

Salvatore Tumino



# Ježíš

uzdravuje  
tvé **srdce**

CESTA OD SMUTKU K RADOSTI



*e-knihy*

Děkujeme Vám za nákup této e-knihy. Jsme rádi, že můžeme touto cestou přinášet dobré zprávy do světa digitálních médií.

Jestliže se Vám podařilo dokument stáhnout z nějakého webu bez placení, tak si jej, prosím, poříďte ještě jednou, férově, na našich webových stránkách <http://www.paulinky.cz/obchod/eknihy>. Může se Vám zdát, že je to zbytečné a že chceme na e-knihách vydělávat. I vydání e-knihy nás něco stojí, zejm. autorská práva, překlad a redakční práci. Vaše platby nám tak umožňují vydávání dalších elektronických titulů.

Nakladatelství Paulínky  
[www.paulinky.cz](http://www.paulinky.cz)

Salvatore Tumino

**Ježíš**  
uzdravuje  
tvé **srdce**

CESTA OD SMUTKU K RADOSTI



© Servizi Rinnovamento nello Spirito Santo S.c.p.l.  
Via del Grano, 49 – 00172 Roma

© Nakladatelství PAULÍNKY, 2011  
Petrská 9, 110 00 PRAHA 1  
Tel.: 222 311 206  
E-mail: paulinky@paulinky.cz www.paulinky.cz

ISBN 978-80-7450-017-6 (Tištěná kniha, 1. vyd.)

ISBN 978-80-7450-231-6 (PDF)

ISBN 978-80-7450-232-3 (ePUB)

ISBN 978-80-7450-233-0 (Mobi)

## ÚVOD

Dnešní člověk prožívá stále hlubší vnitřní krizi. Doléhá na něj tolik vjemů, těká mezi tisícovkou různých cílů a často zjišťuje, že už není sám sebou.

Využívá mimořádných výsledků, kterých jsme dosáhli díky obrovskému vědeckému pokroku. Západ žije v ekonomickém blahobytu, avšak zotročuje jej stálý tok informací a je bombardován světlomety sdělovacích prostředků. Je jako ustrašené děcko, které ztratilo cestu domů, a pouze v noci vnímá, že se stal terčem nekonečných obav.

Dokáže člověk znovu objevit hluboké kořeny vlastního „já“? Existuje naděje, že tomuto tolik temnému světu zazáří světlo? Svede člověk třetího tisíciletí i nadále žít podle svých instinktů? Povede se mu překonat tuto hlubokou nevolnost, která jej nutí, aby objevil svou hlubokou podstatu?

Člověk bez Boha je hádankou, která nemá řešení. Právě proto nás bude touto knihou provázet světlo Božího slova – to nás povede na cestě vnitřního uzdravení, aby se člověk opět mohl stát bytostí ke slávě Boží.

# I.

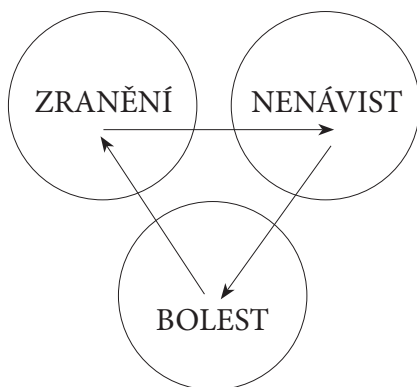
## OD NENÁVISTI K ODPUŠTĚNÍ

### Nenávist – příčina tolika potíží

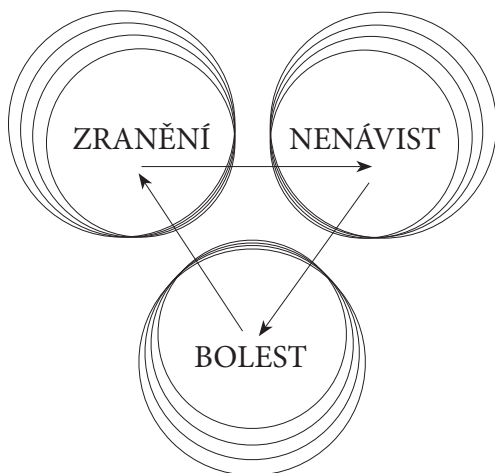
Nenávist je neblahá věc, která ničí život mnoha lidí. Nenávidět nám připadá přirozené, připadá nám to jako jediná přijatelná a patřičná odpověď tomu, kdo nás zranil, zklamal, nebo se k nám špatně zachoval. Zdá se, že nenávist řeší každý problém, a přitom je to příčina tolika potíží!

Když mě někdo zraní, domnívám se, že nenávist je přirozená. Je tomu ale skutečně tak? Kdyby to bylo přirozené, mělo by mi být dobře – je mi však opravdu dobře?

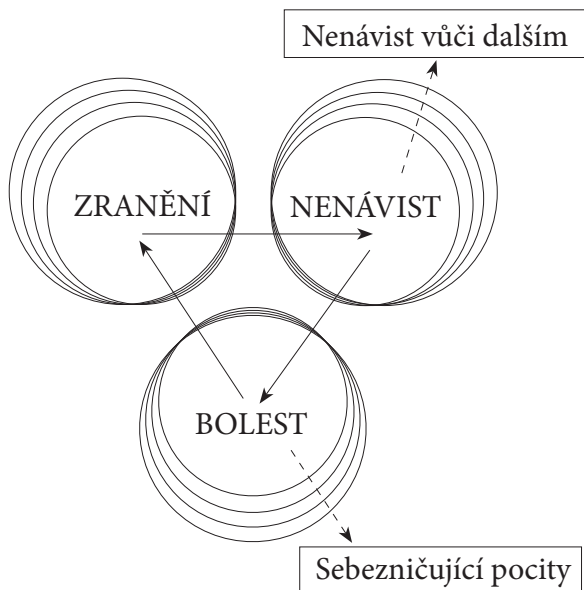
Nikoli! Když člověk nenávidí, je mu zle. Velmi zle. Bolest, kterou člověk zakouší, když nenávidí, znovu otevírá zasazenou ránu, která nechává vyrůst nenávist. Jako v začarovaném kruhu tak jen podporuje negativní zkušenost v každé oblasti existence osoby, jež nenávidí. Schematicky bychom to mohli vyjádřit následovně:



Ze zranění se rodí nenávist, nenávist rodí bolest a bolest zas živí a znovu nejn otevřává ránu, nýbrž nadále ji zvětšuje:



Dalším důsledkem bude, že tento člověk bude znovu zraňovat druhé a stále bude přiváděn ke sebezničujícím pocitům.



V tomto procesu hraje důležitou roli ten Zlý, nepřítel. On je otcem lži a udělá vše pro to, abychom mu uvěřili, že naše nenávist má své opodstatnění, že je nezbytná, nepostradatelná. Bude tyto naše myšlenky živit, abychom si mysleli, že nám bude lépe pouze pod jednou podmínkou, že totiž budeme nenávidět a tomu druhému odplatíme. Upadneme-li ovšem do této léčky, pak nám v žádném případě



nebude lépe, ale umožníme mu, aby náš život ovlivňoval a krok za krokem jej ničil.

Nenávist je brána, kterou Zlý vchází, aby diktoval své zákony, zákony smrti a sebezničení. Už nejednoho člověka, který kráčel ve víře, nechal uvěřit, že nenávist, kterou zakouší, je správná.

Dalším problémem je vyhnout se tomuto stavu věcí – dojít k závěru, že se vůbec o nenávist nejedná. Ale jak rozpoznat nenávist, která se nachází v našem nitru? Když začínám pociťovat ke druhému člověku odpor, když při pomyslení na něj se cítím mrzutý, když mi je špatně, jen když jej vidím, když o něm hovořím špatně, když mu nadávám, když mu přeji nebo činím zlo – všechny tyto situace mají vztah ke skutečnosti, kterou nazýváme nenávist, byť bývá zakoušena na více rovinách. I lhostejnost vůči druhému je druhem nenávisti, v tomto případě nenávistí „zmraženou“, avšak stále nenávistí.

Je důležité o tom vědět, protože máme často za to, že nenávist spočívá pouze v tom, že někomu činíme zlo, a protože „jsem nikomu neublížil“, není možné, abych nenáviděl. Ve skutečnosti existuje více úrovní nenávisti, totiž od lhostejnosti až k vykonané a výslovné pomstě (protože může existovat i implicitní, nevyslovená, ovšem přesto skutečná pomsta).

O celém problému hovoří zcela jasně i Ježíš, největší a nepřekonatelný psycholog všech dob: druhého člověka buď milujeme, nebo nenávidíme,

třetí cesty není. Proto Pán říká: [...] *Milujte své nepřátele, prokazujte dobro těm, kdo vás nenávidí* (Lk 6,27). Nic neříká o tom, že máme zůstat lhostejní.

Může se nám vnucovat další lživá myšlenka, totiž že tomu člověku nikdy nebudeme moci odpustit: „Nedokážu, a proto nemohu nenávidět“ – to je ref-rén, který si tolik lidí prozpěvuje! Co o tom ale říká Boží slovo? V Knize Sirachovcově čteme:

*Odpusť svému bližnímu, pokud ti ukřivdil; až ty budeš jednou prosit, budou i tobě hříchy odpuštěny. Když se člověk na člověka hněvá, může hledat uzdravení u Hospodina? Když s člověkem sobě rovným nemá slitování, může se modlit za odpuštění svých hříchů? Když chová zášť, ač sám je jen smrtelník, kdo smíří jeho hříchy? Pamatuj na poslední věci a zanech nenávisti, myslí na svůj konec ve smrti a dbej na přikázání. Pamatuj na přikázání a nechovej zášť vůči bližnímu, myslí na smlouvu Nejvyššího a přehlédni neúmyslná provinění* (Sir 28,2-7).

Pán spojil tvé odpuštění s odpuštěním, které udělujeme svým bratřím my sami. *Jestliže totiž odpustíte lidem jejich poklesky, odpustí také vám váš nebeský Otec; ale když lidem neodpustíte, ani váš Otec vám neodpustí vaše poklesky* (Mt 6,14-15). Odpustíme-li my, Bůh odpustí i nám!

Jaké jsou základní body pro to, abychom mohli žít v odpuštění?

- Odpuštění je Boží dar.
- Odpuštění je úkonem vůle.
- Odpustit znamená omluvit.
- Musím žehnat, dokud v srdci nemám pokoj.
- Musím očistit minulé rány a žehnat přitom tomu, kdo mi způsobil zlo.
- Musím žádat od Boha odpuštění za okamžiky, kdy jsem nenáviděl.

Nyní tyto základní body dále rozvineme.

## Odpuštění je Boží dar

Ježíš nám v Janově evangeliu říká: [...] *beze mne nemůžete dělat nic* (Jan 15,5). Platí-li tato slova pro celý křesťanský život, platí zvláštním způsobem také pro odpuštění. Bez Ježíšovy pomoci nemohu odpustit.

Poslechněme si, jak Corrie ten Boom vypráví o odpuštění uděleném dozorcům SS, kteří se na ní, na její sestře Betsie (která zemřela v koncentračním táboře) a na mnoha dalších vězeňkyních dopustili tolika násilí.

Corrie ten Boom po druhé světové válce cestovala po celé Evropě, aby přinášela smíření. Zrovna skončila svou řeč o Božím odpuštění a o tom, že je potřeba odpustit každému. „Právě tehdy, během bohoslužby v Mnichově,“ píše, „jsem jej spatřila – bývalého příslušníka SS, který stál u dveří sprch v rozdělovacím středisku v Ravensbrücku. Byl to první z našich skutečných tyranů, jehož jsem od té doby viděla. A náhle mi vše znovu vyvstalo na mysli [...]. Přišel ke mně, když se kostel začal vyprazdňovat, uklonil se a se zářícím úsměvem na tváři řekl: »Jsem vám velmi vděčný [...] za vaše poselství. Při pomyslení, že – jak říkáte – On obmyl mé hříchy!«

Podával mi ruku a já, která jsem tak často kázala lidem [...] o potřebě odpustit, jsem nechávala svou ruku u těla.

A právě ve chvíli, kdy ve mně vřely myšlenky plné nenávisti a odplaty, spatřila jsem v nich svůj hřích. Ježíš Kristus zemřel za tohoto člověka, co jsem jen chtěla víc? Ježíši, můj Pane, modlila jsem se, odpusť mi a pomoz mi mu odpustit. Pokusila jsem se pousmát. Ze všech sil jsem se snažila podat mu ruku, ale nemohla jsem, necítila jsem nic, ani jiskru vřelosti či lásky. A tak jsem potichu pronesla ještě jednu modlitbu: »Ježíši, nedokážu mu odpustit, dej mi svou schopnost odpouštět!«

Když jsem mu podala ruku, stala se neskutečná věc – z mého ramene, přes loket a celou rukou jako

by proudil jakýsi proud – a v mém srdci vycházela z vězení láska k tomuto cizinci, která mě téměř přemohla.

Objevila jsem, že uzdravení světa nestojí na našem odpuštění a ani na naší vlastní dobrotě, ale na Jeho odpuštění. Říká-li nám, abychom milovali své nepřátele, spolu s tímto příkazem nám dává samotnou lásku.“<sup>1</sup>

„Ježíši, nedokážu odpustit, dej mi schopnost odpouštět, dej mi milovat tak, jak miluješ ty.“ A Pán nechá rozkvést poušť našeho srdce a promění ji v zahradu zavlažovanou Jeho láskou.

## Odpuštění je úkonem vůle

Odpuštění není pocit, ale rozhodnutí, úkon vůle. Kdybych měl čekat na příjemné a pozitivní pocity, až budu chtít začít odpouštět, budu čekat celý život. Dnes se zdá, že život mnoha lidí je veden pouze citem: „cítím“, nebo „necítím“ – na to se tolik lidí odvolává ve chvíli, když se rozhodují.

Činí-li mi někdo zlo, je jasné, že mi není dobře, že zakouším hořkost a další pocity. Abych mohl odpustit, nesmím čekat, že tato hořkost sama od sebe

---

1 SV. FRANTIŠEK SALESKÝ: *Úvod do zbožného života*. Praha, Zvon 1990, s. 113.

zmizí, ale musím se rozhodnout, že uposlechnu Ježíšova slova, když mě zve, abych odpustil sedmdesát sedmkrát bratrovi, který proti mně zhřeší!

Když se rozhoduji, že odpustím, již začínám odpouštět. Ježíš to nařizuje a já, chci-li jej následovat, musím uposlechnout tento jeho příkaz, který patří k těm nejdůležitějším.

## Odpustit znamená omluvit

*Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí* (Lk 23,34). Ježíš odpouští těm, kdo jej zabíjejí, a omlouvá je. Omlouvat znamená postavit se za toho, kdo způsobil zlo. Omluvit znamená neodsoudit, omluvit znamená zapojit do odpuštění i svůj rozum. [...] *nevědí, co činí*. Proč jej omlouvat? Protože ten, kdo mě zraňuje, je hříšník stejně jako já, je to zraněný člověk jako já, který zraňuje druhé. I jemu někdo zasadil rány, není uzdraven, a proto zraňuje druhé. Tento bratr či sestra byl vykoupen Kristovou krví, Ježíš dal svou krev i za něj.

Když se pokouším omluvit, alespoň úmysl nebo osobu, když už ne čin druhého člověka, mé srdce nachází pokoj, protože chápu, že ten, kdo mě zranil, je na tom hůře než já. Ano, právě tak se věci mají. Kdo činí zlo, trpí více než ten, kdo zlo snáší. A právě

proto s ním musím mít soucit. Kdo činí zlo, nechápe, že prvním člověkem, kterého mučí, je on sám...

Otče, odpusť mu, protože neví, co činí! Odpusť-li mu, nezpůsobím mu nic zlého, nepřinesu nic negativního do jeho života, ale mé odpuštění v nitru člověka, který působí zlo, vzbudí otázky. Ten, kdo zraňuje, si často ani není vědom, jaké zlo v životě druhých způsobuje.

## Odpustit znamená žehnat

Pán nám ve svém slovu říká: [...] *modlete se za ty, kdo vás pronásledují* (Mt 5,44), a dále: *Žehnejte těm, kdo vás pronásledují, žehnejte, a neproklínejte* (Řím 12,14). Modlitba požehnání, svolávání dobra, je mocnou zbraní proti nenávisti. Když žehnám někomu, kdo mi škodí, stavím se na Boží stranu. Bůh je láska, a když miluji, zůstávám v něm. Prostřednictvím modlitby požehnání nechávám plynout Boží lásku do svého srdce, a tak jej očišťuji od každého druhu zášti a nenávisti. Vítězství nad nenávistí nedosáhneme lhotejností, nýbrž láskou. Pouze pokud miluji, nemohu nenávidět a modlitba požehnání je úkonem lásky. Začínám-li žehnat někomu, kdo proti mně hřeší, začínám vnímat pokoj, neboť pouze láska přináší do srdce pokoj. Budu mít zpočátku často potíže modlit se, jako bych byl zablokovaný. To je

znamení, že se mého srdce zmocnila zášť. Ačkoli tuto svou vzpouru vnímám, a přesto se nadále modlím, uvědomím si, že se mé srdce postupně očišťuje a nachází pokoj.

Někdy je k tomu zapotřebí mnoho času, než se mé srdce od veškeré nenávisti očistí, ale účinek je jistý: modlím-li se a žehnám-li tomu, kvůli němuž trpím, mé srdce nachází svobodu! A co znamená modlit se a žehnat? Modlitba požehnání je přímluvná modlitba vůči tomu, kdo mi způsobuje zlo. Musím se za toho člověka dlouho modlit a přát mu vše dobré!

„Pane, žehnej tomuto člověku, pomáhej mu, utěšuj jej, podpírej, uzdravuj, osvobozuj jej ode všeho zlého, naplň jej svou milostí...“ Taková je modlitba požehnání. A je třeba se modlit, než ve svém srdci naleznu pokoj, než při pomyšlení na toho člověka nemám za to, že on je zdrojem všech mých potíží.

Modlím-li se za někoho, nemohu očekávat, že se změní, ale že se změním já, že se změním mé srdce – a to se skutečně stane! Když žehnám, nenechávám se přemáhat zlem, ale nechávám zvítězit lásku a s Boží láskou ve svém srdci se ocitnu v bezpečí.

Nenávist a nevole zmizí z mého srdce, takže naleznu ve svém nitru hluboký pokoj. Zmizí i „bolest“, kterou mi nenávist způsobila, protože když nenávidím, jak jsem již řekl, cítím silnou „bolest“, jež mi



vždy připomene prožité trauma. Díky odpuštění však mizí bolest a navrácí se do mého srdce pokoj.

Z odpuštění vyvěrá i další účinek: vědomá vzpomínka na toho člověka mizí. Nenávidím-li, vzpomínka na toho člověka mě neustále „pronásleduje“. Stále na něj myslím ve dne a často i v noci (stává se součástí mých snů). A protože mě tato vzpomínka mučí a trýzní, stále narůstá má zášť vůči tomuto člověku.

Začnu-li však žehnat, vědomá vzpomínka na toho člověka pomalu vymizí, takže už na něj vědomě myslet nebudu.

Mohu začít žít, totiž přemýšlet, nepodněcován nenávisť, ale láskou. Jedním z účinků tohoto odpuštění je tedy i má svoboda vůči obsedantní vzpomínce na toho člověka a na to, co mi provedl.

Proto je tedy modlitba požehnání mocnou zbraní. Jde o prostředek, jímž nás Pán chrání před nenávisť a očišťuje nás od veškeré zášti. Žehnám-li tomu, kdo mi škodí, mé srdce je chráněno před zlem, zlo do něj nemůže vstoupit a situace, která hrozila, že mě zničí, mi namísto toho umožní povyrůst v hlubším vztahu s Pánem, který je láska! Miluji-li, Bůh mě chrání od všeho zlého. Milovat vždy znamená žít bez ustání v Bohu.