

Biblický text: Efezským 4,25-32

*„Proto zanechte lži a ‚mluvte pravdu každý se svým bližním‘, vždyť jste údy téhož těla. ‚Hněváte-li se, nehřešte.‘ Nenechte nad svým hněvem zapadnout slunce a nedopřejte místa ďáblu. Kdo kradl, ať už nekrade, ale ať raději přiloží ruce k pořádné práci, aby se měl o co rozdělit s potřebnými. Z vašich úst ať nevyjde ani jedno špatné slovo, ale vždy jen dobré, které by pomohlo, kde je třeba, a tak posluchačům přineslo milost. A nezarmucujte svatého Ducha Božího, jehož pečeť nesete pro den vykoupení. Ať je vám vzdálena všechna tvrdost, zloba, hněv, křik, utrhaní (POMLUVY) a s tím i každá špatnost; buďte k sobě navzájem laskaví, milosrdní, odpouštějte si navzájem, jako i Bůh v Kristu odpustil vám.“*

### **I. Jazyk (a slovo) – malej, ale nebezpečnej aneb dobrý sluha, ale zlý pán**

Slovo v minulosti mělo nesmírnou váhu, slovem se uzavíraly sňatky, slovem se uzavíraly obchody, slovem se končily války, slovem se ručilo za majetek i život. Ta doba je dávno pryč. Dneska na všechno jsou zapotřebí smlouvy. Když si chcete pojistit např. dovolenou, čtete desítky stran obchodních podmínek, různých výluk. A životní pojištění to je celá kniha. Už nestačí manželská smlouva, dělají se předmanželské smlouvy a před před manželské smlouvy, předkupní smlouvy a další. Na jednu stranu slovo ztratilo váhu, ale na straně druhé stále zůstává velmi silným nástrojem, který může na jedné straně ublížit, na straně druhé být k užítku.

Bible v listu Jakubově přirovnává jazyk ke kormidlu a malému ohni (řekněme ze sirky). Kormidlo je poměrně malá součástka, ale ovládá obrovskou loď. Zkáza velelodi Titaniku by mohla být zažehnána, kdyby se kormidlo natočilo jinak. Nebo malá zápalka podpálí les a hoří stovky hektarů lesa. Tyto dva příklady nám hovoří o tom, jakou moc má jazyk, resp. slovo. To, co vychází z našich úst je velmi důležité a dopad toho, co vyslovíme, již nelze vzít zpět. Ano, můžeme se omluvit, ale ta stopa tam je. Když prý jednou něco nahrajeme na internet, tak to už tam „někde“ zůstane, i když to smažeme. Dopad slov je nesmírně velký – a to jak negativně, tak pozitivně.

V biblickém textu jsme si četli o projevech jazyka, resp. moci slov. Můžeme jimi bořit, ničit, být destruktivní, ale na druhou stranu má rovněž obrovskou moc budovat, povzbudit, podepřít. Žel častěji se asi děje to první. Člověk k tomu má jaksi sklony.

### **II. Slovem zraňujeme, boříme a ničíme vztahy a životy druhým i sobě**

Slovo bylo na začátku pádu člověka do hříchu – satan, ten dávný had řekl ženě, že když Boha neposlechnou, tak že se nic nestane, že naopak budu sami jako bohové – to byla však osudová lež.

Existují filozofické směry, nebo názory, že člověk je od základu dobrý, že jeho přirozenost je dobrá, jen je třeba ji probudit (humanismus). Osobně zastávám spíše opačný názor, že člověk je od přirozenosti zkažený, právě proto, že odmítl jít po Boží cestě, kterou pro něho připravil. Dobrému Bohu řekl člověk ne, zlému satanovi řekl ano. A od té doby se to veze. Myšlení člověka, jeho nitro, je poškozené, jeho přirozenost je hříšná, jeho myšlení je hříšné. Je zajímavé, že zlé věci se nemusíme nijak učit – to jde jaksi samo. Malé dítě umí ubližovat druhému dítěti jaksi přirozeně a musí se učit to nedělat. To, co říkáme, v drtivé většině případů (snad až na instinktivní výkřiky při situacích život ohrožujících) napřed více či méně promyslíme v hlavě – před slovem je myšlení. Bible používá pro pojem myšlení i slovo srdce. Ježíš jednou řekl, že ze srdce vycházejí vraždy, cizoložství, loupeže, křivá svědectví, urážky. A to je přesně ono – přirozeně máme sklon slova používat k destrukci, k ničení vztahů, nikoliv

k jejich budování. Ono přísloví mluví stříbro, mlčeti zlato má něco do sebe (mimořádně v současné době stojí 1 gram stříbra asi 15Kč, kdežto zlato asi 1000Kč). Jak můžeme raniť?

**a) lež** – ničí důvěru, lež má krátké nohy (dříve nebo později se na ní přijde), lež je jako sněhová koule, nabaluje se jedna na druhou až je ta koule tak těžká, že nás buď zavalí, nebo s ní už nemůžeme ani hnout. Doktor Plzák „radí“ (v případě nevěry) zatloukat, zatloukat, zatloukat, ale to nemá řešení, protože jednou to praskne a zničí vše. Čím více lže, tím více destruktivní důsledky. Symbolem lži je Pinocchio – kterému se vždy, když zalhal, prodloužil nos.

**b) hněv** – to je specifická reakce, která sama o sobě ještě nemusí být špatná. Internetová encyklopedie Wikipedia definuje hněv jako silnou **afektivní reakce** na překážku, která se staví do cesty při dosahování nějakého cíle nebo brání rozvíjení jednání. Jde o **emoci**, jejímž původním smyslem bylo připravit jedince na útok. Projevy hněvu zpravidla trvají **krátce**. I Ježíš se hněval – emocionální reakce na danou situaci. Jsme lidé mající i city, někdo více, někdo méně, ale na určité věci, situace nebo osoby reagujeme i pocitově. Někdy se to projeví i somaticky, tělesně (zrudneme nebo zezelenáme, či se zpotíme, až to není hezké). Důležité je, co pak s těmi emocemi udělám, zda jim dám průchod, nebo je dostanu pod kontrolu. Bible nás učí, že hněv nemáme v sobě držet, ale minimálně jednou za 24 hodin tyto emoce „zkrotit“. Hněv totiž ubližuje hlavně nám samotným (je to reakce uvnitř nás).

**c) tvrdost (tvrdá slova)** – nadávky, zraňující slovo, snižujeme jimi hodnotu druhého člověka. Nemusí jít jenom o sprostá, vulgární slova – např. jsi debil, co děláš, ty kreténe apod. (a to jsem použil mírnější výrazy), ale stejně tvrdě mohou znít výroky typu: k ničemu nejsi, jsi tlustá, z tebe nic nebude, na co sáhneš, to zkazíš, už s tebou nebudu nikdy kámoš apod. Naše emoce můžeme velmi rychle vyjádřit slovy, která ublíží. Nejhorší je, když to uděláme v afektu – pak za nějakou chvíli nás to mrzí, protože jsme vlastně řekli něco, co jsme ani nechtěli.

**d) pomluvy (na cti utrhání)** – říkání o druhém něco, co není pravda (blízko lži). Když jsem hledal na internetu definici pomluvy, tak se téměř vždy vztahuje dokonce k právnímu deliktu, přestupku, nebo i trestnému činu. Ano, pomluva může být klasifikována v naší společnosti jako trestný čin. Tak to už je vážné. A přesto se pomluvy relativně často dějí, a nevyhýbají se ani církvi. Pomluva je to, co bych nemohl říct druhému přímo s klidným svědomím, resp. něco, co říkám jinak za jeho zády a jinak, když s daným člověkem komunikuji přímo. Pomlouváme s cílem shodit druhé, získat jejich pozici, nebo ho pouze očernit, zdiskreditovat, nebo se sám povýšit nad druhého. Pomluvy působí jako dřevomorka – ničí strukturu zevnitř – navenek nikdo nic nepozná (na rozdíl od tvrdých slov), ale vztahy jsou nakažené, panuje nedůvěra, povrchnost, pokrytectví. A to nemluvě o tom, když se pomluva donese k jejímu adresátovi – vzniká hněv a zloba a kdo ví, co ještě. Pomluva je nebezpečná zejména proto, že se ten druhý nemůže nijak vyjádřit, bránit.

### **3. Slovo, které buduje aneb lék na lež, tvrdost a pomluvy**

Slovo má na druhou stranu i uzdravující moc – může být laskavé (řekneme to hezky, s láskou), povzbuzující (budující), milosrdné (se soucitem), odpouštějící (s vědomím vlastních chyb).

Rada 1: Než cokoliv řekneš, zamysli se – VYCHLADNI. Rada 2: Přemýšlej o tom, že i ty chybuješ – VCIŤ SE. Rada 3: Hledej pozitivní na prvním místě – CHVAL. Rada 4: Měř to sám sebou – chtěl bys, aby ti to, co chceš říct druhému, řekl od tobě? – PŘEMYŠLEJ. Rada 5: Můžeš to, co chceš o druhém říct, říct mu přímo? – BUĎ PRAVDIVÝ.

Učme se krotit náš hněv hned v počátku, učme se nemluvit zbrkle, ale chvíli počkat. Kdo nechybuje slovem, je dokonalý muž, přesto k této dokonalosti směřujme s vědomím toho, že to je možné a navíc to zlepší vztahy s druhými a konec konců i vlastní zdraví.

Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem (i slovech) jednejte s nimi.