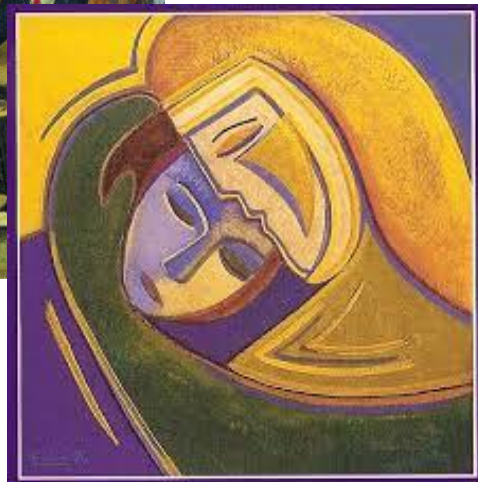
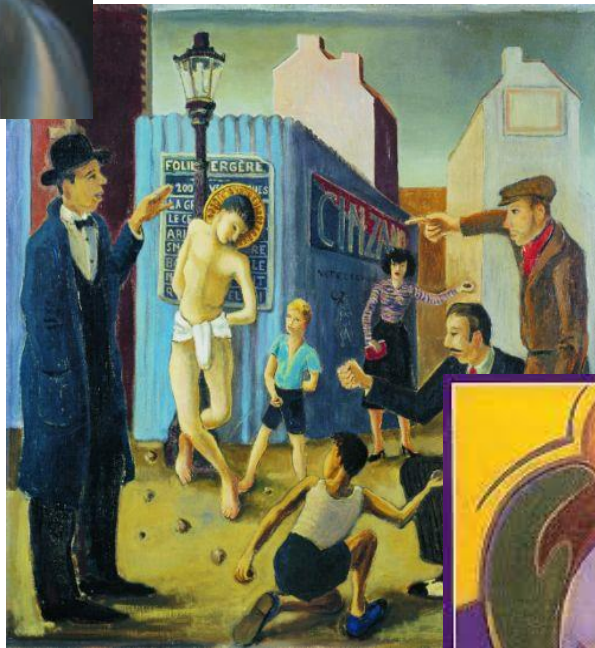




Římskokatolická Farnost Sv. Tomáše Praha 1



Skutky milosrdenství III

PRACOVNÍ MATERIÁLY V ROKU MILOSRDNŤSVÍ

2016

5. a 6. SKUTEK DUCHOVNÍHO MILOSRDENSTVÍ: ODPOUŠTĚT URÁŽKY A TRPĚLIVĚ SNÁŠET OBTÍŽNÉ LIDI.

Úvod

Dnes se podíváme na 5. a 6. skutek duchovního milosrdenství: Odpouštět urážky a trpělivě snášet obtížné lidi. Oba skutky spolu souvisejí, protože mají v základu ten nejtěžší příkaz, který nám Ježíš dal: ctít a milovat ty, kdo se k nám nechovají přátelsky.

Tyto dva skutky nám připomínají, že člověk má svoji hodnotu a důstojnost, ne na základě toho jaké postavení, funkci, profesi ve společnosti zastává, jaké má tituly, ale svým samotným bytím. Každý je hodný lásky. Ale mají ještě o mnoho hlubší smysl. Jsou blahodárné ne jen pro toho, komu se milosrdenství „dostává“, ale i pro toho kdo je vykonává. Pro něho se totiž stávají pramenem míru a svobody. Aniž bychom si to uvědomovali, ohromná část našeho chování je pouhou reakcí na chování druhých:....“já ho nemám rád, protože on mně nenávidí“...protože se na mně zle díval“... „udělám to, protože ten člověk je nesnesitelný“... „dříve než do mne kopl, dal jsem mu jednu“...

Reakce, reakce, reakce. Jsme otroci chování ostatních, dokonce i vlastních předsudků.

Pohledme na Ježíše jako na vzor svobodného člověka. On nás miluje a koná skutky lásky nezávisle na tom, kým jsme, jestliže ho přijímáme nebo ho posloucháme. On nám svým příkladem otevírá cesty ke svobodě.

Nejde tady jen o jakousi spravedlnost, o to, že já také často, chtěně i nechtěně, urážím a ubližuji, a také jsem pro několik lidí obtížný, ba i pro někoho nesnesitelný, a tudíž dopřeji jiným to, co bych si přál, aby udělali i pro mne, aby mi odpouštěli a tolerovali moje záporné stránky. Jde také o to, že ten, kdo dokáže odpouštět a přijímat bližního (a to občas není snadné, a není to jen tak), je svobodný člověk.



5. Odpouštět urážky

V Bibli o odpuštění

Kdo stojí o lásku, přikrývá přestoupení,
ale kdo je přetřásá, rozlučuje důvěrné přátele.

Příslaví 17,9.

Buďte k sobě navzájem laskaví, milosrdní,
odpouštějte si navzájem, jako i Bůh v Kristu odpustil vám.

Efezkým 4,32.

Neboť jestliže odpustíte lidem jejich přestoupení,
i vám odpustí váš nebeský Otec;

Matouš 6,14.

Snášejte se navzájem a odpouštějte si, má-li kdo něco
proti druhému. Jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy.

Koloským 3, 13.

a můj lid, který se nazývá mým jménem, se pokoří
a bude se modlit a vyhledávat mě a odvrátí se
od svých zlých cest, tehdy je vyslyším z nebes,
odpustím jim jejich hříchy a uzdravím jejich zemi.

2. Paralipomenon 7,14.

Kdo je Bůh jako ty,
který snímá nepravost,
promíjí nevěrnost pozůstatku
svého dědictví!

Nesetrvává ve svém hněvu,
neboť si oblíbil milosrdenství.

Micheáš 7,14.

neboť ty jsi, Panovníku, dobrý a nabízíš odpuštění;
ke všem, kdo tě volají, jsi nejvyšší milosrdný.

Žalm 86,5

Nesudte, a nebudete souzeni; nezavrhuje,
a nebudete zavrženi; odpouštějte, a bude vám odpuštěno.

Lukáš 6,37.

Budiž vám tedy známo, bratří, že skrze něho se vám zvěstuje odpuštění
všech hříchů, a to i těch, jichž vás nemohl zprostit Mojžíšův zákon. Ale v něm
je ospravedlněn každý, kdo věří.

Skutky apoštolů 13,38-39.



On je smírnou obětí za naše hříchy, a nejenom za naše, ale za hříchy celého světa.

1 Janův 2,2.

V něm jsme vykoupeni jeho krví a naše hříchy jsou nám odpuštěny pro přebohatou milost,

Efezkým 1,7.

Petr jim odpověděl: „Obratťe se a každý z vás ať přijme křest ve jménu Ježíše Krista na odpuštění svých hříchů, a dostanete dar Ducha svatého.

Skutky apoštolů 2,38.

Roztrhněte svá srdce,
ne oděv,
navraťte se k Hospodinu, svému Bohu,
neboť je milostivý a plný slitování,
shovívavý a nejvyšš milosrdný.
Jímá ho lítost nad každým zlem.

Joél 2,13.

Proto číňte pokání a obraťte se,
aby byly smazány vaše hříchy.

Skutky apoštolů 3,19.

Kdo kryje svá přestoupení, nebude mít zdar,
ale kdo je vyznává a opouští, dojde slitování.

Příslaví 18,13.

A odpusť nám naše viny, jako i my jsme odpustili těm,
kdo se provinili proti nám.

Matouš 6, 12.

Je někdo z vás nemocen? Ať zavolá starší církve, ti ať se nad ním modlí a potírají ho olejem ve jménu Páně. Modlitba víry zachrání nemocného, Pán jej pozdvihne, a dopustil-li se hříchů, bude mu odpuštěno.

Jakub 5,14-15

Láska přikryje množství hříchů.

1 Pt 4, 8

I vstal a šel k svému otci. Když ještě byl daleko, otec ho spatřil a hnut lítostí běžel k němu, objal ho a políbil.

Lukáš 15, 20.

Ježíš řekl: „Otče, odpusť jim, vždyť nevědí, co činí.“

Lukáš 23,34.



ODPUŠTĚNÍ JAKO PROCES

Křesťané o tom často nemluví, protože se jaksi předpokládá, že máme odpouštět bezpodmínečně, bezprostředně, hned.

Ale zpovědníci, a také ti, kteří se věnují psychickému zdraví, vědí, že odpouštět není tak lehké: „Já ale nedokážu odpouštět“. „Nemůžu na ten den vzpomínat bez nenávisti“. „Odpustila jsem, když nedokážu zapomenout?“ „Odpustil jsem mu, ale už nedokážu, aby byl ten vztah jako dříve“... Tyto věty a mnoha podobných zní často, asi častěji, než si myslíte. Mnoho kajících, nebo lidí, kteří se radí s knězem, skrývá v sobě podobné rány. Cítí, nebo si myslí, že nedokážou odpouštět. A dusí to v sobě, protože jsou přesvědčeni, že křesťan má odpouštět okamžitě, úplně, bezvýhradně. A oni, kteří to takto nedokážou, jsou asi „nenormální“.

Ale je třeba říci, že odpuštění je proces. Je třeba odpustit, když jsme utrpěli křivdy nebo urážky, kdy jsme poškozeni, kdy trpíme vnitřní rány. A stejně, jako u fyzické rány, uzdravení chce čas, a občas i něco s tím dělat. Malá škrábnutí nepotřebují většinou žádnou léčbu, jen desinfekci a čekat. Stejně tak malé vnitřní rány se uzdravují samy, ten proces se koná automaticky a nepozorovaně. Ale je-li tato rána větší, lze ten proces podpořit, aby došlo k vysněnému míru v srdci.

Proces odpuštění obsahuje hlavně uzdravení vlastní vnitřní rány. Protože viník se ani třeba nepamatuje, snad si ani nevšiml, jakou škodu způsobil. Ale já jsem otrokem vlastní zášti. Když odpustím, sám se vysvobodím. Zároveň, odpuštění je proces definování vlastních hranic. V odpuštění jako procesu odpustím, ale takovým způsobem, že se z toho poučím a mohu zabránit, aby se něco takového už znovu nestalo.

Mnozí to srovnávají s průběhem žalu, kterým projde ten, kdo ztratil milovanou osobu nebo utrpěl velkou ztrátu. Etapy obou procesů jsou podobné. Občas se nám do toho nechce; protože víme, že ten proces je bolestivý, že ho doprovází stavy smutku a vzteku... a co kdyby se mi to vymklo z ruky?

Fáze procesu odpuštění:

- popření, negace;
- hněv, zlost, zloba, vztek;
- smutek, truchlení;
- podmíněné odpuštění;
- přijetí, akceptace.

„WORKSHOPY“ O ODPUŠTĚNÍ, VIZ POSLEDNÍ STANA!

6. Trpělivě snášet obtížné lidi

Tímto skutkem se snažíme vytvořit milosrdné, dokonalé srdce, ve vědomí, že nikdo není dokonalý

Všichni se musíme započítat do počtu „obtížných osob“, přirozeně někdo více, někdo méně. Tento podnět je prospěšný pro všechny. A všichni se musíme učit ctnosti snášenlivosti.

Jakmile člověk roste v letech, může vidět sám sebe realističtěji. Poznáváme naše chyby: jsme netrpěliví, žárliví, závistiví... občas vypadá, že jsme ty neřesti překonali, ale skutečností je, že se stále vracejí, až se stanou křížem, který vlečeme - křížem nejen pro druhé, ale i pro nás samé...

Jak jsme vděční, když někdo trpělivě snáší naše chyby. Není to opravdu potěšení pro naše duše? S těmito lidmi, kteří nás umí snášet, bychom měli zůstat nejvíce, protože oni nás mají rádi takové, jací opravdu jsme.

“Trpělivě snášet obtížné lidi”, vybízí církev. Kdo to dělá ve svrchované míře je sám Bůh, který jako otec trpělivě snáší naše chyby, vždyť “on ví, že jsme jen stvoření, pamatuje, že jsme prach (Žalm 103).

Můžeme se zamyslet, kolik lidí během našeho života nás snášelo: rodiče, sourozenci, potomci, učitelé, nadřízení, podřízení... nekonečný seznam těch, kteří tím, že snášeli naše nedostatky, potěšili naše srdce, zvláště v těžkých dobách, kdy vypadalo, že se naše chyby samovolně vynoří.

V tomto roku, když se snažíme “být milosrdní, jako náš Otec je milosrdný”, jak můžeme snášet obtížné lidi?

Za prvé je třeba říci, že ten skutek milosrdenství, jako všechny, vychází ze srdce, které už prožilo tuto skutečnost. “Jsme zkrátka povoláni žít milosrdenství, protože nejprve bylo prokázáno nám” (František, Misericordiae Vultus, 9). Je třeba tehdy začínat tím, že v srdci pěstujeme upřímnou vděčnost k Bohu a k lidem, kteří nás během našeho života trpělivě snášeli.

V praxi potom nacházíme dva způsoby, jak žít tento skutek, jeden vnější a jeden vnitřní. Vnější spočívá ve věcech, jako je usmívat se, když nás někdo vyruší, odpovědět laskavě, i když bychom chtěli vyjádřit nespokojenost, být trpělivými vůči dotěrným lidem... to už by byl velký pokrok, ale pokud chceme hluboce prožívat tento skutek milosrdenství, měli bychom se pokoušet ho prožívat vnitřně.

Lze vytvořit milosrdné srdce, které nejen umí vydržet, ale dělá to s pravou trpělivostí. Srdce, které se nerozčiluje nad nedostatky bližního, ale snáší je, protože ví, že všichni jsme slabí a nikdo není dokonalý. Takové srdce uskutečňuje to, co říká svatý Pavel v hymnu lásky: „láska je trpělivá, laskavá“ (1 Kor 13,4.).

Letos nám Pán dává zvláštní milost, abychom prožívali milosrdenství. Doufáme, že se jeho slib splní: „blaze milosrdným, neboť oni dojdou milosrdenství“ (Mt 5,7)

Náměty:

Trpělivě čekat na pomalejšího, naslouchat tomu, kdo nám potřebuje něco sdělit.

Trpělivě jednat s nemocnými, starými nebo nesympatickými lidmi.

Trpělivě čekat – ve frontě na oběd, na autobus...

Mít čas pro druhé a dobře využívat svůj čas.

Kout Modlitby

Věčné Slovo

Věčné Slovo,
jednorozený Synu Boží,
nauč nás pravé velkomyslnosti.
Nauč nás Tobě sloužit,
jak toho právem zasluhuješ:
ať dáváme a nepočítáme,
ať bojujeme a nedbáme ran,
ať pracujeme a nehledáme odpočinek,
ať se obětujeme
a nečekáme jinou odměnu
kromě vědomí,
že jsme splnili Tvou vůli.
Amen.

Ignác z Loyoly

Modlitba Františka z Assisi

Pane, udělej ze mne nástroj svého

pokoje:

-kde je nenávisť, tam ať přináším lásku,

-kde je křivda, ať přináším odpuštění,

-kde je nesvár, ať přináším jednotu,

-kde je omyl, ať přináším pravdu,

-kde je pochybnost, ať přináším víru,

-kde je zoufalství, ať přináším naději,

-kde je temnota, ať přináším světlo,

-kde je smutek, ať přináším radost.

Pane, učiň, ať nechci tolik

být utěšován,

jako spíše utěšovat,

být chápán, jako spíše chápat,

být milován, jako spíše milovat.

Neboť tak jest:

kdo se dává, ten přijímá,

kdo na sebe zapomíná, ten je nalézán,

kdo odpouští, tomu se odpouští,

kdo umírá, ten povstává

k věčnému životu.

Předsevzetí

Moje předsevzetí pro příští dva týdny

„WORKSHOPY“ O ODPUŠTĚNÍ U SVATÉHO TOMÁŠE

Jedním ze způsobů, jak podpořit proces odpuštění, jsou workshopy, v kterých se za pomoci a vedení odborníka zpracovává vnitřní zranění. Člověk vědomě projde různými etapami procesu odpouštění, a může být s podporou vytažen z marastu, kam se dostal.

Odpuštění je uzdravení srdce. Uzdravení duchovní a duševní. Odpouštět je skutek milosrdenství. Vůči druhému, a vůči sobě samému. Protože, když osvobodím druhého od mé nenávisti a jejích možných plodů, také já se stávám znovu svobodným. A většinou se naučím nejen odpouštět, ale i žádat o odpuštění a dosáhnout smíření ve vztazích. Je to skutek milosrdenství a Boží milost. Občas prosíme Pána Boha: „ať dokážu odpustit“. A Bůh odpoví tím, že vlije do srdcí odpuštění... nebo, že nám dá prostředky, abychom mohli ten proces vykonat. A i to mohou být zmíněné workshopy.

Tady, u svatého Tomáše, chystáme na podzim takové workshopy o odpuštění. Každý z nich bude realizován v několika schůzkách. Budou se konat v malých skupinách, jak to vyžaduje citlivá práce na sobě. Jsou pro každého, kdo poznal, že se mu minulost vrací, že nějaká rána hnisá v jeho duši a on by si přál ji uzdravit. Považujeme to za výbornou možnost, která pro mnohé může být dovršením tohoto roku milosrdenství.

Nebude nám vadit, v případě potřeby, zorganizovat i více workshopů.

Prosím zájemce, nebo kohokoli, kdo by chtěl o tom podrobnější informace, aby mne kontaktovali (antoniorivas@augustiniani.cz, +420608227686), abychom mohli workshopy organizovat a stanovit termíny, které by Vám vyhovovaly.

Odpouštění je proces. Ale křesťan má odpouštět, to určitě. Proto, když mně někdo říká: „Nedokážu odpustit“, já se ptám, zda to chce dělat, zda se chce alespoň o to pokoušet. Kdo odmítá odpouštět, je daleko Pána (...jako i my odpouštíme našim viníkům...). Ale „odpustit“ je sloveso, a můžeme ho časovat v přítomném čase. Mnohdy, když někdo říká, že nedokáže odpustit, neodmítá to. Pouze nedokončil ten proces. Nemůže o tom mluvit ještě v minulém čase. Ale pokud nezavrhl ten proces, já mu odpovím: co říkáš, že nedokážeš? Když právě v tom okamžiku to děláš! Jenom, že jsi v půli toho procesu; dnes ještě „odpouštíš“, v přítomném, nedokonavém čase, a když na tom zapracuješ, spolu s Bohem a jeho milostí, někdy, snad brzy, budeš moci