrnĕi Hospodinu navzdory okolnostem.

## Jak to souvisí s námi?

No, jsme na tom stejně. I my vedeme zápas o to, zda budeme věrní Hospodinu, když se ocitneme v situaci, kterou nemáme pod kontrolou. V situaci, kdy se věci nedějí jak bychom chtěli. Když nás něco trápí a my si s tím nevíme rady. Chraňme své srdce. Snadno totiž své srdce můžeme zatvrdit a začít jednat svévolně. Nebo rovnou se můžeme naštvat na Boha a zavrhnout jej. Je nesmírně důležité, modlit se v tom smyslu, „Bože nerozumím tomu, co se děje, ale věřím ti. Věřím, že nic se ti nevymklo kontrole, i když mne to, co se děje bolí a nerozumím ti. Věřím ti! A můžeme dodat „Prosím, pomoz mé nedověře“. Nenechme v našem srdci zvítězit nevíru a zahořklost.

A nakonec něco hodně praktického. Četl jsem nedávno rozhovor s knězem, teologem a exorcistou - páterem Vojtěchem Kodetem. V tom rozhovoru mu položili otázku: **Jak ve svém životě konkrétně, prakticky, chráníte své srdce před zlem?** Poslechněte si jak na to odpověděl.

*To první je, že každý den ráno zasvěcuji Pánu sebe a vše, co mám ten den před sebou, a prosím ho za ochranu. Víím, že bez pomoci Boží to nezvládnou. Pak se snažím přes den to zlo v jakékoli podobě do svého srdce vůbec nepustit. To znamená dobře zvažuji, čemu se v životě vystavím, na co se budu dívat, co budu poslouchat, co budu číst, s kým se setkám. Někdy se ale kontaktu s něčím zlým nedá vyhnout, a pokud vnímám, že to proniklo až do mého srdce, prosím Pána o pomoc a, jestli je to i moje vina, prosím za*

*odpuštění. Pokud na mě zlo útočilo skrze jiného člověka, žehnám mu a odpouštím.*

*Jiné je, když si v nějaké situaci uvědomím, že to zlo v mém srdci už je, aniž jsem to věděl. Pak se snažím dělat pokání.*

Tak to je jistě i pro nás dobrý návod k tomu jak střežit svá srdce. Nezanedbávejme to. Ze srdce totiž, jak čteme v tom dnešním textu knihy Přísloví, **vychází život**. Amen



# Nedaří tolik, odpočiň si

David Košťák

Videozáznam

Nedaří tolik, odpočiň si | David Košťák

## Otázky

Kázání si kladlo 3 otázky. Proč odpočívat? Proč to je těžší, než by se zdálo? A jak na to? Zkuste si na ně sami odpovědět:

- 1 Proč je dobré odpočívat? Napadají vás nějaké čase konkrétní zkušenosti, kdy jste si uvědomili důležitost odpočinku?**
- 2 Proč je to těžší, než by se zdálo? Co vám nejčastěji "kazí" odpočinek? Nebo v něm nějak brání?**
- 3 Jak na to? Co vám pomáhá kvalitně odpočívat? Co se vám osvědčuje?**
- 4 V kázání zazněla i nutnost spolehnout se na Boha, na to, že on dokončí naši práci/dá nám požehnání. Kdy je pro vás těžké mít takovou důvěru? Kdy byste potřebovali přestat se snažit vše dotáhnout a raději se spolehnout se na Boha?**
- 5 Jaký máte zkušenosti s nedělí jako dnem odpočinku?**
- 6 Jak se vám daří nenosit si práci domů? Oddělovat práci a osobní život/rodinu?**
- 7 Je ve vašem okolí, kdo začíná být vyčerpaný? Komu byste mohli pomoci, aby si trochu vydechl/odpočinul?**

## Kázání

Text kázání **není k dispozici**, neměl jsem psaný text, jen zběžnou osnovu. Nahrávka kázání je k dispozici.

# Pokora

David Novák

Videozáznam  
Pokora | Martin Běle

## Otázky

- 1 Jak byste charakterizovali pokoru? Jak se liší od nedostatku sebevědomí?**
- 2 Myslíte, že dnes se ve společnosti mnohem více cení sebevědomí a asertivita než pokora. Pokud ano, proč?**
- 3 Víš o svých darech, charismatech, talentech a zároveň o svých nedostacích? Můžeš o nich s pokorou hovořit s druhými? Sloužíš svými dary Bohu?**
- 4 V jaké oblasti nejvíce bojujete s vlastní pýchou? (Můžete se pak za sebe pomodlit)**
- 5 Máte nějakou zkušenost ze setkání s pokorným člověkem, který byl v životě úspěšný? Jak na vás působil a jak jste se v jeho blízkosti cítili?**

## Kázání

**Lukáš 18,9 – 14** O těch, kteří si na sobě zakládali, že jsou spravedliví, a ostatními pohrdali, řekl toto podobenství: <sup>10</sup> „Dva muži vstoupili do chrámu, aby se modlili; jeden byl farizeus, druhý celník. <sup>11</sup> Farizeus se postavil a takto se sám u sebe modlil: ‚Bože, děkuji ti, že nejsem jako ostatní lidé, vyděrači, nepoctivci, cizoložníci, nebo i jako tento celník. <sup>12</sup> Postím se dvakrát za týden a dávám desátky ze všeho, co získám.‘ <sup>13</sup> Avšak celník stál docela vzadu a neodvážil se ani oči k nebi pozdvihnout; bil se do prsou a říkal: ‚Bože, slituj se nade mnou hříšným.‘ <sup>14</sup> Pravím vám, že ten celník se vrátil ospravedlněn do svého domu, a ne farizeus. Neboť každý, kdo se povyšuje, bude ponížen, a kdo se poníží, bude povýšen.“

## Pokora v dnešní společnosti

Přátelé, dnes je naším tématem pokora.... Tak se pohodlně posadte a připravte, bude takové mé autobiografické povídání... mám toho toho hodně, co mohu o pokoře říct. Patřím mezi nejpokornější lidi co znám... To je samozřejmě vtip.

Mluvíme o pokoře, a to v souvislosti s tématem té série kázání: Jak žít sám se sebou. Možná by někteří namítli, že pro to, aby člověk mohl kvalitně žít, vlastně pokoru ani nepotřebuje. Společnost, ve které žijeme si pokory až tak moc necení. Slovo pokora už mnohým zní jako něco, co patří někam do minulosti, případně za zdi klášterů nebo kostelů, ale ne do moderní, dravé společnosti.

Ale tak tomu není. Pokora je ctnost, která přináší Boží milost a požehnání. A to navzdory třeba různým ústrkům, které pokorní mohou zažívat. A my křesťané máme velký úkol: žít pokorně a přenášet tak pokoru zpoza těch kostelních zdí do normálního života - za zdi paneláků, škol a kanceláří. A tím přinášet i požehnání i to Boží požehnání.

### Bible o pokoře a pýše

Bible vybízí k pokoře a důrazně varuje před pýchou. Za všechna ta četná místa, která o pokoře hovoří zmíním jedno. Jakub píše ve svém listu poměrně tvrdá slova.

**Jakub 4. 5-10 Proradná stvoření! Což nevíte, že přátelství se světem je nepřítelství s Bohem? Kdo tedy chce být přítelem světa, stává se nepřítelem Božím. <sup>5</sup> Či myslíte, že nadarmo je psáno: ‚Bůh žárlivě touží po duchu, kterého do nás vložil?‘ <sup>6</sup> Mocnější však je milost, kterou dává. Proto je řečeno: ‚Bůh se staví proti pyšným, ale pokorným dává milost.‘ <sup>7</sup> Podříd'te se tedy Bohu. Vzepřete se ďáblu a uteče od vás, přiblížte se k Bohu a přiblíží se k vám. <sup>8</sup> Umyjte si ruce, hříšníci, a očist'te svá srdce, lidé dvojí tváře! <sup>9</sup> Bědujte, naříkejte a plačte! Váš smích ať se obrátí v pláč a vaše radost v žal. <sup>10</sup> Pokořte se před Pánem, a on vás povýší.**

Tak to je silná výzva k pokání. Odvrátte se od světa! ....samozřejmě nejde o to utéct z tohoto světa. Jde o to, odvrátit se **od toho, co je v tom světě padlé**. Jakub zmiňuje, že Bůh žárlivě touží po duchu, kterého do nás vložil, to znamená, že nás žárlivě miluje a touží po nás jako muž po své ženě nebo žena po svém muži. A nechce se o nás dělit se zlem, které je mu odporné. A to zlo, které Jakub nazývá „přítelství se světem“ a které je tou ďáblou vládou, to je **pýcha**. Pokud jsme plní sami sebe, potom nedáváme prostor Bohu a vlastně ani nejsme schopni vztahu s Bohem.

### Pokora – co to znamená?

Dobrá, máme být pokorní. Pokora je běžné slovo, o kterém si myslíme, že dobře víme, co znamená, ale je tomu tak? Já jsem se v týdnu snažil sám pro sebe formulovat různé definice, které by pokoru vystihly, a byla to docela fuška. Nebojte se, nebudu vás tady mořit definicemi. Jen chci ukázat na to, že i slovům, která bereme jako samozřejmá a třeba je u hojně užíváme, nemusíme vždy dobře rozumět. Mezi ně patří i pokora.

Když o tom, co pokora je, přemýšlím, spíš než nějaká definice pokory mne napadá to, jak se pokora projevuje. A ještě více se mi vybavuje, jak se projevuje opak pokory - tedy pýcha.

## Pýcha se lží, pokora s pravdou

Když pyšný člověk o něčem vypráví, obvykle to nepopíše úplně pravdivě. Něco k té pravě přidá, trošičku jí ohne a upraví. Víte proč? Aby z toho vyprávění vyšel v lepším světle. Aby zdůraznil svou důležitost nebo své schopnosti.

Setkali jste se s něčím takovým? Jistě že ano. A neděláme to náhodou také tak? Trošičku přibarvit pravdu, abych se ukázal... Já se přiznám, že někdy někdy večer, když si promítám, co jsem kde řekl, že Pánu BOhu vyznávám, že to bylo pyšné a přibarvené... Pozměněná pravda už ale není pravda. Stává se lží....

A pokud si zvykneme takto zkresleně o sobě mluvit, může se snadno stát, že budeme nejen o skutečnosti zkresleně mluvit, ale budeme jí i *zkresleně vidět*. Přestaneme tak žít v pravdě, a začneme žít ve lži.

Četli jsme dnes Ježíšovo vyprávění o dvou velice rozdílných mužích, kteří vcházejí do chrámu, aby se tam modlili. *Tito dva symbolizují dva způsoby myšlení, víry, modlitby a jednání. A my, milí přátelé často stojíme mezi nimi. Často je v nás trocha od obou. Vrátím se k tomu.*

Prvním je farizeus – stejně jako ostatní farizeové vede zbožný život. Každý den dbá na to, aby byl oddělen od všeho, co by je mohlo nějak poskvřnit. Studuje pilně Písmo. Dává desátky na Boží dílo. Řekli bychom, že vede příkladný život.

Pak je zde druhý muž – celník. Kdo čtete Bibli, víte, že celníky Izraelci pokládali za vyvrhele společnosti, protože pomáhali římským okupantům a navíc si z toho mastili kapsy.

Přesto z Ježíšova vyprávění dobře vychází ten celník. Jak to?

## Co bylo u farizea špatně?

Co bylo u toho farizea špatně? Připusťme, že v té modlitbě říkal to, o čem se domníval, že je pravda. Nejspíš skutečně nikoho nevydíral, byl poctivý, necizoložil, nezaprodal se okupantům, naopak se postil a byl štědrý... No, ale kdo se může postavit před Boha a chlubit se svou spravedlností jak to dělal on?

Farizeus byl tak spokojený se svou spravedlností, že Boha nepotřeboval. Byl jako lvánek z Marazíka. Vzpomínáte na tu jeho památnou písničku? „*Když se dívám na sebe, tak se musím pochválit.*“ Jeho vnímání sebe sama bylo pokřivené lží. Byl zahleděný sám do sebe, spokojený s tím, jak je morální a zbožný. Přišel se do chrámu pochlubit. Sám sobě byl bohem. To je život ve lži.

A všimněme si, co říká na začátku modlitby: **děkuji ti, že nejsem jako ostatní lidé**. Pyšný člověk nejen, že nevidí své nedostatky, ale ještě má potřebu srovnávat se s ostatními a pohrdat jimi. Případně je soudit...

Navenek zbožnost, v srdci pýcha - duchovní pýcha. Jen málo co je tak odpudivé jako pyšný svatoušek.

Z chrámu farizeus odchází bez Boží milosti a bez proměny. A on ani nevidí, že by něco takového potřeboval. Zatímco ten celník odchází s darem Boží milosti. Ne proto, co se mu povedlo nebo nepovedlo, ale protože před Bohem projevil pokoru. Neměl potřebu porovnávat se druhými. Nepotřeboval ukazovat na druhé, že je někdo ještě horší než on nebo naopak závistivě a

malomyslně mluvit o tom, že je někdo jiný lepší. Stál tam sám za sebe, stál tam před svatým Bohem a naplno si uvědomoval pravdu o sobě samém.

Přátelé, pýcha jde ruku v ruce se lží. Pyšný člověk obelhává lidi kolem, ale i sám sebe. Pokora naopak velice úzce souvisí s pravdou. Jedna bez druhé těžko existuje.

Být pokorným znamená vidět pravdivě sebe samého a tuto pravdu o sobě přijmout a touto pravdou také žít. A teď pozor: Pokora se otvírá celé skutečnosti, nic neubírá a nic nepřidává.

Být pokorným, milí přátelé, proto automaticky neznamená, že tu všichni budeme chodit shrbeni a budeme o sobě říkat, že nic nejsme. Tak bychom to Ježíšovo podobenství mohli pochopit. Ale přijde mi, že by to bylo jen farizejství s křesťanským nátěrem...

Podívejme se do Písma – co Písmo říká o člověku obecně - tedy o každém z nás... Čím jsem starší, tím více miluji první stránky Bible. Ne proto, že bych se snad chtěl pouštět do nějakých disputací o evoluci nebo stvoření. Tyto spory jsou mi úplně ukradené. Spíš tam nacházím hlubší pravdu o tom, kdo jsme my lidé a tedy i to, kdo jsem já.

A co se tam píše? Že jsme stvořeni k Božímu obrazu. To je nesmírná důstojnost člověka! Bůh nás stvořil ke svému obrazu. To je napsáno jenom o člověku! Jakkoliv celé stvoření má jistě svou důstojnost a hodnotu, hodnota a důstojnost člověka - je nad tím vším.

To je ovšem jen jedna strana pravdy. Pak je zde ta druhá skutečnost: Jsme prach země... A žalmista k tomu dodává, že jsme vánek pouhý... Na jedné straně tedy máme důstojnost obrazu Božího a na stranu druhou jsme prach a jsme nepatrní a křehcí.

A jak to souvisí s pokorou? No, je to pravdivý základ, na kterém máme sebevědomě stát. Máme si být vědomi své důstojnosti a křehkosti zároveň.

Jsme stvořeni pro Boha, pro láskyplný vztah s ním - Bůh si nás vybral za partnery, ale zároveň máme své velké limity. A chceme-li být opravdu pokorní, potřebujeme toto obojí přijmout a toto obojí žít. Jsem obrazem Božím, jsem Bohem milován, dostal jsem božské schopnosti - třeba schopnost milovat, soucítit, být milosrdný, vnímat a tvořit krásu, dobro, umění, vědu, a na straně druhé jsem křehký člověk, mám své limity, jsem hříšný a jsem prach země...

Co tím chci říct? Pokorným člověkem není ten, kdo jen stojí v koutě, mačká čepici a prohlašuje, že nic není, nic neznamená, nic nemá a nic neumí. To spíš hraničí s urážkou Boha a leností. Znovu říkám, jsme prachem země, jsme křehcí a slabí, a jsme také hříšní. Ale jsme také stvořeni k Božímu obrazu. A Bůh každému dal řadu darů, talentů, charismat, příležitostí.

*Je naší povinností dary Boží objevovat a rozvíjet.* A je naopak velkým hříchem svěřené hřivny zakopávat.

No a když své dary objevujeme nebo už o svých darech víme, pak to není žádný důvod k tomu, abychom byli pyšnými. „**Nemáš nic, co bys nebyl dostal,**“ to píše apoštol Pavel Korintským. I k tomu, co je zdánlivě tvým vlastním výkonem a zásluhou, jsi dostal řadu darů, předpokladů, podmínek a okolností. Toho si musíme být neustále vědomi.

A Bible dále říká: Komu bylo mnoho dáno, od toho bude mnoho požadováno! Naše dary a schopnosti nás nemají vést k pýše, ale k vděčnosti, pokoře a **zodpovědnosti za to, co máme svěřené...**

Takže pokora úzce souvisí s pravdou a zdravým sebevědomím. Vědomím, že jsem Božím obrazem s dary, které mám, mám užívat k Boží slávě. Vědomím, že jsem křehkou a hříšnou nádobou, která se bez Boží milosti rozbije na tisíc kousků. To je zdravé sebevědomí.

Řekl jsem, že ti dva, co přišli do chrámu tak trochu symbolizují nás samé. My často stojíme někde uprostřed nich. Každý máme zkušenost s vlastní pýchou a s pokušením, abychom - tak jako farizeus - byli zaměřeni na sebe. Ježíš nás příkladem celníka vede k pokorné modlitbě a k pokornému životu.

Nechme se vést. Pokušení pýchy zahánějme nekompromisně a radikálně. Bůh se staví proti pyšným, proti těm, kteří mu nedávají své srdce, ale místo toho se stali bohy sami sobě.

Přijměme pravdu o sobě, a žijme s vědomím hluboké vděčnosti a zároveň odpovědnosti. **Celý náš život, se vším, co obsahuje a co přináší, je dar a úkol zároveň.**

Přijměme proto prosím své dary... ale i své slabosti a nedostatky, a to vše předkládejme Pánu.

Modleme se denně „Bože, se vším, co mám, k tobě přicházím. Prosím o Tvou milost, bez které bych byl ztracen. Prosím odpusť mi mé hříchy pro oběť Pána Ježíše. A ved' mne prosím, abych rozpoznal tvé dary a mohl je užívat k tvé radosti.“. A modleme se i za to, abychom dokázali přijmout své limity, svoji křehkost. Protože když umíme přijmout své limity, pak i na nich se může Pán oslavit.

Pokorný člověk žije v pravdě - nedělá ze sebe dokonalého svatouška, ale druzí na něm mohou vidět, jaký je Bůh a jeho milost. A Pokorný člověk tak kolem sebe mimoděk vytváří bezpečné prostředí pro ostatní nedokonalé lidi. Nenutí je svou tvrdou spravedlností k tomu, aby ze sebe dělali dokonalé a bezhříšné a mohli tak obstát.

Končím. Tímto kázáním chci povzbudit sebe i vás: Nemarněme čas tím hloupým a zbytečným *srovnáváním se s druhými*, ať už ve smyslu pohrdání druhými - jako farizeus, nebo ve smyslu závisti, že nemám takový dar jako ten druhý, že nejsem tak chytrý, vzdělaný, že nemám takové postavení, nebo že nejsem tak krásný nebo krásná... Každý jsme jedinečným Božím stvořením, každý jsme předmětem Boží lásky, a každý máme také své limity, hříchy a své zápasy. S tím vším chodme k Pánu. Přijímejme vděčně jeho milost a učme se být pokornými.

Víte u koho se máme učit? U toho, kdo byl skutečně pokorným. On říká: **Mt 11,29** **Vezměte na sebe mé jho a uče se ode mne, neboť jsem tichý a pokorného srdce: a naleznete odpočinutí svým duším.**

Vzít na sebe Ježíšovo jho, neznamená nic jiného, než jít životem s ním, sdílet s ním svůj život, a tím se učit životu v pokoře, který dokáže snést i ponížení... Ježíš říká, že takový život přináší odpočinutí duším. Jakby ne - Boží milost, kterou pokorní přijímají je pořádné odbřemenění, vidte.

Na začátku jsem říkal, že máme jedinečnou příležitost - žít pokorně v tomto světě - přinést pokoru do těch paneláků, škol a kanceláří. A o to jde! Jde o to, že do toho prostoru, kde vládne pýcha - což je vpravdě ďábelské prostředí - můžeme přinášet něco z Božího království. A to je náš velký úkol.

Pokora tak přináší požehnání nejen tomu, kdo je pokorný, ale i těm, kdo jsou v blízkosti pokorného člověka, protože to toxické prostředí světa proměňuje v prostředí, ve kterém vládne Bůh.

## **Závěrečné požehnání**

**Koloským 3** Jako vyvolení Boží, svatí a milovaní, oblečte milosrdný soucit, dobrotu, skromnost, pokoru a trpělivost. Snášejte se navzájem a odpouštějte si, má-li kdo něco proti druhému. Jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy. Především však mějte lásku, která všechno spojuje k dokonalosti.