

UZDRAVENÍ MINULOSTI

Hans Böhringer, Friedrich E. v. Gagern

Nietzscheovo ironické konstatování, že křesťané nevypadají příliš vykoupení, si teď častěji připomínají křesťané sami a zamýšlejí se nad tím, proč tak vypadají. Současný způsob christianizace — křest, výuka a „praktikování“ — přežívá z dob masové církve, ale nemá k dispozici její kladné faktory. Tím obtížněji může dnes poskytnout tak celostní obrácení k Bohu, jaké bylo normálním předpokladem křtu v prvotní církvi. Křest dospělého byl tenkrát radikálním pohřbením starého hříšníka a zrodem „svatého“. Nepovedlo se to samozřejmě vždy, ale křesťanská obec poskytovala možnost konverzi prožít „existenciálně“, celou bytostí, a to pak bylo znát. Když člověk otevřel všechny prostory duše Božímu Duchu, pocítil, že dostal dar svobody od své špatné minulosti. — Dva psychoterapeuti udělali zkušenost s „modlitbou za uzdravení vzpomínek a očekávání“, která se v návaznosti na prvotní církev ujala v hnutí charizmatické obnovy, a velmi ji ocenili. Ze statí, v nichž věc osvětlují hlouběji z odborného hlediska, přinášíme několik charakteristických úryvků.

UZDRAVENÍ DUŠE H. Böhringer

(Autor je katolický kněz, PhDr., psychoterapeut s rozsáhlými zkušenostmi, pracuje po léta na křesťanské koncepci hlubinné psychologie a psychoterapie. — Na začátku upozorňuje na hlavní důvod odcizení, ztráty identity moderního člověka: zahledění do sebe. Je to vězení, z něhož mu musí pomoci jiný, někdy přímo psychoterapeut, ale v plnosti jen Bůh sám — když se mu člověk naplno otevře a odevzdá se všim všudy. K tomu patří také uzdravení osobní životní historie.)

Každý potřebuje uzdravení duše

U nekřesťanů, ale i u mnoha křesťanů se stalo zvykem **zajistit se proti Bohu**. Do toho zajištění patří jako koření kapka rezignace. Váha „dobrého“ svědomí tlumí hlas pravdy (srov. H. U. v. Balthasar, *Das Herz der Welt*). Jen když člověk prožije otřes při pohledu na **prolhanost vlastního života** a na chybění plodů, které přináší živá víra, je s to otevřít se uzdravení duše.

Je však možné do sebepoznání zahrnout ještě další chybné postoje: Udržuji si relativní vyrovnanost života denní „udržovací dávkou“ alkoholu, nikotinu nebo jiné drogy? Do jaké míry je složkou mého základního životního ladění úzkost nebo smutek? Ovládám popř. svazuji jiné lidi? Které potlačené problémy nebo konflikty možná vězí za mými tělesnými chorobami? Co všechno se promítá v mém „vnitřním kině“?

Vadné postoje z odepřené lásky

Většina vadných postojů jsou vlastně pokusy vyrovnat deficit neposkytnuté lásky, porozumění a přijetí nejbližšími osobami v raném dětství a mládí. Tato příkoří způsobila, že se v duši usadily pocity **nedůvěry**, a to až do podoby skutečné nenávisti vůči nejbližším, kteří selhali, a také vůči Bohu, o němž je přece psáno: „...který

všechno tak nádherně řídí“. Kdeže byl se svou láskou ke mně, když připustil, abych měl takové rodiče atd. (viz H. Mühlen, Einübung in die christliche Grunderfahrung I).

Vadné postoje tedy nejsou vrozené, nýbrž vždycky **získané**; souvisí s vlastní životní historií. Kdyby měly základ v dědičných vlohách, nemohl by je člověk odložit. Je však nespočet příkladů a zkušeností, že lidé odložili chyby, a mohli je od—ložit právě proto, že si je před—ložili před sebe. **Uzdravení duše je tedy vždycky uzdravení vlastní životní minulosti**. Ale uzdraveno může být jen to, co bylo nejprve odhaleno. **Konkrétní a pronikavé** sebepoznání je podle všech učitelů duchovního života předpokladem vnitřního uzdravení a obrácení.

Nebránit se pocitům

Nestačí však z polovědomého nebo nevědomého učinit vědomé či vědomější. Záleží také na tom, aby se necítěné stalo cítěným. Nejsou přece potlačovány holé myšlenky, ale vždycky jen **pocity**. Člověk má sklon zadusit pocity, které nedokáže snadno udržet pod kontrolou nebo které považuje za zavrženíhodné. Pak má klid a může se oddat příjemné představě, že pocity zlosti, závisti, neukojitelné ctižádosti atd. už překonal. Jeví se jako vyrovnaný, chladný, pragmatický, jak se to požaduje ve světě zaměřeném technokraticky. Ale takový „pancír charakteru“ se platí neschopností vyjít ze sebe, vstoupit do trvalých láskyplných vztahů. Pocity však „ani nenapadne“, aby odumřely. Hlásí se neurotickými poruchami, náruživostmi všeho druhu a duševně podmíněnými tělesnými chorobami.

Americký psychoterapeut Casriel vypočítává pět **základních** pocitů, které většina lidí potlačuje:

1. Zlost, hněv, zášť, agrese, pomstychtivost vůči lidem, ale i vůči Bohu.
2. Úzkost před rodiči, představenými, i před Bohem.
3. Bolest z odmítnutí, ponížení, trestů (dát najevo úzkost a bolest se považuje za slabost, ale já chci být vždycky silný a nad situací).
4. Touha po radosti, slasti a štěstí (člověk má přitom špatné svědomí, z nesprávné snahy po dokonalosti si ukládá odříkání a utrpení a je hrdý na svou – domnělou – oprostěnost od potřeb).
5. Touha být milován (jako dítě tím udělal člověk špatnou zkušenost a rozhodl se být nezávislý na lásce jiných, i Boha, tedy být „samozásobitelem“).

Při hlubším vhledu do psychiky člověka se vynoří ještě další většinou potlačované pocity:

6. Pocit beznaděje, zoufalství, naprosté malomyslnosti (až k zahrávání si s myšlenkami na sebevraždu), protože se člověk cítí být opuštěn, i Bohem.
7. pocity důků, chvály, obdivu.

Člověku se zdá, že by si zadal, anebo že by „přemíra“ nebyla druhým vhod. Tím dochází k citové skouposti. Ale člověk je tak založen, že potřebuje takové city projevit! Chvála např. není „nic jiného než hlasitě projevené zdraví duše“ (C. S. Lewis). To platí také o projeveném velebení a vzývání Boha. To není nic jiného než slyšitelná známka existujícího nebo začínajícího zdraví duše.

Vina rodičů

Není člověka, na němž by se druzí neprovinili. Proto neexistuje člověk, který by nemusel druhým odpustit. Kdo to neudělal **výslovně**, ten to ještě neudělal. Zřetelně se to vyžaduje v otčenáši. Rozvádí to podobenství o nemilosrdném služebníku (Mt 18,21–35): Když mi už vysvitlo, že mi Bůh chce odpustit vzpouru proti jeho vládě, neposlušnost, odmítání jeho lásky, nedokážu zazlívát lidem, že se na mně provinili, zhusta bez viny. Toto řešení vlastní minulosti je jeden z rozhodujících kroků na cestě k lidské zralosti a k „obnově v Duchu“.

Jak probíhá uzdravení duše

„Kdo **koná** spravedlnost, přichází ke světlu“ (Jan 3,21). Toto konání pozůstává především ve **vypovědění pravdy**, pokud možno před jinými, v „modlitbě za uzdravení vzpomínek a očekávání“. Jde o to, abych vyjádřil slovem příkoří způsobená mi druhými lidmi, bolest jimi zapříčiněnou, hořkost a pocity nenávisti, které dodnes chovám, prostředky zajištění a sebeútěchy, které jsem si pořídil jako kompenzaci. Všechny jednotlivosti by se přitom měly výslovně vyjmenovat! **Co není výslovně jmenováno, zůstává nevykoupeno**. Právě tak by se měly vyslovit všechny pro mě **zahanbující okolnosti**; vždyť právě z obavy před zahanbením jsem všechno dosud tak zadržoval a skrýval. Zato když to všechno nazvu pravým jménem, rozpadne se moje sobecká skořápka, můj vnitřní bunkr, můj pancíř. A když to všechno vyznám v modlitbě před Bohem, když mu vyleji své srdce a poprosím o sílu, abych mohl odpustit těm, kdo osudově spolupůsobili můj život – pak otevřu dveře svého srdce, před nimiž jsem nechal Pána stát a klepat (Zj 3,20). Konečně může vejít a večeřet se mnou, tj. darovat mi své společenství a poskytnout mi účast na svém životodárném Duchu. Každý se musí naučit **odpustit Bohu**, že na něho mnoho věcí v životě dopustil. Teprve tím dospějí ke smíření s Bohem, se sebou, se svým minulým životem a jinými lidmi.

Duchovní a psychoterapeutická zkušenost učí, že změněný střed osobnosti nejen přináší plody Ducha (Gal 5,22n), ale stává se i jádrem, z něhož vyzařuje uzdravující proces. Ten ponenáhlu proniká do celé osobnosti včetně tělesné složky.

Kdyby taková modlitba za uzdravení duše našla přístup do pastorační praxe, byl by to současně přínos k obnově společnosti. Kolik potlačených agresí ovlivňuje život v naší společnosti: Naše křesťanské obce by měly být místem, kde se uzdravení prožívá a nacvičuje. Pak to přestává být jen něčím významným pro soukromou spásu duše, ale začíná působit na uzdravení světa a lidstva. Dnes nejde jenom o změnu nespravedlivých společenských a politických struktur, ale o **změnu člověka**.

UZDRAVENÍ OSOBNÍ HISTORIE Fr. E. von Gagern

(Dr. med. a psychoterapeut, známý literární činností ze svého oboru, považuje „modlitbu za uzdravení vzpomínek a očekávání“ za přínos pro pastorační a připojuje několik poznámek.)

Především je třeba dát si otázku, zdali tato tak důležitá modlitba sama bez dalšího uzdraví **všechna** předchozí zranění duše a zdali se tím dá získat nikdy nezakusená základní důvěra.

Mohu a musím v úkonu odevzdání dosavadního života svěřit Bohu všechny utrpěné frustrace, všechny nezdary, které jsem musel prožít, všechn smutek nad svým životem. Mohu odpustit všem, kteří život můj poničili, když jsem si předtím svůj hněv **přiznal**. Mohu děkovat všem, kteří mi pomáhali žít. Dokonce mohu přijmout i sebe samého, a to srdečně, se vši slabostí, rozbitostí, neurózou, negativitou a zatížeností

Když se odevzdám Bohu, když se k němu přimknu, místo abych mezi něho a sebe stavěl sebe samého se svými marnivostmi a sebestřednostmi, může se to stát. Mohu **se vzdát protestu** proti svému údělu poškozeného, místo abych strnul v životní křeči nebo abych chtěl umřít. Tím si vytvářím možnost udělat nejlepší možné z toho, co jsem a co mám v ruce.

V horizontu Ducha svatého, na existenciální rovině, na níž se může odehrát **obnova v Duchu**, se mění můj vztah ke mně samému a k životu. Pak už můj život není „plané povídání“. Odevzdání se v Duchu proráží cestu také správné lásce k sobě i lásce k Ty.

Domnívám se však, že jednorázový úkon vrácení či předání nezmění všechno to, co potřebuje **vývoj**. Poruchy vývoje a zrání, které se mohou projevit jako následky poškození v raném dětství, zůstávají dále. Neprožité období vzdoru s doprovodným negativním vztahem k majetku, pořádku a vůli zůstává úkolem, který je třeba **splnit dodatečně**. Když nebylo v pubertě dost odvahy k opozici s cílem osamostatnění Já a uvolnění z hnízda a od odpovědnosti závislé na autoritách, je třeba ji uskutečnit dodatečně.

Měla by se tedy emocionálně zodpovědět a zpracovat zranění (psychotraumata), která se ukryla před vzpomínkou hluboko do tmy nevědění. Potlačené emoce a agrese z té tmy stále tlačí a hrozí. Vyzvednout je na světlo a zbavit nebezpečného náboje, to je často **dlouhodobý** a namáhavý proces. Bylo by přehnané očekávat, že se modlitbou a úkonem odevzdání změní povahová struktura, neuroticky deformovaná, „Děti“ zpožděné ve vývoji potřebují mnoho času, aby se staly dospělými. Ani opakovanými úkony „změny smýšlení“ se nedají uzdravit nutkové tendence a úzkost před rozhodováním a odpovědností, zážitková chudoba a tendence k přehánění. Snad se tím však může **dát do pohybu vývoj** – a už to je mnoho.

Geistesgaben heute (vyd. Heribert Mühlen), Mainz 1982, 89–95, 98n.