

# ŽIVOT VÍRY

Proměna  
společnosti  
evangeliem

V Severní  
Koreji  
víra neumřela  
/ 7

M. a K. Okáčovi  
o nemoci  
i o naději  
/ 8

Čtyři kaplani:  
svědectví  
i ve smrti  
/ 24

**Když  
bolí duše**

**Terapii, nebo  
pastoraci?**



# Co najdete v tomto čísle

## ÚVODNÍK

- 4 Popel, pokání... pomoc?**  
Petr Kučera

## ZE ŽIVOTA CÍRKVE

- 6 Mladí lidé v církvi**  
Martin Penc
- 7 Severní Korea:  
Bůh jedná za ostnatým  
drátem**  
Aliya Kuykendallová

## ROZHOVOR

- 8 Mít naději, že i s nemocí  
má život smysl**  
Martin a Kateřina Okáčovi

## TÉMA: KDYŽ BOLÍ DUŠE

- 12 Fyziologická porucha,  
nebo duchovní problém?**  
Tereza Hejnicová
- 15 Myslíte, že potřebuju  
psychologa?**  
Pavel Raus

- 17 Co neříkat člověku  
v depresi**  
Ráchel Bícová

- 18 Je to všechno moje vina?**  
Ida Pencová

## MŮJ PŘÍBĚH

- 20 Připravovala jsem  
vlastní pohřeb**  
Tony Kalmová
- 21 Vetřelec**  
Tereza Krejčí
- 22 Jako bych měl v hrudi  
kostku ledu**  
David Svačina

## VZTAHY, RODINA

- 23 Nedobrovolně svobodní  
v církvi**  
Lenka Mikisková

## Z HISTORIE

- 24 Zkáza parníku Dorchester**  
Jaroslav Pleva
- 25 Dobrá zpráva  
působí jako balzám**  
Miloslav Kloubek

## PŘIPRAVUJEME

- **Hana a Ota Pinknerovi**
  - rozhovor o hudbě, manželství a životních etapách
- **téma: Chvály v církvi**
  - teologické mýty o chválách
  - rozhovor s Janou Zubajovou ze skupiny Heartbeat
  - co nás ruší při uctívání
- **Jak se vedou slepí?**
  - úvodník Miloše Poborského



**4**  
**Popel, pokání... pomoc?**  
únorová příprava na Velikonoce



**7**  
**„Zemřu, když se nepokloním?“**  
sdílení evangelia v Severní Koreji



**8**  
**„Nejhorší je,  
že problém není vidět“**  
manželé Okáčovi o životě s nemocí



**12**  
**Léky proti démonům?**  
co stojí za psychickými nemocemi



**20**  
**Vrátila jsem se k životu**  
příběh Tony Kalmové



**24**  
**Zkáza parníku Dorchester**  
statečná oběť čtyř kaplanů

Kniha byla zakoupena na serveru Palmknihy.cz.

**Kupující:** martin.okac@seznam.cz

**ID 2126100465**

Upozorňujeme, že kniha je určena pouze pro potřeby kupujícího. Kniha jako celek ani žádná její část nesmí být volně šířena na internetu, ani jinak dále zveřejňována. V případě dalšího šíření neoprávněně zasáhnete do autorského práva s důsledky dle platného autorského zákona a trestního zákoníku. Neoprávněným šířením knihy poškodíte rozvoj elektronických knih v ČR. Tak nám, prosím, pomozte v rozvoji e-knih a chovejte se ke knize, k nakladatelům, k autorům a také k nám fér.



**Život víry je měsíčník vydávaný Křesťanskou misijní společností (KMS), která sdružuje různá křesťanská společenství, organizace a jednotlivce. KMS slouží k vzájemnému dorozumění křesťanských pracovníků, kteří usilují o misií a o jednotu křesťanů ve světle Písma. Chce napomáhat k duchovnímu růstu a vzdělávání křesťanů a místních sborů. KMS chce sloužit Božímu lidu. Snaží se o prohloubení vztahů mezi křesťany a usiluje o probuzení.**

## PŘEDPLATNÉ A DISTRIBUCE

Časopis objednávejte pomocí formuláře na webu [www.zivotviry.cz](http://www.zivotviry.cz) nebo na e-mailové adrese [predplatne@zivotviry.cz](mailto:predplatne@zivotviry.cz), popř. na tel. čísle 284 841 922.

Předplatné lze zahájit kterýmkoli měsícem roku. Jednotlivá čísla lze zakoupit také v **audioverzi** a jako **PDF** (viz [www.zivotviry.cz](http://www.zivotviry.cz)).

Předplatné, distribuce a reklamace **na Slovensku**: SK Christiana Bratislava, tel.: +421 915 317 476 (volat po 15:00 nebo SMS), e-mail: [zivot.viry@christiana.sk](mailto:zivot.viry@christiana.sk)

Distribuce **pro zrakově postižené** elektronicky: Diakonie ČCE, tel.: 222 316 306, [szp@scps.diakonie.cz](mailto:szp@scps.diakonie.cz)

**Šéfredaktor:** Mgr. Tomáš Coufal

**Redakce:** Mgr. Kateřina Coufalová, Ing. arch. Tomáš Dittrich, Mgr. Jitka Evanová

**Redakční rada:** Ing. arch. Tomáš Dittrich, Ing. Lubomír Ondráček, Mgr. Jiří Unger, Ing. arch. Kateřina Hodecová

**Sazba:** Ondřej Pumr

**Korektury:** Mgr. Kateřina Coufalová, Zdenka Brázdilová, Mgr. Tomáš Coufal

**Výtvarná spolupráce:** Pavel Bosman

**Tisk:** Grafotechna Plus, s. r. o.

**Redakce a administrace**

KMS – Život víry, Primátorská 41, 180 00 Praha 8  
tel.: 284 841 922, e-mail: [redakce@zivotviry.cz](mailto:redakce@zivotviry.cz),  
web: [www.zivotviry.cz](http://www.zivotviry.cz)

**Vydavatel:** KMS, IČ 539 147, MK ČR E 6094, ISSN 1210-43-45

Uzávěrka **rádkové i plošné inzerce** je druhého dne předchozího měsíce. Později zadané inzerty zařadíme dle možnosti, s 50% příplatkem.  
Podmínky inzerce: <http://zivotviry.cz/inzerce>

Za obsah podepsaných článků odpovídají autoři. Redakce si vyhrazuje právo zaslané příspěvky krátit. Snažíme se publikovat původní texty. Pokud články, které nám posíláte, chcete zveřejnit i jinde, prosíme, abyste nás o tom informovali.

Přetiskování článků či jejich delších částí bez písemného svolení redakce se zapovídá, přetiskování kratších částí (do jednoho odstavce) možno pouze s uvedením přesné citace (včetně ročníku, názvu článku a strany). Jednotlivé články možno šířit prostřednictvím xerokopii, pouze zdarma.

Číslo vychází koncem předchozího měsíce a je distribuováno během první poloviny měsíce.

Vydávání podpořili

QUANTUM | RENOMIA NETWORK

## Milý čtenáři,

apoštol Pavel občas říká věci, které jsou pro nás těžko přijatelné. Zatímco k tomu, že napomenul Petra z pokrytectví, se hlásí i z odstupu (Ga 2,14), při verbálním napadení velekněze to bylo jinak: **Pavel mu řekl: „Tebe bude bít Bůh, ty obílená stěno...“** Ti, kdo stáli poblíž, řekli: **„Ty tupíš Božího velekněze?“** Pavel řekl: **„Nevěděl jsem, bratři, že je veleknězem. Vždyť je napsáno: „Vládci svého lidu nebudeš zlořečit.“** (Sk 23,3–5) Pavlovo pokání proběhlo rychle a zřejmě bez emocí. To však neznamená, že to nebylo pokání.

O Timoteovi Filipským napsal: **Nemám nikoho jiného stejně smýšlejícího, jenž by se upřímně staral o vaše dobro; neboť všichni hledají svých věcí, a ne věcí Ježíše Krista.** (Fp 2,20–21)

A podobně Timoteovi: **Při mé první obhajobě nikdo při mně nebyl, nýbrž všichni mě opustili.** (2Tm 4,16) Zde to není tak konfliktní, protože nešlo o dopis, který měl být čten veřejně, ale ani pro samotného Timotea to patrně nebylo snadné, zvláště když věděl jmenovitě, kdo Pavla mohl podpořit, ale neudělal to. Radši úplně pomímám Pavlovův výsměch křesťanům judaistům, když jim píše, ať se k obrázce nechají rovnou vykastrovat (Ga 5,12). To je opravdu silné kafe.

Všechny uvedené Pavlovy výroky se vymykají standardům našeho církevního prostředí. Možná by za ně Pavel byl dnes napomínán; nebo ne, ale my vedoucí bychom s ním měli problém. Tyto výroky by mohly být hříšné (ten ze Sk 23,3 hříšný opravdu je), ale u Pavla v nich není sebestlást, jen otevřeně, roztržené srdce. Pokud je v srdci nečistota (doutnající zranění, pocit méněcennosti, ambice se realizovat aj.), je taková spontánní otevřenost škodlivá.

V našich sborech nejradši nikoho nejmenujeme: **„Jeden bratr řekl tohle, druhý udělal támhleto, dva bratři onemocněli covidem.“** Máme obavy, abychom se uvedením jmen někoho nedotkli a aby to, když řekneme, o koho šlo, nebyla pomluva. To jsou určitě závažné důvody pro opatrnost. Nicméně když o někom mluvil Pavel, téměř vždy ho jmenoval. U těch, které neuváděl jménem, adresáti listů často věděli, o koho běží (např. u krvesmilníka z 1K 5 nebo u falešných učitelů z Ga 5,12).

Někoho jmenovat s sebou vždycky nese rizika, kterým se (často z pohodlnosti či ze zvyku) snažíme vyhnout. Pavel korintským křesťanům napsal: **Lidé z domu Chloé mi o vás oznámili, moji bratři, že jsou mezi vámi spory.** (1K 1,11) Jednak se Pavel dotkl choulostivé situace ve sboru, jednak z lidí z domu Chloé udělal „bonzáky“. Možná bylo dobře, že si Pavlovi stěžovali, možná si ale nestěžovali správným způsobem nebo si vůbec stěžovat neměli – to už teď nepoznáme. Ať je to tak, nebo tak, Pavel je otevřený. Myslím, že mu rozumíme. Otázka je, jsme-li ochotni to dělat taky tak.

S touto veřejnou otevřeností se v církevních kruzích, kde se pohybuji, prakticky nesetkávám. Všechno se řeší soukromě (ať nedím pokoutně). Vytvořila se až jakási kultura decentnosti, korektnosti a útlocitného brání ohledů, která působí křesťansky, ale od toho, jak žil a sloužil Pavel, se liší. Pavel totiž spory a stranictví v korintském sboru řešil veřejně, přestože z kontextu obou dochovaných listů Korintským vidíme, že jeho pozice nebyla pevná.

Jinde píše: **Napomínám Euodii a napomínám Syntychu, aby stejně smýšlely v Pánu.** (Fp 4,2) Nejednota těch dvou dam asi nezůstávala lidem ve filipském sboru skrytá, ale Pavel z ní dělá všeobecné politikum. Tím, že veřejně žádá pastoračního pracovníka, patrně Lukáše, aby se do toho vložil, pravděpodobně urychluje řešení sporu (Fp 4,3).

Timoteovi postupně připomíná pět výtečníků, kteří mu znepríjemňovali život: **Viš o tom, že se ode mne odvrátili všichni, kdo jsou v Asii, mezi nimi Fygelos a Hermogenés.** (2Tm 1,15) **Vyhýbej se prázdňným světským řečem, neboť ti, kdo tak mluví, budou stále víc postupovat k bezbožnosti a jejich nauka se bude šířit jako sněh.** Patří k nim i Hymenaios a Filétos... (2Tm 2,16–17) **Démas mě totiž opustil, protože více miloval tento svět...** (2Tm 4,10a)

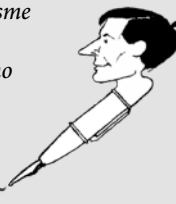
O ostré hádce Pavla s Barnabášem (Sk 19,39) moc informací nemáme. Zdálo by se, že pravdu měl Pavel, protože kniha Skutků pak popisuje Pavlova, ne Barnabášovu službu, ale není to jisté.

Pavel se nerozpokoval veřejně říkat negativní věci, jestliže to byla pravda. V tom připomínal Ježíše a v tom se liší od mnohých dnešních vedoucích a sborů na Západě a vůbec od přístupů euroatlantické kultury. Je paradoxem, že západní decentnost a úsilí chránit soukromí každého občana, např. pověstné, v některých případech užitečné, jindy absurdní GDPR, jsou odvozeny z biblických principů. Zatímco ale Pavel se v rámci společenství a bratrské lásky nebál jmenovat lidi, aniž by se jich zeptal, jestli o nich může mluvit, GDPR chce jakési „chození ve světle“ zařadit formálně, ne na základě vztahů (v nekřesťanském společenství je něco takového prakticky nemožné), a proto bude jen chabým pokusem o to, co se instituční cestou vyřešit nedá.

Je církev instituce, nebo rodina? V rodině, pokud je to jen trochu možné, lidí, se kterými jsme v kontaktu, jmenujeme. Bylo by absurdní, kdybych své dceři řekl: **„Jeden z našich synů má covid.“** Myslela by si, že jsem se zbláznil, když jí neřeknu, který. Zneklidněn a inspirován Pavlem jsem si dal zásadu lidi jmenovat, pokud k tomu, abych je nejmenoval, nemám jasný biblický důvod. Snadné to ale není – lidé kolem mají s mou otevřeností občas potíže, takže už někdy radši nic neříkám, abych si ušetřil starosti.

Když se na Pavlovy výroky dívám, mám pocit, že by v našich společenstvích narázely možná ještě víc. Znamená to, že jsme svatější než Pavel, nebo že jsme se vzdálili některým rysům biblického křesťanství?

Tomáš Dittrich



# Popel, pokání... pomoc?

## Připravit se na Velikonoce

PETR KUČERA

*Únor pro mě vždy byl a je začátkem očekávání na daleké Velikonoce. Zpravidla někdy v druhé polovině druhého měsíce roku začíná tzv. postní období. Jeho prvním dnem je Popelční středa. Už léta má tento den pevné místo v mém kalendáři. Letos je jím 22. únor.*

**D**o významných dní února však nedávno přibyl 24. den tohoto měsíce. Temné datum loňského roku. Zřejmě navždy si budu pamatovat, jak mi v noci pípla esemeska. Nevěřil jsem jejímu obsahu. Sešel jsem po tmavých schodech do kanceláře k počítači. Za chvíli se mi na monitoru rozsvítila mapa Ukrajiny. Její plocha byla pokryta symboly výbuchů ve velkých městech. Začala válka. Vladimír Vladimirovič spustil „speciál-

### Smyslem půstu není dieta, nepříjemné odříkání. Má nás učinit svobodnějšími.

ní vojenskou operaci“. Od toho dne lépe rozumím povzdchům svých rodičů a prarodičů na výročí 14. března (obsazení Československa) nebo 21. srpna (okupace „sprátenými“ vojsky). K datům, u kterých si vždy povzdychnu, přibyl 24. únor. Navždycky.

Ale zpět k půstu. Popelční středa je pro nás protestanty stále ještě trochu cizí. A možná už ne. Její myšlenka není k zahoení. Pro mě začala hrát roli někdy v období vysokoškolských studií. Blahoslavený den prvního setkání s tímto svátkem. Poprvé mi ji připomněl, jen tak mimoděk, jeden kazatel při oznámení na konci biblické hodiny. Popelční středa! Už jen ten název zněl tajemně. Lákal k poznání a uchopení.

O několik let později přišlo nadějně předjaří roku 1990. Začaly svobodné časy. Tehdy jsme zakládali ekumenické společenství studentů vysokých škol. Ve středu po jakési poradě jsme se rozcházelí. Jeden z katolických bratrů, spolupracovníků, se ke mně naklonil. Tajemně a nespěšně mi pošeptal, že dnes spěchají, protože mají „popelce“, ale to my prý asi moc neznáme. Konec věty zněl spíš omluvně než vyčítavě. Vzpomněl jsem si na onu dávnou biblickou hodinu. Ten večer jsem poprvé nespěšně navštívil svou první popelční bohoslužbu. Moc jsem nechápal, ale tušení něčeho lákavého přede mnou šlehalo jako plamének.

Dnes už vím o trochu víc. Název „popelční“ odkazuje na kající sypání popela na hlavu ve starozákonních dobách. Tím dnem začíná čtyřicetidenní (bez nedělí) příprava na Velikonoce – půst. Končí Nedělí vzkříšení.

### Začít jedním dřepem

Smyslem půstu však není dieta, prožití nepříjemného odříkání a tlaku v žaludku. Má to být užitečný půst, který přinese do života zjednodušení či nějakou pravidelnost a učiní nás svobodnějšími. Může jít třeba o takovou drobnost, jako je zřeknutí se kávy nebo alkoholu, nějakého nadbytečného jídla, spaní s mobilem, hraní her, zavedení postního dne v týdnu nebo opravdového dne odpočinku. Může jít o závazek ve čtení Písma, rozhodnutí přečíst nějakou kvalitní předvelikonoční knihu.

Vědomí, že je to jen na určitou omezenou dobu, je příjemné a závazek ulehčující. Na konci období však mohou některé dobré postní závazky prosáknout do našeho života a stát se jeho pravidelnou součástí. Mám rád přírovnání k lázním: Jsou dobré nejen léčebnými účinky, ale i úpravou životního rytmu a stylu, odpočinkem. Uzdravující návyky se mohou proměnit v návyky posvěcené.

Období půstu je i časem pokání. Půst nás totiž učiní citlivějšími na to, čím jsme svázáni. Jak píše Elizabeth O'Connorová: „Začala jsem vidět, že vydržet bez jídla zdaleka nebylo cílem půstu. Pomohlo mi to, že jsem začala pocítovat hlad. Začala jsem půst od jídla spojovat s jinými oblastmi života, kde jsem dříve jednala na základě náhlých pohnutek... Abych byla spokojená, nemusela jsem si už nutně sednout v autobuse ani být v létě v chládku a v zimě v teple... Začala jsem přemýšlet, co znamená plně podřídit život Bohu.“ Ano, zavést postní čas je dobré. Ne nadarmo někteří nevěřící muži jako jakousi ozvěnu církevního roku zavědli „suchý únor“.

Půst je na základě mé zkušenosti jednak boj s vlastní leností, jednak učením se odhadnout míru svých závazků. Kolikrát jsem si dal až příliš velké cíle, a potom všechno vzdal.

Lepší je začít například jen s chlebovým či zeleninovým půstem. Udělat třeba pouze jeden dřep, a další den vám to bude trapné a uděláte raději dva, potom tři. Lenost a zaběhanost ztrácejí sílu. Izajáš mluví krásně o půstu jako o „rozvázání okovů svévole“ (Iz 58,6). Nadechnutí se ovzduší Boží svobody. Svoboda se však vůbec nelíbí Zlému. Když už vás nemůže stáhnout do těžkých okovů nesvobody, používá taktiku života v běžné šedi: „Nějak je a nějak bylo.“ Proto je dobré poznat, že může být mnohem lépe. K tomu může trocha odřeknutí pomoci.

### Kapky dělají moře

Období půstu bude letos více umocněné vědomím, že nedaleko od nás, skoro u souseqů, trpí lidé pústy nedobrovolnými. Žijí často bez jídla, bez tepla, bez elektrických spotřebičů. A my jsme si zde v pohodlí na přítomnost nedaleké války zvykli. První tři měsíce po napadení Ukrajiny Putinovým Ruskem byly pro mě plně zděšení a odhodlání pomoci každému, kdo o pomoc požádal. Byl jsem skoro na prašky: telefony, na uších sluchátka, východní nocežníci, e-maily i cesty na Ukrajinu... Nadále pomáhám, nadále jsem ve styku se svými přáteli a jsem součástí struktur, které pomoc organizují. Ale přesto jsem sám překvapen, jak se člověk snadno může „otřepat“, jako psík po vykoupaní, a přivyknout životu v blízkosti utrpení.

A tak letošní půst bude jistě ovlivněn smutným datem 24. února. Původním smyslem půstu bylo vzdát se jídla, oblečení, cenných věcí ve prospěch těch, kteří nic nemají. Snad je to výzva, jak nějak chytře a moudře postní období umocnit. Před rokem jsme uprostřed prosociálně smýšlející Evropy těžko hledali opravdu potřebného. Nyní s hledáním potřebných nebudeme mít problém. Stačí se podívat na pár fotek. Přichází naopak rozhodovací paralýza. Pomáhat těm, kdo se sem přestěhovali? Nemají se přece špatně. Pomáhat těm na východě? Má to smysl, když nikdo neví, jak válka dopadne? A když už pomáhat u ruských hranic, potom kde? Na severu, na jihu, někde uprostřed? A proč nepomáhají bohatí Ukrajinci, o kterých se postupně dozvídáme?

Tyto otazníky nic nemění na tom, že kousek od nás jsou lidé ztraceni uprostřed zvuků letadel, do velké míry odříznuti od civilizace. A nám nezbyvá než hledat, kde a komu pomoci. Hledat, kdo dělá dobrou a co nejadresnější pomoc, na kterou jsou velké humanitární organizace krátké. Znovu a znovu se vracím ke slovům svého ukrajinského kamaráda-pastora, že kapka za kapkou dělá moře.

Přichází únor. Pro některé suchý únor. Pro některé postní únor. Pro některé únor umocněný válečnou situací. „Půst je vážný čas,“ zaslých jsem kdysi v kostele právě o Popelční středě v malém kostelíku pod Beskydami. Tak vám přeji vážný a požehnaný únor, ať ho prožijete jakkoliv. ■



Ing. Petr Kučera je kazatelem CB Bratislava a místopředsedou rady Dorostové unie.



## Modlitby před volbami

Páté 6. ledna vyhlásily KMS a ČEA dnem modliteb a půstu za volbu prezidenta. Vyzvaly k modlitbám individuálním i k místním modlitebním setkáním. V Praze se křesťané z různých církví sešli v prostorách Křesťanského společenství na Palmovce.

Přibližně čtyři desítky modlitebníků se po úvodu a chválách modlily ve skupinkách postupně za tři témata. Téma „právo a spravedlnost v Česku v době krizi“ uvedl Miloš Kačírek, který o základech práva vyučuje na ETS. Poukázal mj. na problém rozpojení práva a spravedlnosti v naší zemi.



M. Kačírek

Přímo téma prezidentské volby uvedl Petr Kobylka, absolvent politiky a pracovník střeďočeského krajského úřadu. Zaměřil se na popis prezidentských kompetencí a na okruh otázek, které by si voliči měli před volbou klást.



P. Kobylka

Závěrečný blok proti rozdělení církve a společnosti vedl Lubomír Ondráček, tajemník KMS. Ten upozornil na problém na rozdělení v církvi kvůli odlišným politickým postojům: „Při minulých prezidentských volbách někteří dělali z výběru kandidáta test pravověří,“ připomněl a dodal: „Církev by měla být příkladem vstřícné a slušné komunikace i v případech, že spolu politicky nesouhlasíme.“

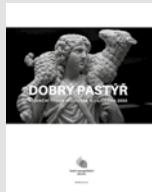
Modlitebníci se rozcházeli po dvou hodinách modliteb s vědomím, že je třeba se modlit i dále, že modlitby za vládcu patří k úkolům Božího lidu a že mají smysl.



1

## ATM: Týden modliteb se inspiroval žalmem 23

Druhý lednový týden (8.–15. 1.) proběhl další ročník Aliančního týdne modliteb, který každoročně pořádá Česká evangelikální aliance (ČEA). Jeho letošním tématem byl Dobrý pastýř, texty modlitebního průvodce vycházely z žalmu 23 a 1000 let jeho ozvěn ve Starém a Novém zákoně.



„Alianční týden modliteb proběhl v desítkách měst napříč širokým spektrem církvi a je i po více než 150 letech živým místem společných modliteb Božího lidu, kde společně vstupujeme do nového roku,“ uvedl pro Život víry tajemník ČEA Jiří Unger.

Zapojilo se již tradičně množství jednotlivců i sborů, které často pořádaly každodenní ekumenická shromáždění s kázáním

na konkrétní verše z žalmu 23 a následnými společnými modlitbami podle námětů v modlitebním průvodci. Z mnoha modlitebních okruhů lze zmínit např. diakonie, obnovu církvi a sborů a jejich modlitebního života, misijní iniciativy, současnou mladou generaci a její duševní zdraví, náše města, Ukrajinu, Írán či Rusko.

## Setkání Taizé v Rostocku se zúčastnili i Češi

V německém Rostocku proběhlo ve dnech 28. 12. – 1. 1. evropské setkání mladých organizované francouzskou ekumenickou komunitou Taizé.

„V Rostocku si bratři z Taizé vybrali skutečně evropské místo. Hanzovní město má vliv po celém Baltu. Mezi křesťanskými církvemi zde panuje velmi dobré porozumění ... Společná modlitba, zpěv, ticho – jsem rád, že duch Taizé letos zavítá do



Rostocku,“ uvedl hamburský katolický arcibiskup dr. Stefan Heße.

Setkání se zúčastnilo kolem 5000 mladých lidí z téměř 50 zemí. Mezi nimi bylo i několik desítek Čechů a asi 30 převážně mladých žen z válkou zasažené Ukrajiny. Účastníci přijaly farnosti a sbory různých církví, které v Rostocku i jeho okolí působí, a ubytovaly je místní rodiny včetně těch, které se k žádné církvi nehlasí.

Jádrem programu byly modlitby, které se konaly třikrát denně: ráno v hostitelských společenstvích a v poledne a večer společně na výstavišti HanseMesse. Společné modlitby byly také živě přenášeny na internetu. Odpolední workshopy na nejrůznější sociální, duchovní nebo umělecká témata byly otevřeny nejen účastníkům, ale i zájemcům z řad veřejnosti. K příchodem několikrát promluvil představený ekumenické komunity Taizé bratr Alois a jednu promluvu k biblickému textu přednesl i bývalý spolkový prezident Joachim Gauck.

Příští evropské setkání mladých se bude konat 28. 12. 2023 – 1. 1. 2024 ve slovinšské Lublani.

## Singles o pornografii

Platforma Singles+ pro nezadané křesťany z protestantských církví pravidelně v zimním období pořádá on-line setkání na různá témata. První setkání proběhlo 7. 1. a zúčastnilo se ho 25 zájemců; věnovalo se tématu pornografie. Přednášejícím byl ředitel projektu NePorno Pete Lupton.

„Pete nám přiblížil, z jakých důvodů může závislost na pornu vzniknout a proč je tak těžké se z ní vymanit. Přidal také šokující fakta o tom, kolik lidí v církvi podle průzkumu ČEA (2018) sleduje porno

(dnes – po covidu – budou čísla pravděpodobně větší),“ uvedla pro Život víry Lenka Mikisková.

Cílem setkání bylo rozšířit povědomí o problému a o možnostech pomoci. Praktické rady, jak se se závislostí na pornu vypořádat a jak se mohou svobodně vyhnout pokušení, nabídl Pete ve druhé části přednášky. Atmosféra byla příjemná, účastníci měli hodně dotazů a živě diskutovali ve skupinkách.

## 50 mužů kolem ohně

V polovině ledna proběhlo na hradě Hauenštejně v Krušných horách již osmé zimní víkendové setkání mužů s názvem Kolem ohně. Na akci, kterou pořádá neformální skupina přátel (Tomáš Polívka, Michal Stanislav, Martin Hasík a Lukáš Pokorný), se sešlo přes 50 účastníků z různých církví i věkových kategorií.

„Cítím potřebu svoji mužskou spiritualitu rozvíjet, poznávat mužské archetypy a hledat vzory. Být součástí společenství mužů, kde se může člověk sdílet a naslouchat druhým. A užít si ticho a nádhery okolní přírody,“ uvedl Lukáš Pokorný, jeden z organizátorů, své důvody, proč se na tuto „výpravu za dobrodružstvím“ vydal.

Vyučování na téma biblických knih Soudců a Rút přinesl pastor Ken Wilson ze sboru Fellowship Bible Church v americkém městě Conway (Arkansas). Nedílnou součástí programu bylo také opékání uzenin, rozhovory u ohně, pěší výlet, společné modlitby a chvály.

Další setkání se bude konat během druhého víkendu v červnu v Křídlech u Nového Města n. Mor. (viz [www.kolemohne.cz](http://www.kolemohne.cz)).



3

připravili Jitka Evanová, Lubomír Ondráček a Tomáš Coufal

## zprávy

### ■ Zemřel Benedikt XVI.

31. 12. 2022 zemřel ve věku 95 let emeritní papež Benedikt XVI., který stál v čele katolické církve v letech 2005–2013. „S dojetím vzpomínáme na jeho osobnost, tak šlechetnou, tak dobrou. Cítíme v srdcích velkou vděčnost Bohu za to, že ji daroval církvi a světu,“ řekl při obřadu ve svatopetrské bazilice papež František.

Občanským jménem Joseph Ratzinger se narodil 16. dubna 1927 v německém Bavorsku. Jako profe-

sor působil na německých univerzitách a byl jedním z teologických konzultantů druhého vatikánského koncilu. Později se stal mnichovským arcibiskupem, kardinálem, také prefektem Kongregace pro nauku víry. Papežem byl zvolen po úmrtí Jana Pavla II. V roce 2009 navštívil i ČR. Byl prvním papežem po zhruba 600 letech, který na svou funkci ze zdravotních důvodů rezignoval.

Křesťan dnes, Dingir

### ■ Graham kritizoval Amy Grantovou. Americký evangelista Franklin

Graham kritizoval křesťanskou zpěvačku Amy Grantovou poté, co spolu s manželem oznámila, že na své farmě hodlá uspořádat svatbu své neteře s osobou stejného pohlaví. V příspěvku na Facebooku z 18. 12. vedoucí Evangelizační asociace Billyho Grahama uvedl: „Bůh určuje, co je hřích, ne my; a jeho slovo jasně říká, že (praktikovaná) homosexualita je hřích.“ Graham se ohradil proti slovům Grantové zveřejněným v deníku Washington Post, kde řekla, že Ježíš zúžil naplnění zákona do dvou přikázání:

„milovat Boha a milovat se navzájem“.

Graham souhlasil s tím, že Bůh vyzývá k lásce, ale zdůraznil, že milovat Boha také znamená být mu poslušný. „Milovat druhé pro mě znamená také starat se o jejich duše a o to, kde stráví věčnost ... milovat lidi natolik, abych jim řekl pravdu z Božího slova,“ dodal.

Křesťan dnes

### ■ Konference Revive: Studenti vyhlízejí probuzení. Kolem 2300 studentů 86 různých (převážně evropských) národností

se na přelomu roku sešlo v německém Karlsruhe na pětidenním setkání Revive Europe. Cílem druhého ročníku akce bylo povzbudit účastníky k tomu, aby byli aktivními nástroji probuzení mezi mladými lidmi na evropských univerzitách.

„Modlíme se za to, aby studenty a mladé lidi naplnil Bůh, aby znovu změnili dějiny tohoto kontinentu,“ řekla Sarah Breuelová, ředitelka Revive. „Jsem rozhodnuti věřit, že Bůh s Evropou neskončil a že žijeme v době před probuzením,“ uvedla také.

Konference klade velký důraz na modlitbu. Její největší tým se zabývá pastorační péčí, osobní modlitbou a přímluvami – skupina se schází již dva a půl roku, aby přinášela duchovní podporu. V rámci akce probíhaly vícejazyčné bohoslužby a semináře. Jeden z nich s tématem „Bůh a věda“ měl profesor John Lennox. Mezi hosty byl i Pete Greig z hnutí Modlitby 24-7, který vedl novoroční setkání s modlitbami za různé evropské regiony.

Křesťan dnes, Evangelical Focus

# Mladí lidé v církvi

## K výsledkům průzkumu o sborových mládežích

MARTIN PENG

*„Naše mládež je plně součástí sboru.“ „No, to naše mládež je téměř jako sbor ve sboru.“ Podobné věty slyším celá roky na setkáních pastorů. Daný řečník pak často svoji zkušenost zobecní i na celou církev. Jak se ale české mládeže mají doopravdy? Co potřebují, co se jim daří nebo čím se naopak trápí? Takové otázky nás, pracovníky s mládeží z různých protestantských denominací, zajímaly už několik let.*

**P**ostupně jsme zjistili, že ať jde o vedení odboru mládeže CB, AC, SCEAV, KřSb, či KS, všichni čelíme podobným výzvám. Začali jsme se scházet a klást si otázky, co můžeme dělat společně, a každý rok připravujeme nový plán společných aktivit. Začali jsme spolupracovat i s Křesťanskou akademií mladých.

Dlouho jsme nevěděli, jak vypadá typická česká skupina křesťanské mládeže a co prožívá. V roce 2021 jsme proto udělali první průzkum potřeb českých protestantských mládeží a loni jsme spustili druhé kolo. První rok jsme zapojili 113 mládeží, v roce 2022 to bylo 82 mládeží. Jde o přibližně 40 % všech mládeží ze sedmi vybraných denominací (CB, AC, SCEAV, BJB, KřSb, KS a SŽ).

### Misie vnitřní a vnější

Průměrná velikost skupiny je 17 mládežníků (v době covidu 15), holek bývá o pár procent víc než kluků. Na setkání mládeže chodí v průměru 72 % křesťanů a 28 % hledajících či nevěřících. Z těch, kdo už jsou věřící, 77 % vyrostlo v církvi, ostatní přišli z necírkevního prostředí.

Za rok 2022 ve vybraných 82 skupinách (celkem reprezentují cca 1400 lidí) uvěřilo 66 mladých lidí a došlo k 71 křtům.

Na otázku, jakým způsobem přicházejí lidé na mládež, odpovědělo 97 % respondentů, že na osobní pozvání, a 57 % z jednorázových akcí (bylo možné zahrnout více odpovědí). Podobně zní odpověď, co funguje nejlépe při sdílení víry: 84 % udává „osobní přístup jednotlivců“ a 45 % „evangelizační akce a dlouhodobé programy či kluby“.

Můžeme tedy mít radost z misijních výsledků: Mladí lidé ke Kristu přicházejí, v průměru jde o pět procent nových křesťanů ročně. Nejvíce nám ale jde vnitřní misie.

Stále je velmi efektivní osobní sdílení víry a osobní pozvání do mládeže. Někdy možná investujeme hodně síly do sofistikovaných aktivit, což není špatně, je však zásadní, aby fungovalo to nejjednodušší: Chtít a umět o své víře mluvit, odpovídat na otázky vrstevníků. 15 %

respondentů také uvádí, že vliv na příchod nových lidí mají sociální sítě. A 11 % mládeží údajně žádné misijní aktivity nemá.

### Vedoucí a účast v neděli

V církvi pracujeme především s malými skupinami do 20 lidí, kde se často střídá vedoucí. Hlavní vedoucí mládeže (ve třech případech ze čtyř jde o muže) obvykle ve své pozici vydrží cca 4,5 roku, tj. v podstatě jedno kolo střední školy. Většinou to probíhá tak, že mládežník nadšený léty strávenými v dané skupině se další čtyři a půl roku věnuje jejímu vedení, než se posune někam dál.

Po covidu se velká část vedoucích obměnila. 70 % současných vedoucích uvádí, že vnímají Boží povolání ke službě, nevykřývají tedy jen mezeru či potřebu (jak to bývalo dřív). S tím souvisí také pomalu se zvyšující doba jejich působení.

Většina výše popsaných výsledků je u všech sedmi zkoumaných denominací celkem podobná. Největší rozdíly mezi církvemi se projevíly v tom, jakým způsobem probíhá komunikace mezi vedením sboru a vedením mládeže. Zprůměrováno: 65 % vedoucích uvádí, že mají možnost ovlivnit směřování a fungování sboru. 52 % říká, že komunikace s vedením sboru jim pomáhá při vedení mládeže. 56 % vnímá zájem o jejich osobní život a službu. Výsledky ovšem u jednotlivých otázek u různých denominací kolísají od 25 do 80 procent.

Z ankety vyplývají dvě výzvy. Jsou jimi zmenšující se účast na nedělních bohoslužbách (účastní se jich jen dvě třetiny mládežníků; před covidem to bylo 72 %), ale také nízké propojení mládeží se sborem. Nejde přitom o záměrné odpojení, ale spíše o míru porozumění, o to, jak se generace vedoucích sborů a mládeže dívá na potřeby mladších či zkušenějších víry, o odlišný pohled na význam církve ve společnosti nebo formu bohoslužeb, o to, jak se sbor staví k tématům, jako jsou gender, řízení církve či řešení problematiky duševního zdraví. Ze zahraničních průzkumů je zřejmý zvyšující se odliv mladých dospělých z církve. V ČR tento trend zatím není tak viditelný, ale

narůstá také. U nás mladí mj. nemají tolik alternativ, kam by mohli přestoupit.

### Duševní zdraví

V roce 2022 jsme do ankety zařadili také stále aktuálnější otázky týkající se duševního zdraví. Výskyt těchto problémů mezi mladými křesťany je podobný široké veřejnosti.

Ilustruje to i má zkušenost: V létě jsem na festivalu Kristfest pozoroval začátek deskové hry čtyř lidí. Když si sedli, rozvinul se rozhovor. První povídá: „Letos jsem se dostal už dvakrát do psychiatrické léčebny.“ Druhý vytřeštil oči: „Já chodím na terapie, ve škole jsem se nechal stáhnout k sebepoškození.“ Třetí řekl: „Já od covidu nechci nikoho vidět, i sem mě rodiče přivezli povinně... ale nakonec jsem asi rád.“ Čtvrtý na to: „Já jsem zatím nic neřešil, tak se omlouvám.“ Hru nakonec nehráli a povídali si, co kdo prožívá.

Ale zpátky k anketě: 62 % vedoucích uvádí, že se v jejich skupině vyskytly vztahové poruchy (mladí lidé nechtějí být se svými vrstevníky, nevyhledávají akce jako dříve, nehlásí se na kempy). Jde o postcovidovou reakci a vliv dlouhého odloučení od vrstevníků. Mladí lidé se nezapoují tak jako dříve, je těžší je k něčemu motivovat. Doporučuje se mnohem více zážitkových aktivit, kde mohou obnovit svá přátelství, získat nové zážitky i touhu něco tvořit. Některé mládeže dokonce přešly do skupinkového modelu a zrušily či omezily hromadná setkání, kde jsou lidé častěji schovaní v davu.

Pokud jde o další problémy, v polovině mládeží byl někdo s depresivními stavy, 34 % mládeží má zkušenosti se sebepoškozením některých členů, v 17 % mládeží byli lidé s poruchou příjmu potravy. 16 % vedoucích uvádí, že ve sku-

### Mladí lidé ke Kristu přicházejí, v průměru jde o pět procent nových křesťanů ročně.

pině je jeden či více těch, kdo mají za sebou hospitalizaci nebo prochází terapií. Jen 12 % skupin žádné z těchto otázek neřeší.

Co na to vedoucí? 53 % z nich by si přálo, aby se v jejich sboru o problémech více mluvilo, 67 % si přeje vědět, na koho se mají obrátit, když se jim někdo s problémem svěřil, a 81 % si uvědomuje potřebu zvýšení vlastního vzdělání v této věci.

Církev v různých etapách a staletích byla pomocnou rukou společnosti v těžkých tématech. Přemýšlím, zda pro nás tato situace není hozenou rukavicí. Výzvou, abychom nejen přijali, že se to týká i „našich“ dětí, ale abychom také vytvářeli bezpečný prostor pro ty, kteří hledají přijetí i odbornou pomoc. Stejně potíže řeší vedoucí kroužků nebo učitelé ve školách a ani oni nevědí, co s tím. Tyto problémy tu budou i v dalších letech, stále na situaci můžeme vhodně reagovat. ■



Martin Peng, DiS., je pastorem AC Kolín a členem Rady církve AC (zástupce za mládež).



# Severní Korea: Bůh jedná za ostatným drátem

ALIYA KUYKENDALLOVÁ

*„Zemřu, když se nepokloním?“ Takové myšlenky napadaly Ester Čchangovou (Esther Chang), když ji severokorejsí vládní úředníci přivedli k soše severokorejského vůdce. Čínská misionářka v Severní Koreji spolu s dalšími šesti křesťany z celého světa promluvila k několika stovkám lidí, kteří se loni 22.–23. října šli nedaleko texaského Dallasu na konferenci Hlasy pronásledované církve.*

Ester vyprávěla, že když předstoupila před modlu, její strach byl vystřídán hněvem. Lidé hladověli. V dále ležela na zemi mrtvá těla. Okolí sochy ale bylo bez poskvrny. Prostranství zdobily stromy a dovezená zeleň. Ve městě nesvítily elektrické osvětlení, ale modlu osvětlovaly reflektory. „Ve jménu Ježíše, ať je tato modla rozdrčena a zničena,“ modlila se Ester tiše.

Všem lidem shromážděným před sochou úředník přikázal, aby se jí poklonili. Všichni se roboticky uklonili o 90 stupňů a odešli. Nikdo si nevšiml, že Ester se nesklonila. „Modla mě taky neviděla. Ale cítila jsem, jak Bůh buduje mou odvahu.“ K modle byla Ester přivedena pokaždé, když město navštívila. „Těším se, až Ježíš řekne: ‚Dobrá práce, moje dcero.‘“

## Za péči na mě vytáhli nůž

Ester Čchangová na konferenci mluvila o své práci, kdy přinášela pomoc a evangelium národu poznamenanému smrtí a modlářstvím, ale nyní také prozračenému světlem evangelia. Ester nejprve sloužila severokorejským uprchlíkům v Číně. Když byla uvězněna, začala sdílet evangelium se všemi vězni. Každý z nich přišel k Ježíši. Ve vězení měla vidění, ve kterém spatřila „to, na co se dnes dívám“ – a ukázala přítom do místnosti plné lidí různých etnik, ke kterým nyní mluvila. Z vězení byla brzy propuštěna a pokračovala ve své práci. Navzdory překážkám (a jak věří, díky půstu a modlitbám) jí Bůh umožnil vycestovat za prací na ostrov Saipan, který patří Spojeným státům. Zde mohla navštěvovat společenství křesťanů. Postila se a modlila se za svou rodinu, aby dospěla k víře. To se nakonec také stalo.

Když se Čchangová vrátila do Číny, viděla strašlivé věci: „Když jsem šla podél řeky, viděla jsem mrtvolky.“ V polovině 90. let do oblasti denně přicházeli severokorejsí uprchlíci. Brala je k sobě domů, myla je a krmila. Měli špinavé vlasy plné vši a hmyzu. Na podlahu zvraceli krev. Ženy na sobě neměly spodní prádlo. Starala se o ně a vybírala jim vši z vlasů. Bůh Ester ukázal, že podobně vypadá ona před ním.

Nebylo výjimkou, že po ní uprchlíci s nožem požadovali peníze. Ohrožovali i život jejího syna. Ester volala k Bohu, že to nezvládne. Šla se modlit na vrchol hory a řekla Bohu, že se bude posít, dokud nezemře. To ale Bůh nedopustil, a místo toho ji povolal nejen ke službě uprchlíkům, ale i k tomu, aby šla do Severní Koreje.

Čchangová řekla, že se cítila jako Jonáš, který utíkal před Božím voláním. Cestou do Severní Koreje šla kolem mnoha mrtvol. Viděla starou ženu, která se krčila u stromu a pak zemřela. V jedné vesnici žil jistý čtyřicetiletý muž, o kterém všichni věděli, že snědl dceru svého souseda.

„Klekla jsem si na vlakové koleje a začala jsem plakat a činit pokání: Bože, zápasila jsem proti tvé vůli o svůj život. Kdybych tě poslouchala, mohla jsem se s těmi lidmi modlit a oni ještě mohli být naživu. Pane, kdybys mi teď vzal život, zachránil bys tyto lidi a tuto zemi?“ líčila Čangová a dodala: „Stále cítím bolest z této modlitby. Zároveň jsem vnímala, jako by Bůh začal mou mysl přeladovat.“

Když se v Číně starala o severokorejské uprchlíky, nejdou jim řekla: „Já jsem vám prokázala lásku, a vy mi teď vyhrožujete?“ Když se však sama ocitla v Severní Koreji, musela se sama sebe ptát: „Kdybych se narodila v této zemi, byla bych jiná? Nejspíš ne.“ Naučila se tam jíst cokoli, dokonce i trávu, kterou žerou prasata. A jak dodává, její tělo kvůli tomu dodnes nese následky.

## Bible pod dekami, na hřbitovech...

Čchangová své učedníky vyučovala z Bible při světle petrolejové lampy, pod dekami i na hřbitovech na vrcholcích hor. Mnohokrát jí přivedli před obrovské modly představující severokorejské vůdce a nařizovali jí, aby se jim poklonila, ale ona to v tichosti odmítala. Nakonec ji úředníci zadrželi. Po týdnů, kdy se s nimi dohadovala, jí Bůh řekl, aby je ignorovala a modlila se. Rozhovor s jedním z úředníků popsala takto:

„Co to děláte?“

„Modlím se za vás.“

„Zbláznila jste se?“



Sochy Kim Ir-sena a Kim Čong-ila v Pchjongjangu

„Ne, jsem blázen pro Ježíše.“

Jeden z úředníků se jí tak bál, že nakonec utekl a Bůh ji z místa, kde byla zadržována, vyvedl.

Čchangová vzpomínala také na jednoho vládního úředníka, který byl na pokraji smrti. Každý den mu dala šedesát biblických veršů, aby se je naučil nazpaměť. Nakonec se uzdravil. Nevěřicně šel do čínské nemocnice, kde potvrdili, že je zdravý. Úředník uvěřil a následujících pět let cestoval a po celé zemi sdílel evangelium. Nakonec byl uvězněn a zemřel.

„Bůh mi dal příležitost vidět mnoho lidí, jak přicházejí k Bohu,“ uzavřela své vyprávění Čchangová. „Navzdory těžkostem, které v Se-

## Navzdory tomu, jak je v Severní Koreji těžké být křesťanem, církve zde roste.

verní Koreji přináší být křesťanem, zde církev roste. Bůh to dělá způsoby, které si mnohdy ani nedokážeme představit.“

Jako příklad zmiňuje Severokorejce, který jí volal, že prasnice, kterou jim dala, porodila pět selat, ale všechna zemřela. „Proč mi to říkáte?“ zeptala se. Prý viděli, jak Bůh vždy odpovídal na její modlitby. A tak se ve jménu Ježíše modlila, aby Bůh selata uzdravil. Za deset dnů jí volali, že všechna selata jsou živá a zdravá.

„Korea není opuštěná ani prokletá země. Je to země probuzení.“ Na závěr svého příspěvku Čchangová přítomné vyzvala, aby se k ní připojili v modlitbách za Severní Koreu a za to, aby se svým synem mohla dál sloužit Pánu Ježíši. „Modlíme se za jednotu církve v Severní Koreji. Všichni, které jsem vyučovala, se dál scházejí a pod dekami se modlí.“ V Číně je mnoho severokorejských sirotků a Esterini sourozenci se o ně starají. Zůstanou tam a budou věrně sloužit Pánu, „ať se děje cokoli“.

překlad Kateřina Coufalová  
Převzato se svolením z [www.stream.org](http://www.stream.org)  
redakčně zkráceno.



Aliya Kuykendallová je redaktorkou časopisu The Stream.





**M**anželé, kteří úsměvem žijí to, co by jiné možná položilo. Ale není v tom žádné velikášství; právě naopak je v jejich životě na první pohled patrná pokora, s jakou svou situaci přijímají a žijí, a hlavně se naučili, že poslušnost Bohu i důvěryhodným lidem okolo je pevná hráz, která pomáhá zvládnout i to, co člověk s duševní poruchou někdy nerozpozná včas.

#### **Martine, jaké bylo vaše dětství?**

Vyrůstal jsem ve fungující rodině, která měla své silné i slabé stránky. Maminka byla učitelka, tatínek voják. Možná by někdo řekl, že už to je diagnóza, ale já jsem to tak nevnímal. Rodiče mě měli rádi a dělali pro mě a moji sestru maximum. Vyrůstal jsem v malém městě Příbor, škola mi šla, byl jsem aktivní ve sportu, hrál jsem závodně tenis, cvičil jsem, dělal jsem věci jako každý jiný, ale ideální kluk jsem nebyl. Když se do našeho okolí přestěhoval někdo nový, začal jsem ho šikanovat. Tehdy jsem zjistil, že je ve mně i něco špatného. Bylo to moje první osobní setkání se zlem. To mi bylo asi 9 nebo 10 let.

#### **Následující roky vašeho dětství poznamenalo hned několik složitých situací...**

Když mi bylo asi 13 nebo 14 let, museli jsme se přestěhovat do Brna. To byl velký zásah do života naší rodiny i do mého zdraví. Začínal jsem poslední ročník základní školy a moje maminka vážně onemocněla, nikdo mi její nemoc neuměl vysvětlit. Zůstali jsme se sestrou na všechno sami. Do toho přišel na jaře 1986 výbuch jaderné elektrárny v Černobylu. Myslel jsem si, že jsem to způsobil já, a těžce jsem tím trpěl. Začal jsem se uzavírat do sebe, z aktivního kluka se

stal zádumčivý uzavřený člověk. Ve škole si se mnou nevěděli rady spolužáci ani učitelé, a rodiče už vůbec ne. Sestra byla mým jediným spojením se světem, odpovídal jsem jí jednoslovně „ano“, „ne“.

#### **Jak na to reagovali rodiče?**

Snažili se mě léčit podle svého nejlepšího vědomí a svědomí; tatínek mi začal dělat skotské střiky a Priessnitzovy zábaly, ale nic z toho nepomáhalo. Díky jedné příbuzné jsem se poprvé dostal k psychiatrovi, který usoudil, že je potřeba hospitalizace. Dostal jsem se na dětské oddělení brněnské psychiatrie v Bohunicích.

#### **Jak jste to prožíval?**

Připadal jsem si tam jako v malém dětském pekle. S dětmi jsem si nerozuměl, každý jsme si žili ve svém světě. Asi po měsíci a půl mě propustili do domácího léčení a dostal jsem své první léky.

#### **Jak váš život pokračoval po návratu domů?**

Dokončil jsem základní školu, paradoxně s velmi dobrými výsledky. Dokonce jsem se dostal na gymnázium. Maminka se také úplně uzdravila a moje rodina začala žít, jako by se nic nestalo. Po prázdninách jsem nastoupil na novou školu, ale učení mi nešlo.

V pololetí jsem měl čtyřky a vůbec jsem si s tím nevěděl rady. Maminka se se mnou začala učit a můj prospěch se začal zlepšovat. Tehdy jsme se zase stěhovali, tentokrát zpátky do Příbrama. Začal jsem chodit na zdejší gymnázium a na to období vzpomínám rád. Žil jsem jako normální kluk, začaly první lásky... Ale dívky se mi nějak vyhýbaly. Později jsem zjistil, že všechny byly křesťanky, které nechtěly se světskými kluky nic mít. Bylo to po sametové revoluci a křesťanství se víc dostávalo do kurzu.

### Projevovaly se v té době nějak duševní problémy?

Po maturitě jsme jeli s rodiči na dovolenou do Jugoslávie. Připadal jsem si jak v ráji. Dokončil jsem střední školu, chystal jsem se na práva... Zároveň jsem začal vnímat jakýsi druhý hlas, který mi říkal podivné negativní věci – jako by se v mé hlavě sešel Dr. Jekyll a pan Hyde. Procházel jsem po pláži a jeden hlas mi říkal, co mám dělat, a druhý, co dělat nemám. Nedokázal jsem jim vzdorovat, byly to první halucinace. Později jsem se dozvěděl, že se jedná o schizoaftektivní

### Přemýšlel jste o křesťanství?

Moje neúspěchy u děvčat se opakovaly i na vysoké škole. Jedna dívka, která se mi líbila, se taky stala křesťankou. To bylo už potřetí! Říkal jsem si, co na tom křesťanství mají, a rozhodl jsem se, že tomu přijdu na kloub.

Tatínek mi pár roků předtím daroval Bibli. Když jsem si ji četl, najednou jsem zjistil, kdo je Bůh, člověk, Dábel a o co tady na světě vlastně jde. Zjistil jsem, že tady nejsem náhodou, že existuje boj mezi dobrem a zlem... Potom mi Pán Bůh začal posílat do cesty lidi, kteří byli věřící a pozvali mě na setkání hnutí Studenti pro Krista.

### Jak jste se stal křesťanem?

Došel jsem do bodu, kdy jsem už nepochyboval o tom, že jsem hříšník, který by před Božím soudem neobstál. Tehdy už jsem věděl, co se svou vinou mám dělat – padnout na kolena a svůj pytel hříchů složit u kříže Pána Ježíše Krista, ale dlouhé tři dny u mě probíhal boj, zda se před Bohem pokořit, nebo jít životem pyšně dál sám.

# Mít naději, že i s nemocí má život smysl

## Martin a Kateřina Okáčovi o soužití s duševní chorobou

psychózu. Začalo u mě sebepoškozování. Jeden hlas mě přesvědčoval, abych si ublížil, dokonce tak, že to bude definitivní...

Jak jsem se dostal na psychiatrii do Brna, už si ani nepamatuji. Jen vím, že to pro moji rodinu bylo vysvobození. Léčba byla důkladná, chtěli zjistit, jestli s takovým závažným onemocněním budu schopný čelit nárokům vysokoškolského studia.

### „Prorocká“ ataka

#### Jak se vám dařilo na vysoké?

Měl jsem pocit, že mi patří svět. Začal jsem žít naplno a záhy jsem přestal užívat léky. S kamarády jsem chodil do hospod, popíjet. Brigádně jsem začal distribuovat časopisy – tehdy šel na odbyt NEIreport, LEO a Playboy. Přátelé je začali odebrat ve velkém počtu. Začal jsem mít první problémy se svědomím, jako by mi něco říkalo, že to, co dělám, není cesta, kterou bych měl jít. Vůbec jsem si s tím nevěděl rady. Nikdo mě v mé víře nevedl, bylo to pouze zmítání dobra a zla v mé hlavě.

Po půlnoci 6. února 1993 jsem však před Bohem kapituloval a dal mu svůj život k dispozici. Toho rána se z prodejce erotických časopisů stal prodejce křesťanské literatury. Lidé, kteří ode mě nakupovali erotickou literaturu, můj přesun ke křesťanské literatuře nekvitovali s nadšením, stal jsem se pro ně podivínem. Mně to ale vůbec nevadilo, protože do této kategorie mě řadila už má psychická nemoc.

#### Projevovala se nějak nemoc i po vašem obrácení?

Rok poté, co jsem Bohu uvěřil, se v mé hlavě znovu začalo něco dít. Tehdy přišla – jak tomu dnes říkám – brněnská „prorocká“ ataka. Jako starozákonní prorok jsem začal chodit po Brně a zvat lidi do Božího království, aby se zřekli svých hříchů a začali žít dobrým životem pro Pána Boha. Jednou večer jsem šel v Brně kolem Divadla Husa na provázku, viděl jsem, že je tam otevřeno, a nenapadlo

Když vybuchla elektrárna v Černobylu, myslím jsem si, že je to moje vina, a trpěl jsem tím.



**Martin Okáč** (\* 1972) vystudoval práva na MU v Brně. Působil jako lobbista v organizaci Caritas Europa v Bruselu v oblasti pomoci cizincům a uprchlíkům. V letech 2003–2007 pracoval jako misijní pracovník v Litoměřicích.

Během dospívání se u něj začalo projevovat duševní onemocnění, později mu byla kromě deprese diagnostikována také schizoaftektivní porucha a bipolární afektivní porucha.

**Kateřina** (\* 1977) vystudovala učitelství pro 1. stupeň a VOŠ sociální. Po 12 letech práce ve školství je nyní doprovodným pracovníkem pro pěstounské rodiny.

Svou zkušenost s nemocí dnes oba využívají v pomoci ostatním pacientům a působí jako peer konzultanti v Psychiatrické nemocnici v Opavě. Pro Rádio 7 společně vytvořili pořad Dušebol.

Mají tři dospívající děti. Jsou členy BJB v Příboře.



mě nic lepšího než vejít dovnitř a všem zvěstovat Boží slovo. Nejdřív jsem ho prohlášoval ve sklepě, pak jsem šel výš a výš. Byli z toho tak konsternovaní, že si se mnou nevěděli rady, a jak jsem do divadla přišel, tak jsem zase odešel.

### Bylo takových příhod víc?

Šel jsem kolem Armády spásy, která tehdy v Brně vznikla, a já jsem si to v hlavě srovnal tak, že funguje jako ubytovna pro křesťany, kteří bojují v „armádě spásy“. Vehementně jsem je žádal o nocleh, že jsem unavený prorok a potřebuju se vyspat a najíst. Dívali se na mě vyděšeně, ale nevěděli, co se mnou, a tak mi všechno poskytli. Taky jsem šel do jednoho kasina a začal jsem tam hrát Slovo Boží. Tehdy si jeden člověk uvědomil, že asi potřebuju pomoci, odvedl mě na ubytovnu a zaplatil za mě. Vyspal jsem se tam a druhý den jsem pokračoval.

### Nic vás nezastavilo?

Když jsem se vrátil na kolej, přátelé zavolali sanitku. Přímou před spolužáky mi dali svěřací kazajku a odvezli mě na psychiatrii do Černovic. Tam jsem strávil pár dnů a pak jsem byl převezen opět do Bohunic, kde jsem byl zaléčen.

### Změnila tato léčba něco?

Po zaléčení se má nemoc stabilizovala. Zjistil jsem, že je nutná dobrá životospráva a že nemůžu léky vysazovat a zase je brát podle toho, jak se mi zachce. Pro mě, čerstvě obráceného křesťana, to byla úplně nová věc. V té době jsem hodně slychal o tom, jak Pán Bůh léčí všechny nemoci, a to, že nejsem vyléčený, i když se za to modlím, je nedostatek mé víry. Myslím si, že v té době jsem měl víry na rozdávání, v tom to tedy asi být nemohlo. Faktem je, že když jsem srovnal svoji životosprávu, začal jsem pravidelně spát, brát léky, chodit na kontrolu k lékaři a méně se stresovat, dokázal jsem fungovat 20 let. To už za to stojí.

## Věděla, že pro manželství jsem rizikový

### Mohl jste i se svým duševním onemocněním pracovat?

Po absolvování právnické fakulty jsem se rozhodl pomáhat uprchlíkům a cizincům. Dostal jsem se do různých uprchlických zařízení, nejdříve na Moravě, potom v celé ČR, nakonec jsem v Bruselu koordinoval práci více než 49 organizací v celé Evropě. Dělal jsem lobbistu s cílem, aby legislativa EU byla v souladu s tím, co jsem pro cizince a uprchlíky považoval za nejlepší.

Pak jsem dostal nabídku, abych se přestěhoval z Bruselu do Litoměřic a začal pracovat jako misionář v severních Čechách. Tak začala nová kapitola mého života. Kromě zajímavé práce jsem zde našel svoji ženu, děti a také spoustu přátel.

### Čemu jste se ve své misijní práci věnoval?

Jako misionář jsem zprostředkovával křesťanům z baptistického sboru a lidem z misijní organizace Dům křesťanské pomoci Bethel službu v hospici, v domově důchodců, v různých sociálních ústavech. Dokonce jsem se několikrát ročně dostal i do vazební věznice v Litoměřicích. Pomáhal jsem organizovat návštěvy mnoha misijních týmů z Kanady, z USA, které působily ve školách nebo pracovaly fyzicky.

### Zmínil jste, že jste na novém místě potkal svou budoucí manželku. Mluvil jste s ní o své nemoci?

Samozřejmě jsem ji připravoval na zátěž, kterou mám, a vysvětlil jsem jí, že je těžké vstoupit se mnou do plnohodnotného manželského svazku, prostě že jsem rizikový. Zvážila rizika, a teď už jsme spolu více než 16 let.

### Jak se projevila vaše nemoc během manželství?

Před osmi lety, to jsme už měli tři děti, přišla těžká ataka. Manželku to zaskočilo, ačkoliv jsem ji na to připravoval. Nemůžu jí to vůbec vyčítat, protože každá dosavadní ataka byla úplně jiná. Když to přišlo, byl jsem kontroverzní, měl jsem své vyjádření křesťanství, nějaké hereze, měl jsem mesiášský komplex. V jednu chvíli jsem se vyjadřoval vulgárně, i když normálně sprostě nemluví. To všechno signalizovalo, že něco není v pořádku.



„Tatínku, jak jsi tady tenkrát všechno mazal olejem, to jsi opravdu bláznil, vid’?“

### Jaká byla manželčina reakce?

Bylo pro ni těžké nemoc rozeznat a udělat radikální rozhodnutí a odvézt mě do nemocnice. Jsem jí vděčný, že to nakonec udělala, že měla odvahu a nedala na rady některých přátel, kteří říkali, že máme malou viru a že se máme více modlit. Teď už víme, jak je také důležitá konzervativní léčba, která probíhá v nemocnici. Zjistili jsme, že v psychiatrických nemocnicích a ambulancích pracuje i spousta křesťanů, kteří nás povzbudili, že to, jak onemocnění řešíme, je v pořádku, že to není v rozporu s Bibli a naším přesvědčením.

## Tři týdny modliteb a pláče

### Katka, co jste prožívala, když se u Martina nemoc poprvé výrazněji projevila?

Katka: I když jsem o manželově duševní nemoci věděla – byli jsme za jeho psychiatrickou, prošli jsme si psychiatrická oddělení –, stejně člověk neví, co si pod tím má představit. Martin se začal měnit, ale nebylo to ze dne na den. Někdy se pohádal v práci, s lidmi ve sboru, někdy jsme se začali hádat my. Nerozuměli jsme si a nevěděla jsem, kdo z nás je mimo. V jednu chvíli mi připadalo, že blázen jsem já. Manžel mi vytýkal, že jsem málo duchovní, ale já jsem se usilovně modlila. Myslela jsem si, že prochází krizí středního věku. Dlouhou dobu jsem před tím zavírala oči, protože se mi to nechtělo řešit. Potom se to ale zhoršilo, až jsem musela manželovi zavolat záchranku a nechat ho odvézt na psychiatrii do Opavy.

### Jak jste prožívala období manželovy hospitalizace?

Musela jsem sebrat odvahu a poprosit lidi ve sboru, aby se se mnou modlili. Byly to tři týdny usilovných modliteb, aby se Pán Bůh nad Martinem slitoval, tři týdny, kdy jsem jenom brečela a nevěděla, jak budeme žít dál. Říkala jsem si, že zvládnu žít s duševním onemocněním, ale s člověkem, který se zbláznil i duchovně, to jsem si představit neuměla.

### Jak se Martinův stav vyvíjel?

Martin si začal uvědomovat, že některé věci nebyly správné, i on začal vyznávat hříchy, které byly důsledkem nebo možná spouštěčem jeho nemoci. Dostal se na otevřené oddělení, kde byl úžasný psychiatr, pan doktor Tatarko, křesťan, který nám moc pomohl. Nejen tím, že mi vysvětlil, co znamená manželova nemoc, bipolární afektivní porucha, ale taky jsme dostali spoustu odpovědí na své otázky. Začali jsme navštěvovat rodinné komunity v Opavě a začala jsem do tématu hlouběji pronikat.

### Co jste zjistila?

Zpětně jsem si uvědomila, že Martin nebyl první psychicky nemocný člověk, se kterým jsem se setkala. Ačkoli mám na dětství pěkné vzpomínky, můj tatínek taky trpěl duševní nemocí – úzkostmi. Začalo se mi vybavovat, jak to ovlivňovalo hlavně moje dospívání, kdy se tatka choval divně, někdy jsem se za něj i styděla. To mi možná pomohlo, že se teď dívám na manželovu nemoc trochu jinak. Prosila jsem Pána, aby Martinoва duševní nemoc neovlivnila negativně naši rodinu, a ptala jsem se

ho, co s tím máme dělat. To, že se manžel dostal do Opavy, vnímám jako odpověď na svoji modlitbu. Martin se stal „peer konzultantem“, začal na sobě pracovat a teď s ním pracuji i já.

## Pomáháme hledat cesty z beznaděje

### Co obnáší být peer konzultant?

Martin: Peer je člověk, který přináší naději druhým, sobě rovným, tam, kde je o ni nouze. V oblasti duševního zdraví se jedná o člověka se zkušeností s duševní nemocí, který povzbuzuje a motivuje k smysluplnému životu i se zatížením této nemocí. Neznamena to, že by peer konzultant už nikdy nemohl znovu do osidel duševní nemoci padnout, ale měl by vědět, co dělat, aby se zvedl a šel životem dál. Cílem je dostat se do fáze, kdy nám nemoc nebrání ve smysluplném životě.

Katka se do práce v Psychiatrické nemocnici v Opavě zapojila nejdříve jako dobrovolník a před dvěma lety prošla školením jako *peer rodinný příslušník*. Mluví hlavně s rodinami hospitalizovaných lidí a snaží se je povzbuzovat.

### Katko, změnila zkušenost s nemocí váš pohled na Martina?

Katka: Prožila jsem velké zklamání, zhroutilo se mi všechno, co jsem si představovala, že bude fungovat. Můj Martin, který pro mě vždycky byl hrdina, ten chytrý a úžasný, schopný mluvit, najednou spadl dolů. Viděla jsem ho v situaci, ve které bych ho nikdy vidět nechtěla. Přesto jsem schopná dál hledat věci, za které si ho můžu vážít. Za to, že bojuje dál, že to nevzdává. I když ho nemoc srazila na kolena, každé ráno vstane a pokračuje dál.

Na duševním onemocnění je nehorší to, že ho nevidíte. Manžel vypadá, jako by byl úplně v pořádku, jen ráno je kvůli působení léků pomalejší. To je matoucí, někdy zapomenu, že je nemocný, začnu s ním mluvit jako se zdravým a pak se divím, jak reaguje. Někdy je to vyčerpávající, potřebovala bych si odpočinout.

### Co je pro vás v této náročné situaci důležité? Co vám pomáhá?

Nejčastěji se modlím za to, abych vytrvala na cestě, na kterou mě Pán Bůh postavil. Drží mě verš, že nás nepotká zkouška nad naše síly. Pán Bůh zřejmě ví, že mám na to, abych to zvládla. Modlím se za to, abychom s manželem měli jednotu. Nejtěžší atace bylo, že nás to rozdělilo i duchovně. Bylo pro mě těžké a nepříjemné, že jsem jako žena musela manželovi říct, že nemá pravdu.

Potřebuju mít sílu odpouštět, i mně Kristus odpustil. Potřebuju zapomenout, co Martin řekl, ale pamatovat si, že ho mám mít ráda, a mít ho v úctě. V opavské nemocnici nám poradili, že máme mít pravidlo: „Co se řekne v nemoci, to se nepočítá.“ Jenže já si pořád pamatuji manžela zmateného, jak nevnímal realitu, a přitom byl přesvědčený, že on jediný má pravdu.

### Máte někoho, komu se můžete svěřit?

Dostala jsem od Pána Boha úžasnou kamarádku. Vždycky, když je to nejtěžší, jí píšu a prosím ji o modlitby. A když to už nemůžu vydržet, tak jí zavolám, zaběhnu k ní a prostě se ze všeho vypovídám. Člověk na to nemůže být sám. I když mám Pána Boha ve svém srdci, i když mu věřím, potřebuju mít kolem sebe lidi, kteří mě podrží.

### A co vy, Martine? Máte ve svém okolí lidi, kterým důvěřujete a necháte se jimi v případě potřeby korigovat?

Martin: Ataka u mě vzniká, jako když ubalíte malou sněhovou kuličku a pustíte ji z kopce. Nejdřív jsou rozjezd a zvětšování nepatrné, ale situace se rychle mění, až je těžké ji zastavit. V počátku ataky je nemocný člověk schopen určité reflexe, ale to se rychle mění. Čím více podnětů od přátel v počáteční fázi mám, tím lépe. Nejdůležitějším člověkem je pro mě Katka, potom bratr starší ze sboru, kamarádka psychoterapeutka nebo kolegové peři z nemocnice.

Zpočátku jsem si myslel, že je chyba na straně druhých. Musel jsem prožít, že naslouchat radám přátel mi pomáhá. Vedla

k tomu dlouhá cesta pokořování, kdy zároveň byla zachována má důstojnost i vedoucí úloha jako otce a manžela. To, že mám zodpovědnost za svou rodinu, je jedna z mých hlavních motivací, proč se sebou bojovat.

### Jak se k Martinově nemoci postavili lidé ze sboru?

Katka: Když se začala projevovat, byli z jeho chování zmatení. Ale když skončil v nemocnici, společně se se mnou za něho modlili, a když se vrátil, moc hezky ho přijali. Vážím si toho, že máme v našem společenství oporu. Víím, že to není běžné, často se lidé v církvi setkávají s nepochopením. Někteří dokonce nemocným rozmlouvají, aby brali léky nebo šli k psychiatrovi. To mě velmi zraňuje, protože nevědí, o čem mluví. Pán Bůh nám dal doktory, aby nás podrželi a provázeli. Lékař léčí, Pán Bůh je ten, který uzdravuje.

## Nevíme, co se děje v dětech

### Nejste zklamaná, že váš manžel nebyl uzdraven?

Manžel se často upínal k tomu, že bude uzdraven a nebude muset brát léky, to ale v podstatě přispělo k tomu, že se nemoc rychleji rozjela. Přivedlo nás to k pokoře; možná je to nějaký osten, který Pán Bůh dopouští. Možná, že kdybychom nezažili to, co jsme zažili, nebyla by naše víra tak silná. Možná bychom neměli v rodině jednotu, jakou máme. Učíme i děti, že pokud máme problém, společně se modlíme na kolenu. Myslím, že to je to nejlepší, co děti můžeme naučit, že sami věci nevyřešíme a nezvládneme, ale s Boží pomocí zvládneme všechno.

### Co vnímáte jako největší zátěž?

Mám obavy z budoucnosti. Nikdo vám nezaručí, že se nemoc znovu neprojeví, i když Martin bude brát léky. V podstatě si ani moc neplánujeme dovolené, vždycky musíme mít záložní plán pro případ, že by se mu přitížilo. Někdy mě napadá, co kdyby se něco stalo se mnou. Jak by to zvládly děti? S dětmi je to vůbec složité, někdy nevíme, co se v nich odehrává, jak věci vnímají. Snažíme se s nimi o tom opatrně mluvit.

Máme legrační historku: V době jedné ataky manžel mazal všechny veřeje a zrcadla olivovým olejem. I děti potíral olejem, a tak jsme nějakou dobu olivový olej nemohli ani dát na stůl. Když jsem si myslela, že už je to zapomenuto, a asi po třech letech jsem ho poprvé vytáhla ven, naše prostřední dcera Klárka se na něj podívala a řekla: „Tatínku, jak jsi tady tenkrát všechno mazal olejem, to jsi opravdu bláznil, vid?“ Tehdy mi došlo, že i naše děti některé věci viděly, zažily, a že jim musíme pomoci to zvládnout.

### Jak se vám žije dnes?

Katka: Mám dojem, že jsme ušli velký kus cesty. Podařilo se nám postavit vztah na Bohu. Poslal nám spoustu lidí, kteří nám byli nápomocni. Lidé ve sboru, lékaři, psychoterapeuti. Naučili jsme se spolu mluvit o všem i o tom, co není příjemné. Myslím, že manžel pochopil, že ho mám ráda a chci si ho vážít. To pomáhá, že přijímá i nepříjemné věci, když je třeba je řešit. Zároveň si vážíme chvíli, které jsou pěkné, a snažíme se si život jako manželé i jako rodina užívat.

Martin: Od poslední ataky uplynulo osm let. To je od Pána Boha pěkná doba, kterou jsme dostali k tomu, abychom žili plnohodnotný život – v naší rodině, v církvi i jako zaměstnanci organizací, ve kterých pracujeme. I přesto, že stále chodím po hraně nemoci a mám částečný invalidní důchod, dáváme dalším lidem naději, že i se zátěží této nemoci má život smysl. Naděje je potřeba. My s manželkou jsme ji našli ve vztahu s Pánem Ježíšem Kristem, který nás posiluje a povzbuzuje na každém kroku života.

Anna Tichá a Kateřina Coufalová  
Připraveno ve spolupráci s Rádiem 7.





# Fyziologická porucha, nebo duchovní problém?

## Co stojí za psychickými nemocemi

TEREZA HEJNICOVÁ



**J**e krátce po sedmé hodině ranní a já ode-  
mýkám dveře našeho oddělení. Proti mně  
jde paní, na hlavě má nataženou šustáko-  
vou nákupní tašku a její ucha si zrovna  
zavazuje kolem krku. Takový obraz mě probere  
a přiměje mě k akci: „Paní Kahounová, co to  
děláte? Proč máte na hlavě tu tašku?“

„To není taška, to je čepice,“ i přes šustáko-  
vinu je slyšet, že se paní Kahounová urazila.

„Aha, tak jo, čepice...“ přemýšlím, jak zare-  
agovat, aby se paní nerozzlobila ještě víc. „A ne-  
mohla byste si dělat čepici z něčeho bezpečněj-  
šího? Takhle byste se mohla udusit!“

„Tak jo,“ ozve se z tašky, paní stáhne pokrýv-  
ku hlavy, otočí se na patě a odchází pryč. Za  
chvilku se vrací s vánočním řetězem položeným

na vlasech. Už z dálky hlásí: „Paní doktorko,  
podívejte, jakou mám krásnou korunku!“ Uleh-  
čeně si oddychnu, korunku pochválím a koneč-  
ně vejdu do klidu své kanceláře. Když je to ko-  
runka na hlavě, a ne kolem krku... co na tom, že  
paní je přes padesát.

Mé ranní rozjímání přeruší vzteklé bušení  
do automatů s občerstvením, které mám před  
dveřmi svého útočiště. Chvilí váhám, zda risko-  
vat, vyjít ven a zjistit, co se děje. Netrvá to ale  
dlouho a bušení se změní v nešťastné pípání tla-  
čiček onoho přístroje, které pomalu nabírá na  
pravidelnosti a rytmu. Po pár cyklech pípání za-  
čne paní Hamáčková do rytmu mačkaných tla-  
čiček skandovat: „Vo-lám zá-chra-ná-ře!“ To už  
kamennou tvář neudržím, využiji soukromí své

kanceláře a dovolím si široký úsměv. Zdá se, že  
moje pacientky už jsou vzhůru... Zapnu počítač  
a natáhnu se do křesla. Mám práci psychiatra rá-  
da. A mám ráda svoje pacienty.

## Červené křeslo jako varování

Jestli je na světě něco nevyzpytatelné, je to  
lidský mozek. Jak se to stane, že někdo v pade-  
sáti nerozpozná tašku od čepice a automat od  
vysílačky? Většinu psychických nemocí nelze  
vysvětlit jednoduchou poučkou, která by ob-  
jasnila vznik všech neduhů podobného druhu.  
Mozek je jediný lidský orgán, jehož funkce není  
plně probádána. Známe některé principy fun-  
gování mozku, ale zdá se, že na lidské prožívání  
mají kromě biologické složky vliv i další věci,  
jako je třeba výchova, okolní prostředí nebo du-  
chovní život. Lidská bytost je tělo, duše a duch.  
Pokud jedna ze složek nefunguje, nezbytně to  
ovlivní i zbývající dvě části.

Zdá se, že mnohé věci z oblasti psychiatrie  
jsou čistě biologickou záležitostí a nejde o dé-  
monický útok, nevyznaný hřích ani osobní pro-  
blém ve vztahu s Bohem. Jak to můžu s určitostí  
vědět? Jeden z důležitých přenašečů nervové-  
ho vzruchu v mozku je dopamin. Pomocí něj si  
povídají neurony například v pohybových cen-  
trech, ale také v centrech zodpovědných za vní-  
mání reality, interpretaci viděného a slyšeného  
a za schopnost rozlišovat důležité od nedůleži-  
tého. Pokud je dopaminu v mozku málo, člo-  
věk se špatně pohybuje a vzniká soubor přízna-  
ků odpovídající Parkinsonově nemoci. Pokud je  
ale dopaminu v mozku příliš, začne člověk po-  
kládat nedůležité věci za důležité – za zname-  
ní a náhody, kterým věnuje pozornost. K tomu  
se nezřídka přidávají i zrakové nebo sluchové  
halucinace. To můžeme vidět třeba u lidí, kte-  
ří mají příliš velké dávky léků na Parkinsono-  
vu nemoc. Kdybychom pak postavili zdravého  
člověka a člověka s vyšší hladinou dopaminu  
do místnosti s křesly, z nichž jedno je červené,  
zdravý člověk se rozhlédne po místnosti a v kli-  
du se usadí. Nemocný s vyšším množstvím do-  
paminu se rozhlédne a uvidí červené křeslo. Za-  
tímco zdravý sotva zaregistroval, že tam nějaké  
červené křeslo je, nemocný to pokládá za vý-  
znamnou skutečnost a zaměří na to pozornost.  
Zhodnotí barvu a usoudí, že červená je zajisté  
varovným signálem, který mu tam někdo zane-  
chal. To mohou provázet i halucinace. Takový  
člověk je pak plný strachu, a v předtuše něče-  
ho strašlivého dokonce může z místnosti utéct.  
K léčbě v tomto případě stačí léky na Parkin-  
sonovu nemoc jednoduše snížit. Dopamin ale  
umění zvýšit i návykové látky nebo chemická  
nerovnováha v mozku a ve většině případů dů-  
vod jeho zvýšení nedokážeme přesně určit.

## Duševní a duchovní stav

Psychické rozpoložení člověka má přímý  
vliv na jeho duchovní život. Nemusí to být  
žádná „velká diagnóza“, stačí obyčejný stres.  
Pokud člověk rozvine stresovou reakci, ne-  
bude pravděpodobně schopný soustředit se  
na dlouhé hodiny rozjímání v modlitbách nad

Božím slovem. A nemusí to být nutně důsledek hříchu, že se na Boha nesoustředí, může v tom mít prsty úzkost nebo deprese.

Naopak při rozhovorech s křesťany trpícími mánií se ukázalo, že jejich nejsilnější duchovní zážitky byly právě v období mánie – Bůh k nim nejvíce mluvil, nejvíce zažívali jeho přítomnost a nejvíce zakoušeli Boží jednání ve svých životech. Myslím, že vztah s Bohem prostě odpovídá duševnímu rozpoložení jedince – tak jako depresivní člověk bude stažený do sebe, nebude mít chuť ani energii mluvit s lidmi ani s Bohem a nebude se soustředit na čtení knížek, Bibli nevyjímaje, člověk s mánií je s každým kamarád, se všemi rád mluví a má spoustu elánu, energie a nápadů. Není divu, že tomu odpovídá i jeho duchovní prožívání.

Přesto existuje řada případů, kdy hřích vede k psychickým problémům. U lidí s úzkostí, depresemi a sebevražednými úvahami se častěji než jindy setkávám s problematickými vztahy v rodině provázenými neodpuštěním. Úzkosti podpoří sledování hororů nebo poslouchání špatné hud-

## Satan zasahuje třeba i přes nenápadné naklonění chemické rovnováhy našeho mozku.

by, nevěra, záměrné vystavování emoci strachu a negativní vyznávání. Lidé s halucinacemi častěji než jiní mluví o zkušenostech s věštěním, vyvoláváním duchů a nadužíváním drog způsobujících halucinace. Někteří z nich se účastní nebo účastnili rituálů spojených s pozitivním halucinogenním látkem. Život v hříchu zcela jistě otvírá Satanovi možnost zasahovat nepříznivě do našeho života. Netroufám si tvrdit, že znám všechny

Satanovy taktiky, ale myslím, že kromě přímého vlivu démonů na život lidí zasahuje třeba i přes méně nápadné naklonění chemické rovnováhy našeho mozku tím nebo oním směrem. Proto někdy není čas pro vymítání démonů z duševně chorých, ale pro modlitby za jejich uzdravení a případně nastavení medicíny.

## Léky proti démonům?

Abych to ještě trochu zamotala, budu vám vyprávět příběh jedné paní, kterou jsem dostala do péče. Říkejme jí paní Petrová. Naše cesty se protnulý na akutním příjmovém oddělení, kam byla přeložena z pavilonu intenzivní psychiatrické péče poté, co stihla napsat několik stížností a podat žalobu na nemocnici. Chovala se zvláště – svlékala se, chodila bosky, zpívala z otevřených oken a v nestřežených chvílích mluvila s někým, kdo tam nebyl.

Protože měla vyšší inteligenci, byla po základním nastavení léků schopná své chování alespoň částečně korigovat. Nějakým zázrakem se mi podařilo s ní navázat bližší vztah. Začala mi důvěřovat a jednoho dne se mi svěřila, že v sobě má čtyři bytosti, které jí říkají, co má dělat. Během té vizity mě vyzvala, abych jí položila otázku, na kterou odpoví ano nebo ne. Když jsem se jí na něco zeptala, dostala se do stavu podobnému transu. Kývala se dopředu a dozadu, mluvila neznámým jazykem a začala mi říkat, kým jsem byla v minulých životech. Byla to velmi nepříjemná zkušenost.

Možná vás stejně jako mě napadlo, co byly ony čtyři bytosti zač. Podezřívám ji z toho, že její život ovládali čtyři démoni. Problém byl v tom, že paní byla ráda, že je má, a nechtěla se jich vzdát. O to víc mě překvapilo, když za mnou začala chodit s tím, že nechce užívat léky, protože jí to brání v navázání kontaktu s těmi bytostmi. Pokud by to byla duchovní záležitost, jak by to bylo možné? Léky proti démonům? Po nastavení medicíny jsem paní pustila zpátky do života a mně zůstala spousta otázek. Byla venku čtrnáct dní, než se

opět vrátila do nemocnice – léky vysadila a začala dělat to, co jí bytosti radily. Už zase s nimi byla schopná navázat kontakt, plivala vodu proti oknům, nekontrolovaně se smála a byla šťastná. Nastavili jsme zpátky léky, které měla předtím, kontakt se zase vypnul, paní posmutněla a já jsem ji opět mohla vypustit z nemocnice.

Trvalo mi dlouho, než jsem se s tím nějak srovnala. Ale pokud se halucinogenní drogy používají k usnadnění navázání kontaktu s demony při šamanských rituálech, proč by nemohly existovat chemické látky – v mém případě léky ze skupiny antipsychotik, které kontaktu s duchovním světem naopak brání? Čím víc zkušeností sbírám, tím víc se utvrzuji v názoru, že člověk je tělo, duše a duch. Tyhle tři složky tvoří jeden celek, který od sebe nelze plně oddělit. Proto fyzické věci ovlivňují psychické a duchovní prožívání, a naopak duchovní nebo psychické rozpoložení může ovlivnit biologické děje v těle.

## „Polechtal jsem bráchu nožem...“

Nemoci jako deprese, závislost na návykových látkách nebo halucinace jsou všeobecně známé a dobře rozpoznatelné i pro většinu laiků. Snadno se na ně ukazuje prstem. Existuje ale řada onemocnění, která tolik vidět nejsou. Mezi ně patří poruchy osobnosti. Každý z nás máme nějakou povahu, máme tendenci na stresové situace reagovat určitým způsobem. Pokud je ten způsob výraznější, mluví se o akcentaci osobnosti, pokud daný rys brání žít člověku plnohodnotný život, jedná se o poruchu osobnosti. Mezi takové poruchy patří třeba i disociální porucha osobnosti. Jedním z hlavních příznaků této nemoci je neschopnost prožívat emoce a absence vyšších citů, jako jsou soucit nebo empatie.

Jednoho takového „disociála“ jsem měla v péči. Přišel k nám na oddělení před nástupem na ochrannou léčbu. Když jsem se dotýkala ptala, co se stalo, že je v nemocnici, řekl jen: „Polechtal jsem bráchu nožem, tak jsem tady.“ Řekl to tónem hlasu, jakým by mi říkal: „Koupil jsem si dvě jablka a tři rohlíky.“ Úplně tomu chyběly emoce. Podle dokumentace bratrovi zasadil tři bodné rány mezi žebra a do jater. S lechtáním to moc společného nemělo. Ptala jsem se ho, jestli někdy nějaké emoce prožívá. Odpověděl: „Ale jasně, že mám emoce. Třeba když někdo otevře okno, tak je mi zima.“ To bylo zarážející. Ten člověk vůbec netušil, co to emoce je!

Je to smutné, ale takových jako on běhá po světě spousta. Koušek disociála je v každém z nás. Pomáhá nám to neplakat, když se večer díváme na zprávy, když slyšíme, kolik lidí zemřelo, kde všude je zemětřesení a kolik lidí má hlad. Disociální rysy osobnosti jsou přirozenou obranou, abychom se pod cizím neštěstím nezhroutili. Kluk, kterého jsem popisovala, prožil tolik špatného, že se do této obrany zavřel. Už nevěděl, co jsou emoce, nedokázal je poznat ani prožít a neuměl cítit s druhými lidmi. Když se díváme na zprávy a čteme o tom, co za hrůzy se kolem nás děje, každý svého „disociála“ tam uvnitř sebe trénujeme. Neplánujeme být zlí. Ani můj pacient to neplánoval. Ale vyrovnat se s množstvím utrpení není jednoduché a vypnout emoce je to nejjednodušší, co mů-

## Kritéria depresivní epizody

**Pro splnění kritérií lehké depresivní epizody musí být přítomny alespoň dva ze tří následujících příznaků:**

- depresivní nálada v míře jednoznačně abnormální pro daného jedince, přítomna po většinu dne a téměř každý den, značně ovlivněná okolnostmi a trvající alespoň dva týdny;
- ztráta zájmu nebo potěšení při aktivitách, které jsou normálně příjemné;
- pokles energie nebo zvýšená navitelnost.

**Z následujícího seznamu přídatných symptomů je přítomen jeden nebo více:**

- ztráta sebedůvěry nebo sebeúcty;
- bezpředmětné prožívání výčitek proti sobě samému nebo pocitů nadměrné a bezdůvodné viny;
- opakované myšlenky na smrt nebo sebevraždu nebo jakékoliv suicidální chování;
- stížnosti nebo důkaz svědčící o snížené schopnosti myslet nebo se soustředit, o nerozhodnosti nebo váhavosti;
- změna psychomotorické aktivity s agitovaností nebo zpomalením;
- poruchy spánku jakéhokoliv typu;
- změna chuti k jídlu (snížení nebo zvýšení) s odpovídajícími změnami hmotnosti.

Středně těžká depresivní epizoda splňuje alespoň dva příznaky z první kategorie a šest příznaků z druhé, těžká depresivní epizoda naplňuje všechna tři hlavní diagnostická kritéria a všech sedm příznaků z druhé skupiny symptomů (viz P. Smolík: *Duševní a behaviorální poruchy*).

Nutno zdůraznit, že depresivní epizodu lze diagnostikovat, pouze pokud se jedná o pozorovatelnou změnu proti normě daného jedince. Pokud má člověk celoživotně nízké sebevědomí, nevěří si a je nerozhodný, může se jednat o povahový rys či o dystymii (poruchu nálady), nejedná se však o depresi.



## Kam se obrátit o pomoc?

Pokud cítíte psychickou nepohodu, která vám brání žít plnohodnotný život, je vhodné se obrátit na odborníky – psychiatry či psychology. Čím rychleji psychické potíže vznikly, tím rychleji je třeba pomoc vyhledat. V České republice existuje síť psychiatrických i psychologických ambulancí, kterou můžete najít třeba v Národním registru poskytovatelů zdravotních služeb (<https://nrps.uzis.cz>) v sekci „kontakty“, záložka „mapa poskytovatelů“.

Psychiatri vám bude schopen doporučit psychologa a psycholog psychiatra. Není chybou začít u kteréhokoliv z nich. Pokud si nejste jisti svými obtížemi nebo mají u odborníka příliš dlouhou objednací dobu, obraťte se na svého praktického lékaře, který mnohé lehčí stavy dokáže zvládnout a umí doporučit správnou návaznou péči.

Pokud se potíže objeví náhle, existují krizová centra otevřená 24 hodin denně – takové „psychiatrické pohotovosti“. Většinou mají i krizovou linku, kam se dá zavolat a poradit se, případně lze stav konzultovat s dispečery na lince 155. Pokud nemáte dostupné žádné krizové centrum, je možné navštívit přímo psychiatrickou ambulanci v nemocnici, kde vám doporučí další postup léčby. Je-li pacient (nebo vy sami) v ohrožení života, nevozte ho do nemocnice sami, ale zavolejte raději záchrannou službu, která pacienta bezpečně dopraví na správné místo, kde mu pomohou.

žeme udělat. Je krátkozraké soudit lidi s duševním onemocněním a myslet si, že máme patent na jejich uzdravení.

## Psychiatri, psycholog, nebo pastor?

Často se lidé ptají, jaký je rozdíl mezi psychiatrem, psychologem a pastorem. Kdy za kým jít a co po něm chtít. Jak už jsem uvedla, člověk je tělo, duše a duch. Tělo potřebuje psychiatra, duše psychologa a duch pastora. Tak jako jsou tyto tři složky lidské bytosti neoddělitelné, nelze oddělit ani tyto tři profese, ať už se o to svět jakkoli snaží. Pokusím se je podrobněji popsat, ať víte, na koho se v případě potřeby obrátit:

Psychiatri je lékař, který umí diagnostikovat chorobu a naplánovat léčbu včetně medi-

kace – ta pak působí přes receptory a ovlivňuje naše myšlení, emoce a prožívání, působí biologickou cestou. Psycholog na to jde z druhé strany. Je to člověk s humanitním vzděláním, většinou absolvent filozofické fakulty, který se snaží přes ovlivnění prožívání, emocií a způsobu myšlení ovlivnit fyzické pochody v těle a naučit vás fungovat jinak nebo žít plnohodnotný život navzdory vašemu onemocnění. Pastor ovlivňuje duchovní stránku věci, přičemž lze očekávat, že duchovní pohoda bude mít pozitivní vliv na to, co se děje fyzicky v těle, i na to, jak vnímáme vnější okolnosti. Bůh může uzdravit libovolnou z těchto tří složek lidské bytosti.

Aby to nebylo tak snadné, na scéně se může objevit ještě terapeut. Ten se asi nejvíc podobá psychologovi, rozdíl je v tom, že může mít vystudováno celkem cokoliv a k „titulu“

terapeut mu stačí absolvovat terapeutický výcvik. Terapeutem tedy může být psychiatr, psycholog, pastor, ale taky třeba sociální pracovník nebo speciální pedagog. Stačí, když si udělá vhodný kurz – a že jich v současnosti není v nabídce málo. Tím vzniká široká variabilita v přístupech a kvalitách jednotlivých terapeutů a každému člověku může vyhovovat něco jiného.

Co říci závěrem? Přeji vám, aby vás ani vaše blízké psychické onemocnění nikdy nepotkalo. A kdyby přece jen, neodsuzujte se za to. Tak

Svěřila se mi,  
že v sobě má čtyři  
bytosti, které jí říkají,  
co má dělat.

jako neodsuzujeme druhého za to, že má rýmu (přestože nám Bůh slíbil plné uzdravení), není na místě odsuzování duševně chorých. Člověk, kterému není psychicky dobře, potřebuje maximální podporu svého okolí. Potřebuje vědět, že proti psychické nemoci nebojuje sám, ale že stojíme při něm. Nepřátel je kolem vždycky dost, ale přátel jsou těmi, kterých se psychicky nemocným nedostává. Přála bych si, abychom se jako církev naučili být duševně nemocným lidem pravými přáteli. ■



MUDr. Tereza Hejnicová je lékařkou Psychiatrické nemocnice Bohnice v Praze. Je členkou KS Praha.



# Myslíte, že potřebuju psychologa?

## Pastorace versus terapie

PAVEL RAUS

„Kávu, nebo čaj?“ zeptal jsem se mladého muže, se kterým jsem se setkal v kavárně. Byl mrazivý den, ale sluníčko se alespoň místy pokoušelo prorazit skrze mraky. Když se mu to podařilo, paprsek světla zasvítil na náš stůl. V kavárně bylo příjemně a náš rozhovor se pomalu posouval od úvodních seznamovacích zdvořilostí dále. Mladý muž, řekne mu třeba Štěpán, se na chvíli odmlčel a pak se přímo zeptal: „Myslíte, že potřebuju psychologa?“

Se Štěpánem jsme se setkali před několika lety na jedné akci. Teď mě kontaktoval s tím, že potřebuje poradit. Neměl zrovna dobré období. Vlastně se jeho problémy vlekly už delší dobu. Stále doufal, že se všechno spraví a začne se mu dařit. Chvilí to tak vypadalo. Věci šly moc dobře. Ale pak

s jednou dívkou a na jednom víkendovém pobytu se zamiloval do jiné, nevěřící dívky. Jeden večer pod zástěrkou toho, že jí pomáhá, své city až příliš projevovat. Dokonce to přehnal s alkoholem. Výsledkem bylo, že tato dívka se sborem přerušila vztahy a dívka, se kterou chodil, se s ním rozešla. Celý incident pro něho znamenal konec služby a poškozenou reputaci.

Všechno nakonec vyznal, došlo k odpuštění. Ale dodnes se z toho, co se stalo, vzpomíná. Trpí výčtkami a nechce se mu chodit do společnosti. S lidmi se téměř nestýká, protože lidé jsou pro něj velkou zátěží.

Potřebuje tento muž psychologa? Nebo stačí pastorace? Je pro něho řešením návrat ke všem prospěšným duchovním činnostem, jako jsou chození do společnosti, modlitba, oslavování Boha, čtení Písma? Nebo potřebuje něco jiného?

### Kde hledat skutečné řešení

Moje cesta ke křesťanské psychologii vedla přes snahu pomoci lidem, jako je Štěpán. Vedl jsem mládež, pořádali jsme evangelizace. Už tehdy, před čtyřiceti lety, přicházeli lidé různě rozbití. (Obávám se, že dnes je to ještě horší a lidé přicházejí se stále vážnějšími problémy.)

Vnímám jsem, že lidem se zkušeností narušených vztahů je třeba nejdříve pomoci, aby si přivlastnili Boží lásku. Aby začali důvěřovat v Boží dobrotu. Aby sebe uviděli přes Ježíšovu očišťující moc a dovolili Bohu, aby je miloval a vedl. Pak jsou všechny dobré křesťanské návody cenné, protože v nich je život.



přišla nezměrná únava, úzkost a Štěpánovi se nedařilo zhora nic. Těžko vůbec přežíval. Všechno bylo břemenem. Teď už je ze všeho vyčerpaný. Nechápe, proč se mu to děje, a je zmatený. Je to duchovní útok? Je to rodinné prokletí? Je to jeho hřích?

Štěpánovi se zdá Bůh daleko. Byly doby, kdy byl nadšený, jeho evangelizační služba ve sboru rostla, přicházeli noví lidé. Pak mu ale došly síly a musel odstoupit. Příznává, že tam byla ještě další komplikace. Chodil v té době

Nevnímají-li ale lidé uvnitř teplo Boží lásky, mají duchovní aktivity jen krátký efekt. Stane se to proto, že se soustředí na vnější projev a vnitřní život s Kristem nefunguje.

Na to potřebují reagovat také osobní vztahy ve společenství. Tito lidé se potřebují propracovat mnoha negativními zkušenostmi z minulosti. Proto potřebují vidět dovnitř nás. Nestáčí to, jak zbožnost vypadá navenek. Potřebují, abychom jim odhalili své prožívání vztahu s Bohem včetně našich zápasů, pochybností a nejistot. Vzorem v tom je apoštol Pavel, který dokázal otevřeně mluvit o svých slabostech a svých zápasech.

Dlouho jsem ve svém vlastním životě vnímal (a stále vnímám) rozdíl mezi tím, jaké by věci měly být, a jaké jsou. Jako bych stále znovu musel poddávat Ježíši další a další oblasti. Jako bych se učil milovat druhé, hlavně ty nejbližší, láskou, která hodně stojí. Jako by moje motivy potřebovaly být přečišťovány. A to vyžaduje brutální čestnost a otevřenost Duchu svatému.

Nedomnívám se, že řešením je psychologie, zatímco křesťanství je v tom bezzubé. Na-

Žijeme v kultuře, kde má psychologie vliv a terapie je srozumitelnou formou pomoci.

opak, jsem přesvědčený, že skutečným řešením je Ježíš, pokání, obrácení a proměna Ježíšovou mocí. Ale žijeme v kultuře, kde má psychologie vliv a terapie je srozumitelnou formou pomoci. Já sám jsem psychologii, křesťanskou psychologii, začal studovat proto, že jsem hledal cesty, jak vyzbrojit církev pro potřeby 21. století.

### Péče v kontextu vztahů

Silnou stránkou pastorace je to, že je napojena na společenství. Umožňuje osobní péči v kontextu reálných pravdivých vztahů. To jednak umožňuje mnohem pravdivější a zdravější pohled na problém, se kterým pastovaná osoba zápasí. V terapii lze leccos předstírat a zastírat. Dobrá terapie by se ke skutečnosti nakonec měla dostat, ale může to trvat dlouho. Zdravé společenství má však uzdravující moc právě díky pravdivosti vztahů.

Navíc je to Ježíš, kdo mezi křesťany utváří vzájemné vazby. Nejsou to jen lidské horizontální vztahy, ale slouží vertikálnímu vztahu s Bohem. Centrem je Kristus a Boží, nikoli lidská pravda. Boží, nikoli lidská vůle. Uzdravení není jen lidské (přestože Bůh vložil do mezilidských vztahů velkou moc), ale lidské vztahy spoléhají a čerpají z Božího uzdravení. Už to nás vede k pokoře a spoléhání na Boží moc.

Skutečně dobrá terapie důležitost přirozených vztahů vidí také. Terapie je totiž časově omezený, umělý vztah, který má na omezenou dobu překlenout náročné období a doplnit to,



co chybí. Ale ne trvale. Proto by od prvního setkání měla usilovat o to, aby nebyla potřeba. Člověka, s nímž pracuji, často vyzývá k tomu, aby požádal několik bližších lidí v církvi, aby se za něho modlili a občas se s ním setkali. Je to důležité, protože to jsou přirozeně dostupné vazby, které přetrvávají i poté, kdy spolu naši práci ukončíme. Pastorační vztahy a vztahy ve společenství poskytují cennou podporu.

## Terapii, nebo pastorační?

Terapie vytváří určité chráněné prostředí. Aby mohla rychle vzniknout důvěra, jsou potřebná určitá jasná opatření. Je to umělý vztah s pevnými pravidly. Kromě profesionality a mlčenlivosti k těmto pravidlům patří také vyloučení duální role. To znamená, že mezi terapeutem a osobou v terapii nesmí existovat další typ vztahů.

Silnou stránkou pastorační je to, že je napojena na společenství.

hu. Terapeut a klient se nesmějí znát z jiného kontextu. Proto terapii nelze provádět se členy rodiny, s přáteli, ale ani s členy stejného společenství. Je to striktně profesionální vztah zaměřený na určitý cíl. To je nezbytné proto, aby bylo možné řešit vážnější a hlubší úrovně problémů.

Pastorace naproti tomu vyrůstá z přirozených vztahů. Je projevem zájmu jednoho o druhého. Motivací je péče těch, kdo vedou společenství, o potřeby, a to nejen duchovní, ale také duševní a fyzické, členů společenství. Proto pastorace stojí na zájmu, přijímání a podpoře jeden druhého. (*Trpí-li jeden úd, trpí všichni. 1K 12,26*) Je to vlastně ideální prevence vážnějších problémů.

Kromě této odlišnosti pastorační terapie také odlišně definují duševní problémy. Duchovní pohled se soustředí na příčiny potíží, jako jsou hřích, neposlušnost, svévole, případně démonická posedlost. Psychologie klasifikuje problémy spíše podle vnějších pozorovatelných projevů. A také usiluje nalézt a experimentálně ověřit účinné prostředky léčby. Křesťanský přístup hledí k prvotním hlubokým příčinám. Těmi se psychologie nezabývá, protože nehledí tak daleko. Proto je psychologická diagnostika patologií přehlednější a srozumitelnější. Psychologie se nezabývá morálními souvislostmi a skutečným zdrojem porušenosti světa, zatímco pastorace vidí příčiny v narušeném vztahu s Bohem a usiluje o obnovení tohoto vztahu.

Jedna z etických zásad terapie hovoří o tom, že terapeut musí vycházet z hodnotového systému klienta. Jeho vlastní přesvědčení zde musí ustoupit. Měl by si být vědom svých výchozích předpokladů a do procesu terapie je nevnašet. Hodnoty by měl přizpůsobit východiskům osoby, se kterou pracuje. Navíc je etickým požadavkem, aby terapie byla multikulturní. Znamená to, že si je psycholog vědom odlišností kultury nebo subkultury klienta. To se netýká jen jiné národnosti, ale také prostředí, ve kterém se klient pohybuje, například specifického

křesťanského prostředí. Měl by tedy být informován o způsobu myšlení křesťanů. Skutečný profesionál by měl být dostatečně zralý, aby se přizpůsobil rámci člověka v terapii.

Nedávno mi volala jedna psychologka, která pracuje se ženou, kterou znám z církve. Volala proto, že chtěla konzultovat duchovní stránku problému, který spolu řeší. Řekla, že sama není věřící, ale chce zjistit, jak určité deformace vypadají z pohledu křesťanské víry její klientky. Takto by měla zásada hodnotové nestrannosti vypadat. To je ovšem ideální stav. Ne vždy je to splněno. Už proto, že je to skutečně náročné.

## Začínat od nuly

Zdá se mi, že dobrý výchozí bod v pomoci lidem je pokora. Setkal jsem se s velmi sebevědomými psychology, kteří skutečně důvěřovali v moc prostředků, teorií a technik, které si osvojili. Ale i na straně křesťanů dochází k zjednodušeným slibům, k vyvolávání přehnaných očekávání a k suverénním prohlášením, po nichž, pokud se nenaplní, následuje zklamání. Často je to právě arogantní postoj, co pomoc ochromuje. Centrem se totiž stává ten, kdo pomáhá. Ne Bůh, který je Pánem a dává život. Naše povýšenost a nepatřičně sebevědomí způsobují to, že nás Bůh nemůže použít.

Mnohem lepší je začít s postojem pokory. Vysvobození je Boží čin a my sloužíme jeho cílům jako jeho nástroje. Proto potřebujeme hledat Boží vedení a nedoufat v sebe více, než přísluší (Ř 12,3). Je to Ježíšova moc, ne moje duchovnost ani profesionalita, co uzdravuje a vysvobozuje.

To, z čeho s každým novým klientem vycházím, je, že jakoby začínám opět od nuly. Nerozumím, neznám a nevím. Moje dosavadní zkušenosti mohou pomoci, ale také mohou být překážkou. S člověkem, kterému pomáhám, se vždy učím něco nového. Proto jsem odkázaný na Boží milost. A také si musím doplnit znalosti, která v dané oblasti nemusím mít. Musím naslouchat, snažit se porozumět a projít novou cestou. To nemohu bez Ježíše. Naše víra není v tom, že víme všechno, ale v tom, že dokážeme přiznat svoje omezené poznání, a přitom cele důvěřujeme v Pána, který ukáže cestu. Výsledkem pokory je spolupráce dobré pastorační s dobrou terapií.

## Pomoc z více stran

Když se vrátíme k příběhu Štěpána, byl jsem spíše v pastorační roli. Štěpán chtěl radu a já jsem musel zhodnotit situaci a posoudit, jaký typ pomoci je na místě. Něco jako obvodní lékař, který určí diagnózu a pošle k patričnímu specialistovi. Pastorační pracovník by měl posoudit své možnosti – odborné, časové – a přiměřenost formy pomoci. Je moudré si uvědomovat, že pokud něco začnu, musím to také dokončit. A pro to musím mít podmínky. Jinak riskuji zklamání a zranění.

U Štěpána jsem hned získal podezření, že může jít o bipolární poruchu. Ta spočívá v tom,



ilustrace foto Gladstikh Tatiana / Shutterstock.com

že se střídají období horečné činnosti, silného vypětí a velkého nasazení s obdobími propadu a deprese. V období mánie také může docházet k rizikovému jednání. Takovému člověku kvůli vybuzeným emocím připadá, že může všechno. Cítí se výkonný a úspěšný. Není to ale stabilní stav, a proto později upadne do deprese.

Z tohoto důvodu jsem mladíkovi doporučil vyhledat odbornou pomoc. Už to, že mu někdo pomůže porozumět této diagnóze a cyklu poruchy, napomůže regulaci chování. Tito lidé obvykle přicházejí v době deprese. Během období mánie necítí problém, ten vnímá jejich okolí, které jim z jejich pohledu úspěch nepřaje. Obvykle také člověk musí projít dvěma až třemi cykly, než je nemoc rozpoznána. Štěpán potřeboval tomu všemu porozumět.

V dnešní době se mi zdá, že je dobré, aby pastorační ve sboru měla možnost odkázat na několik spolehlivých lidí, kteří se věnují terapii. Je dobré takové lidi hledat, zhodnotit zkušenost s nimi a pak je s důvěrou doporučovat.

Přesto i v průběhu terapie je místo pro pastorační pomoc. Bude to podpora, třeba setkáními jednou za dva týdny a rozhovory o tom, zda odborná terapie pomáhá, co se daří a nedaří. Problém neřešíme, to je věc terapie. Ale poskytujeme podporu a člověka doprovázíme. Modlíme se s ním. A můžeme usilovat o zapojení dalších lidí ve společenství, aby se péče rozdělovala.

Pomoc vždycky přichází z více stran. Otázkou není, co je to jediné správné, ale jak pomoci na různých úrovních tak, aby Bůh mohl uzdravovat.



Ing. Pavel Raus, M.A. Clin. Psy., M.A. Theol., Ph.D., je psychoterapeut a pastorační poradce, zakladatel organizace Paraklétoš, vyučuje na ETS. Je členem CB Vysoké Mýto.

# Co neříkat člověku v depresi

RÁCHEL BÍCOVÁ

*Lidé v depresi se obvykle potýkají se dvěma problémy: Jedním je deprese a druhým lidé, kteří jim svými komentáři a radami, často v dobré snaze pomoci, ještě naloží.*

**D**eprese není jen smutná nálada. Je to psychické onemocnění, které postihuje kolem 17 % české populace. Může se objevit jen jednou v životě nebo se může periodicky opakovat. Přesnou příčinu depresivní poruchy u konkrétního člověka nelze s jistotou určit, navíc nikdy není pouze jedna. Svou roli může hrát genetická predispozice, biochemické změny v mozku, poruchy imunity, endokrinní poruchy, nezdravý životní styl nebo psychosociální faktory.

Mezi projevy deprese patří nejen pocit smutku, ale také vyčerpání, snížená schopnost soustředění, nechutenství, neschopnost užívat si činností, které dříve dotyčnému přinášely radost, sebeobviňování, nespavost, neschopnost vidět sám sebe pozitivně či nadměrná dráždivost.

Jako nejúčinnější forma léčby se jeví psychoterapie, v některých případech kombinovaná s léky. Deprese je spojena s funkčním nedostatkem noradrenalinu a serotoninu na nervových synapsích. Léky podávané při depresi pak zajišťují, aby byl na nervových synapsích dostatek těchto neurotransmiterů.

Velice důležitá je také podpora rodiny a přátel, je však při ní potřeba vyvarovat se snahy o příliš rychlá a snadná řešení, odsuzování a zlehčování stavu nemocného. Podobně může být velkou pomocí duchovní doprovázení, pokud je vykonáváno se skutečnou znalostí problematiky deprese.

## Čeho se tedy raději vyvarovat?

**No tak, trochu se rozvesel.** Rady typu „usměj se a bude ti líp“, „zkus nebýt tak depresivní“ nebo „prostě se raduj“ člověku v depresi akorát připomínají, že právě toho není schopen. Také vyvolávají dojem, že si dotyčný snad svou depresi zvolil a stačí, aby se trochu snažil, a deprese zmizí. To je však podobné, jako kdybychom podezírali člověka s chřipkou, cukrovkou či nefunkčními ledvinami, že si svou nemoc vybral dobrovolně.

**Taky někdy mívám depku.** Mnoho lidí si plete depresi s běžným pocitem smutku či špatnou náladou. Na špatnou náladu platí udělat si nějakou malou radost, jít na procházku nebo si pustit komedii. Deprese je mnohem závažnější stav.

**Měl(a) bys být vděčnější.** Je pravda, že vděčnost je pro duševní zdraví přínosná a ve stavu běžné skleslosti nám skutečně může pomoci, když si uvědomíme, že máme ve svém životě spoustu požehnaní, za které můžeme být vděční. Člověku se skutečnou depresí však takové připomínání nijak nepomáhá. Navíc to, že je někdo v depresi, vůbec nemusí znamenat, že není za pozitivní věci ve svém životě vděčný. To samo o sobě ale nezmenší jeho vnitřní bolest a realitu deprese.

**Jiní jsou na tom hůř.** Někteří lidé mají potřebu těm, kdo prožívají depresi, začít vyprávět o jiných lidech, kteří se mají přece mnohem hůř, a taky se neutápí ve smutku. To u člověka v depresi pouze prohloubí pocity viny. Deprese není vždy spojena s nějakou zřetelně těžkou životní situací. Je to nemoc, která má řadu příčin a může postihnout i člověka, který se z vnějšího pohledu má „dobře“.

**Máš malou víru.** To, že někdo trpí depresí, neznámá, že má menší víru. Víra se často v této souvislosti zaměňuje za „dobrý pocit“. To, že důvěřujeme Bohu, se nevyklučuje s tím, že prožíváme depresivní pocity. Depresi trpěli i někteří biblickí hrdinové víry jako například král David nebo prorok Eliáš. Přílišné „zduchovnění“ deprese a popírání, že se jedná také o fyzickou nemoc, kterou je potřeba léčit, je formou duchovního zneužití a manipulace.

**Tvé utrpení způsobil Bůh.** Opačným extrémem je tvrdit, že Bůh nám záměrně působí utrpení, například ve formě deprese. Ano, skrze utrpení nás často Bůh něco naučí. Ale vyvolávat v trpícím dojem, že si s ním Bůh snad zahrává jako kočka s myší, to je jak kruté, tak i nebiblické. Místo toho potřebuje ujistit, že Bůh je s ním v jeho trápení.

*Hospodin je blízko těm, kdo mají zkroušené srdce. Zachraňuje ty, kdo mají zdeptaného ducha. (Ž 34,19)*

**Měl bys přestat brát prášky.** Tohle je jedna z nehorších věcí, kterou můžete říct člověku, který se léčí s depresí. O jeho léčbě musí rozhodnout lékař, nikoliv vy. Navíc náhlé vysazení antidepresiv může mít velice negativní zdravotní následky.

Jsou antidepresiva vždy jediným, zaručeným řešením deprese? Nikoliv. Je ale nutné, aby o jejich nasazení a případném vysazení rozhodl odborník. Také nemocnému k jeho lékům nenabízejte bylinky. Například kombinace třezalky a antidepresiv může vést k serotoninovému syndromu, který potencionálně ohrožuje život.

**Můžeš si za to sám.** Řada lidí v církvi má žel dojem, že za depresi si nemocný může nějakým hříchem. „Bůh přece nechce, abys trpěl. Takže pokud trpíš, děláš něco špatně.“ Pokud by ale byl hřích jasnou příčinou deprese, pak by v depresi mělo být celé lidstvo. Ten kdo trpí depresí, není o nic větší „hříšník“ než ostatní. Ve skutečnosti řada lidí v depresi trpí pocity viny a sebeobviňováním. Vinit je z jejich deprese není způsob, jak jim prokázat Boží milosrdenství, je to jako sypání soli do ran.

**To přejde.** Deprese jen tak nepřejde, není to rýma. Člověk v depresi potřebuje odbornou pomoc. Většinou je pro něj těžké ji vyhledat, řada lidí se bojí stigmatizace, která je s duševními nemocemi spojená. Někdy je nemocný

To, že je někdo  
v depresi, nemusí  
znamenat,  
že není vděčný.

depresi dokonce v tak těžkém stavu, že není schopen sám k lékaři dojít. Potřebuje proto podpořit v tom, aby pomoc vyhledal.

## Co naopak pomáhá?

Jak tedy člověku v depresi pomoci? Zkuste mu říci:

- Je mi moc líto, že takhle trpíš.
- Mám tě rád.
- Nejsi v tom sám.
- Neumím si představit, jak těžké to teď musí být.
- Stojím při tobě.
- Je něco konkrétního, za co se mohu modlit?
- Nevím, co mám říct, ale chci, abys věděl, že mi na tobě záleží.
- Musí být opravdu těžké tímhle procházet.

Nesnažte se člověka v depresi rozveselit. Zkuste ho zvát k nenáročným činnostem, například na procházku, nenuťte ho však. Podporujte ho v jeho rozhodnutí vyhledat odbornou pomoc. Pokud je to potřeba, pomozte mu prakticky: Uvařte, uklidte, vezměte děti ven a podobně. A především – naslouchejte a buďte nablízku. ■



Mgr. Tereza Ráchel Bícová je psychoterapeutka, supervizorka a lektorka. Je součástí týmu Křesťanského terapeutického centra ([www.ktcentrum.cz](http://www.ktcentrum.cz)). Je členkou KS Praha.



# Je to všechno moje vina?

## Z deníčku matky psychicky nemocného dítěte

IDA PENCOVÁ

**3. října.** Telefonovali nám z nemocnice. Naše dítě hospitalizovali. Prý jako „pokus“. Myslím, že vím, co se tím myslí, ale pořád si chci myslet, že se pletu.

Další dny ubíhají trochu jako ve snu. Někdy je překvapivě snadné držet se pohromadě, někdy mám pocit, že se mi všechno sype pod rukama. V noci koukám do stropu a přemýšlím, co se vlastně stalo, kde jsme co udělali špatně, že naše dítě usoudilo, že už nechce žít. Přicházím na čím dál absurdnější situace: Mohlo to být kvůli tomu kopečku zmrzliny navíc, který jsem nedovolila? Pamatuju si ten smutný pohled v dětských očích...

*Rada, která pomohla: „Tohle je etapa, kterou projdeme spolu. Potřebujeme vědět, co teď dělat, a ne hledat, co se mělo udělat jinak a kdo za to může. Když přestaneš spát a utopíš se ve výčítkách, budeš za chvíli taky ležet na nějakém oddělení, a to nepotřebujeme.“*

**8. října.** Dítě je umístěno na dětské psychiatrii. Na pokoji je jich šest. Představa, že člověk, který se cítí mizerně, je nepřetržitě v jedné místnosti s pěti dalšími takovými, mě docela zneklidňuje. Když volá večer domů, zmiňuje, že jeho spolubydlící se opakovaně pokouší otrávit tím, co je v dosahu: Dnes pije sprchové gely a pojídá deodoranty. Prozatím nechci vědět víc.

*Rada, která pomohla: „Buďte aktivní rodiče. Jezděte na návštěvy, volejte, ptejte se, chtějte vědět všechno o medikaci. Nesmí vzniknout dojem, že tam je dítě odložené. Je to důležité pro dítě samotné, ale i pro personál.“*

**15. října.** Cítím se sama. Chtěla bych si o celé situaci s někým promluvit – ale s kým? A jak vůbec vyprávět svůj příběh, aniž bych odkrývala příběh dítěte, které si samo musí rozhodnout, jak a kdy a komu (a jestli vůbec) chce svůj příběh sdělovat. Částečně pomáhá, že funguju na autopilota: ráno vstát, obstarat děti, jít do práce, nakoupit, vyžehlit. Komunikaci s lékaři převzal manžel, čímž mi zajistil přítelovnost na další měsíce. Nejvíc se totiž bojím, že mi naznačí, že „za stav dítěte může matka“, a se mnou to švihne.

Dítě se má zatím tak nějak stejně. Vypráví, že je tam ze spolubydlících jedině, kdo se necítí genderově fluidní, nebinární, trans- nebo bi-.

Zavolala jsem kamarádce, která před lety řešila psychické obtíže svého dítěte. Sice byly zcela jiného charakteru, ale ví, jaké to je. Dobře jsem udělala. Jen někomu říct o svých vnitřních zmatcích a pochybnostech je velká úleva.

*Rada, která pomohla: „Hlavně dýchej. Není to naporád. Tvoje další děti tě potřebují, ber to den po dni. ‚I kdybych šel údolím stínu smrti...‘ Však víš, jak je to dál. Bůh je pořád dva kroky před tebou.“*

### „Možná by ses měla nechat vyšetřit...“

**22. října.** „Jak jde dětem škola?“ ptá se babička po telefonu. Je na čase začít seznamovat širší rodinu s aktuálním stavem. Reakce leckdy překvapí:

„Pamatuješ na strejdu Járu? Tak ten se celý život léčil s bipolární poruchou.“

Ten? To by mě vůbec nenapadlo, vždyť běžně chodil do práce, navštěvovali jsme se...

Až po chvíli si začínám vybavovat situace, kdy zrovna tenhle strejda udělal nebo řekl něco „divného“. Ale kdo z nás není někdy divný, ne? Postupně se dozvídáme, že z okruhu širší rodiny bere pět lidí pravidelně antidepresiva, dva řeší nějakou formu úzkosti a záchvatů paniky, v historii se objevuje i nějaká ta schizofrenie...

Připomnělo mi to historku, kterou vyprávěl Jozef Schovanec, který popularizuje problematiku autismu: „Ptal jsem se jednou mojí kamarádky psychologičky, proč je tak zaražená. Řekla mi, že si právě uvědomila, že ze všech lidí, které zná, jsou jen dva normální. Tak jsem jí řekl, že ty dva asi ještě moc dobře nezná...“

Dítě tomu nasazuje korunu: „Možná, mami, nemá žádnou diagnózu jen proto, že ses nikdy nenechala vyšetřit.“

*Rada, která pomohla: „Když se vrací humor, je to vždycky dobrá zpráva!“*

**30. listopadu.** Dítě propustili z psychiatrie. Jedeme domů a je to skoro stejný pocit, jako když jsme jeli z porodnice. Mám pocit, že to, o čem jsem si myslela, že vím, možná vůbec nevím. Měla jsem dojem, že znám svoje dítě, a docházím do bodu, kdy si tím vůbec nejsem jistá. Co teď? Čtu propouštěcí zprávu: „... k dítěti buďte laskaví a zároveň důslední, hodně s ním hovořte.“ No fajn. Co jsme asi doteď dělali? Kdyby tam tak bylo něco užitečného, třeba co dělat, když doma nastane psychický propad... Nebo jak o tom všem mluvit s dalšími dětmi...

*Rada, která pomohla: „Mluv o tom s Bohem a taky s lidmi, kteří mají takovou zkušenost. A ber to jako jakoukoli jinou závažnou nemoc.“*

**14. prosince.** Sehnat pro dítě ambulantiho psychiatra plus terapeuta, to je úkol, na který potřebujete velkou víru v zázraky. Tak jezdíme přes tři okresy k psychiatrii a přes dva opačným směrem na terapii. Psychiatrička č. 1: Sedíme tam s dítětem, které se svěšenými rameny kouká do země. Tak dostanu pokyn, ať začnu. Mluvim chvíli, načež dítě doplní jednu větu. Protože se k dalšímu proslovu nemá, pokračuju zase já. Paní doktorka mě přerušuje: „Proč nepředáte slovo? Vy mi připadáte v řeči docela invazivní. Možná dítě zažívalo v minulosti



Ilustraci foto Anemone123

přemíru rodičovské kontroly, nemyslíte?“ Paní působí tak, že po pár minutách jí je jasné, jak u nás všechno probíhá a že dítě příliš utlačuji.

A je to tu. Do půlnoci nedokážu sklepnout dojem, že jsem se právě dozvěděla, že za všech-  
no můžu já.

Mezitím kontaktuju kamarádku – terapeutku. Asi jsem to měla udělat už dávno. Chování doktorky zhodnotila jako neprofesionální. Na její radu hledáme jinou psychiatrii.

*Rada, která pomohla: „Hlavně nezačni pít.“*

*Fakt. Radši preventivně úplná abstinence.“*

## „Co vlastně potřebuješ?“

**Vánoce.** Mám smíšené pocity. Ale převažuje vděčnost, že tu jsme v plném počtu. Nikdy mě nenapadlo, že by to třeba mohlo být jinak. Situace mi zároveň připadá hrozně nestabilní, křehká, ale ten nejhorsší stres ze mě opadl.

Zkusím si přečíst knížku. Román. Jenže z příběhu vyplynulo, že když se mají všichni rádi, nakonec všechno dobře dopadne. Úplně mě to sestřelilo. Asi to bylo i tím, že když už jsem se nebála o dítě, mohla jsem si „dovolit“ řešit chvíli sebe. Tři dny a tři noci jsem se na-

## Dítě propustili z psychiatrie. Je to skoro stejný pocit, jako když jsme jeli z porodnice.

cházela ve víru nejrůznějších emocí: Cítila jsem rozčarování a hněv. Zlobila jsem se na Pána Boha – proč nás na to nějak neupozornil? Zlobila jsem se na svého muže – možná kdyby se tolik nevěnoval jiným lidem v církvi, všimli bychom si něčeho ve chvíli, kdy to ještě šlo zvrátit. Zlobila jsem se na církev – protože pořád existuje určité přesvědčení, že „dobří rodiče mají dobré děti“. A zlobila jsem se na sebe – protože kdybych se dovedla víc a hlasitěji prosadit, třeba by se to nestalo.

Rozhodla jsem se, že emoce nechám proběhnout a budu se k nim chovat jako k příznakům chřipky: Když do tří dnů neodezní, vyhledám pomoc. Do tří dnů to opadlo a zůstala otázka, kterou jsem vnímala, že se mě Pán Bůh ptá: „Co vlastně potřebuješ?“

No, to je otázka. Co chci slyšet? Že to dobře dopadne? Že to takhle mělo být? Že za to nemůžu? Po delším uvažování jsem došla k přesvědčení, že to jediné, co opravdu chci, je mít jistotu, že Pán Bůh k tomu děcku dosáhne. Že dokážou spolu navázat komunikaci. Že na té cestě jdou spolu. Na tom ostatním pak už tolik nezáleží.

*Rada, která pomohla: „Není na škodu si sehnat terapii i pro sebe. Aspoň pár setkání.“*

**3. října (po roce).** Držíme se. Někdy to je lepší, někdy moc ne. Učíme se spolu víc mluvit. „Jak se máš?“ není dobrá otázka. Někdy je lepší jet k doktorce ještě jednou ve stejném týdnu, případně zvážit hospitalizaci, než doma přemýšlet, jestli dítě bude ráno živé. Škola je důležitá, ale riskovat kvůli ní život fakt nemá cenu. Bereme ohled na emoce, i na ty vlastní. Někdy je třeba z toho všeho na chvíli vystoupit. Odjet na víkend – a je jedno, jestli na wellness nebo ke kamarádce.

Přestala jsem mít takovou hrůzu z medicíny. Pořád na ni nahlížím jako na řešení v lepším případě dočasné, ale vidím, že doopravdy může pomoci. Dítě není „utlučené“ s prázdným pohledem (tak nějak jsem si myslela, že to funguje), ale naopak se vrátila dobrá nálada a jiskra v oku.

Našly jsme se s dalšími matkami v podobné situaci, voláme si, vytvořily jsme si vlastně takovou improvizovanou svépomocnou skupinu. Některé děti jsou teď doma a více či méně v pohodě, jedno je opět hospitalizované a vypadá to na vážnější diagnózu. Víme, že nejsme na konci. Ale taky víme, že tenhle úsek cesty nejedeme každý sám. Ve chvílích krize je velkou pomocí mít se komu ozvat. To je také poslední rada, kterou chci sdílet: *Nebud' na to sám. Není to nutné.*

*P. S. Popisované „dítě“ ani „matka“ nejsou jedna reálná osoba, jde o kompilaci více příběhů spojených do jednoho. Pro jednoduchost a stručnost text nepracuje s dalšími členy rodin a soustředí se jen na prožívání matky.*

*Autorka je členkou AC Kolín.*

## zpráva

### Psychické problémy v amerických sborech.

Podle studie společnosti Lifeway Research má nejméně 54 % pastorů z protestantských sborů v USA ve svých společenstvích „alespoň jednoho člena, kterému byla diagnostikována závažná duševní nemoc, jako je klinická deprese, bipolární porucha nebo schizofrenie“. Naproti tomu člena s dia-

gnostikovanou poruchou nikdy ve svém sboru nemělo 34 % pastorů. Z výsledků není jasné, zda se počet duševních chorob mezi členy církvi zvyšuje, nebo zda je pro lidi menší problém se pastorům se svými obtížemi světit.

Psychické problémy se nevyhýbají ani pastorům samotným. Nejméně 26 % z nich uvedlo, že „bojovalo s nějakým typem duševní nemocí“, 17 % byla duševní nemoc diagnostiková-

na. Nejčastěji psychické problémy uváděli pastoři mladší 45 let.

Křesťan dnes, Premier

### Nález nápisu z doby Chizkijáše.

Izraelští archeologové Eli Šukron a Gešon Galil identifikovali na kamenech nalezených v Chizkijášově tunelu v Jeruzalémě nápisy, jež odpovídají biblickým textům z 2. Královské 18 a 20. Nápisy jsou staré přes 2700 let a vědci je

popisují jako „nejstarší rukopis Bible“ – jsou o několik set let starší než kumránské svitky.

Podle Galíla nálež „podporuje tvrzení, že biblické Knihy královské vycházejí z textů zaznamenaných v letopisech a královských nápisích, a tedy že Bible odráží historickou realitu a není výplodem fantazie“. Jedná se proto o jeden z nejdůležitějších archeologických objevů v Izraeli. Evangelical Focus

## Duše

Co je duše? To je trochu jako: „Co je čas? Když se mě nikdo neptá, tak to vím.“ Jako by sv. Augustin vtípně vystihl jak čas, tak i pojmy, které každý zná – než se někdo zeptá, co to je. Duše je na tom stejně.

Ptáme-li se lékaře či psychologa, každý sice řekne, co vidí, ale ani jeden nevidí celek. Ptáme-li se teologa, snaží se v tom vyznat, ale spíš to vzdává. Duše je prý jen chování těla.

Položíme-li si tuto otázku nad Bibli, musíme se začít, abychom se oprostili od moderního tápání.

Pohled Starého zákona je nečekaně bohatý. Nejenže zná duši (má pro ni dokonce dva výrazy), ale zná i lidského ducha a k tomu promítá nitro do obrazů jako srdce, ledviny a střevo.

Nový zákon se tak složitý nezdá. Vedle těla zná duši a ducha. Občas mluví o srdci a nitru jako my. Vezměme to od počátků.

Nahlédnout nám dá už 1M 2,7: „Pak Hospodin Bůh vytvořil člověka coby prach země a poté mu do nosu vdechl *nešama* života.“ (To je „duše“ jako dýchání.) „Nato se člověk stal *nefeš* živou.“ (To je „duše“ jako... nějaké hlubší dýchání.) Abychom se dočetli také o lidském duchu, musíme listovat dále. (Ten výraz mnozí známe: *ruach*. A víte co? České „*ruch*“ nebo „*vzruch*“ se podobají nejen zněním, ale i významem. Pohrajme si trochu.) Jako první zmínku čteme: „Nad těmi vodami se zachvíval Boží *Ruch*.“ (1M 1,2) Na dalším místě se míní duchem či vzruchem možná vítr, možná Bůh, ale člověk ne („pak uslyšeli hlas Hospodina Boha, jak se pohybuje zahradou jako denní *ruch*“). A tak až v 1M 6,3 čteme: „Můj *vzruch* v člověku nezůstane věčně...“ a ve verši 17: „... všechno tělo mající *vzruch* života“. Překvapivě tedy „*ducha*“ života může mít jak homo sapiens, tak blboun nejspíš.

Chvíli by trvalo, než bychom se prolistovali k ryze lidskému duchu (1M 26,35 – „hořkost ducha“, viz pozn. v ČSP), a to bychom mezitím i potom našli významy jako „*vůně*“ a vůbec jevy hýbající vzduchem i duchem.

Snad lze shrnout, že hebrejské *ruach* je šíření vzruchu života či živosti do okolí, kde je vnímán. Překlady „*duch*, *dech*, *vítr*“ aj. jsou jen odstíny tétož.

„*Dýchání života*“ (*nešama*) je pulzování, jímž *duch* (*ruach*, řecky *pneuma*) vniká do těla a z něj uniká. Začíná rozdycháním v 1M 2,7 a v J 20,22.

Víme, že vdech a výdech dávají život. Dochází k oxyličování krve a buněk. To je zhruba ta *nefeš*. Ale dýchání a oxyličování jsou zástupné výrazy pro cosi vnitřního a živoucího. To sám člověk je duše, ono „já“, které vnímá hmotný svět tělem, svět nehmotný duchem. Umírá nejen tělo, i duchem bývají lidé mrtvi: ve hříchu. Ale souzeny nebudou jen duše; musí nastat vzkříšení.

Žijeme tělem i duchem. Čím se řídíme? Co nám vede duši?

■ Jiří Hedánek



Mgr. Jiří Hedánek, Th.D., Ph.D., je lingvista, překladatel Bible (B21, ČSP) a křesťanské literatury.



# Připravovala jsem vlastní pohřeb

V červnu 2013 mi fyzioterapeutka na levé paži našla skvrnku. Poslala mě k lékaři, do té doby mne prý léčit nebude. Poslechla jsem ji – a lékař mi do tří dnů domluvil návštěvu u dermatoložky, která mi po prohlídce řekla, že jde o agresivní kožní nádor, a rovnou navrhla operaci: za dva dny. Uvědomovala jsem si, jak mě Pán chrání. Operovali mě právě včas, takže mohli zasažené buňky odstranit.

Když jsem ale přišla do nemocnice na kontrolu, našli mi podezřelou skvrnku na obličejí, která po několika testech vypadala zlobně.

**Psychiatr mi řekl:  
„Už pro vás nemohu  
nic udělat. Vyzkoušel  
jsem vše, co znám.“**

Byla dost velká, proto se lékaři radili, zda ji mají ozařovat, nebo operovat. Nakonec se rozhodli pro operaci. Odebrali mi kousek kůže z nohy a ránu na obličejí jim zakryli. Ještě byla potřeba druhá operace, ale pak už jsem byla v pořádku. Naplnila nás radost a vděčnost.

V tomto období mi hodně pomáhala četba Bible. V žalmu 139,5 se píše: „*Sevrěl jsi mě zezadu i zepředu, svou dlaní jsi položil na mě.*“ Manžel mi to často předčítal – před spaním na mě vzkládal ruku a žehnal mi dobrými slovy, které nám říká Bůh: že nás ochraňuje a chce nás za-



Kresba s nápisem „Jsem zpátky...“

chránit. Slovo „ruka“ jsme četli v Bibli tolikrát... V žalmu 138,7 stojí: „*I když jsem v soužení, ty mi zachováš život, vztáhneš ruku proti hněvu mých nepřátel a tvá pravice mě spasí.*“ Potřebovala jsem ta biblická slova slyšet.

Během tohoto onemocnění jsem se naučila hlouběji uplatňovat zásady vnitřního uzdravení: naslouchat Bohu, zakoušet jeho přítomnost v Duchu svatém, důvěřovat mu a očekávat jeho pomoc, soustředit se na Ježíšův kříž a vzkříšení atd. Ve sboru se za mě modlili a dostala jsem květiny. Několik přátel se silnou vírou na-

de mnou vyhlášovalo Boží uzdravující přítomnost. Mohla jsem se na Pána spolehnout...

Jeden přítel mi řekl: „Dostal jsem pro tebe slovo. Pán říká: ‚Postarám se o tebe.‘“ To slovo vypadalo tak prostě, pro mě však bylo důležité. Začala jsem očekávat Boží péči a rozpoznávala jsem ji v mnoha rozmanitých drobnostech: v manželově něžném gestu, v milé pohlednici, telefonátu, e-mailu, dárku za službu v Praze, v písničce na YouTube, kterou mi někdo poslal... Bůh mi otevřel oči, abych tuto jeho péči viděla. To byl veliký dar!

Učila jsem se spoléhat na Boží zaslíbení, že mu na mně záleží a že mi v každé situaci dá, co potřebuji (viz 1 Pt 5,7). Tak jsem se naučila ne být závislá na lidech, ačkoli je samozřejmě potřebujeme. Byla to pro mě lekce i z hlediska mé pastorační práce. Bůh se postará i o lidi, kterým jsem se věnovala, i kdybych jim třeba nemohla být dlouhou dobu nablízku.

## Nevěděli, jak se mnou jednat

Počátkem prosince 2013 byla rána na obličejí i na noze téměř zahojená. 4. prosince mě uprostřed noci hrozně rozbolelo břicho. V nemocnici mi zjistili ileus (neprůchodnost střev) a byla nutná okamžitá operace. Později jsem se dozvěděla, že moje střeva byla ve velmi špatném stavu a že lékaři bojovali o můj život. Převezení mne na jednotku intenzivní péče a několik dní mě udržovali v umělém spánku. Na JIP si mě nechali jedenáct dní. Bylo to pro mě traumatické období, protože mi nikdo neřekl, proč potřebuji tolik péče. Byla jsem plná zmatku a obav.

Poté mě přestěhovali na pokoj s třemi dalšími pacientkami, které měly nakažlivá onemocnění. Jakmile to bylo možné, poslali mě domů, protože se obávali, že se nakazím. Všichni jsme měli ohromnou radost, že jsem doma. Byla jsem velice slabá, ustlali mi v obýváku, ale mohli jsme toho roku oslavit Vánoce společně.

Brzy se ale ukázalo, že jsem onemocněla psychicky. Nesnesla jsem světlo ani zvuk a hrozně jsem se bála. Neustále jsem myslela na smrt a připravovala jsem svůj pohřeb. Pronásledovaly mne myšlenky, které byly vzdálené realitě. Můj lékař mi doporučil psychiatra, který se mi snažil pomoci. Byla jsem duševně nemocná a v hluboké depresi. Psychiatr zkoušel různé léčebné metody a dával mi léky.

Manžel i naše tři děti se mi dvacet měsíců ze všech sil snažili pomoci, abych mohla zůstat doma. Dcera přicházela každou sobotu, aby nám pomohla a uvařila. Nejstarší syn přicházel každou neděli odpoledne a náš nejmladší podle potřeby.



Tony Kalmová při představení své knihy „Najít svou cestu“ na semináři „Cestou důvěry“ v dubnu 2022 v Praze

foto Lenka Zimová KMS

Je důležité vědět, že deprese je nemoc. Dcera mi později vyprávěla: „Byla jsi úplně na dně. Většinou jsi nebyla moc vlídná, dokonce ses ke mně chovala nepřátelsky.“ Prý pro ni bylo velice důležité nic ode mne neočekávat.

Přátelé mě navštěvovali. Mnozí ale neměli ponětí, jak se mnou jednat. Jen jsem seděla v křesle a většinou jsem něco háčkovala. Bylo mi jasné, že duševní nemoc je něco, o čem se nemluví, zvláště mezi křesťany. Ani můj pastor, který mne navštívil, nevěděl, co si se mnou počít: „Vždycky jsi byla takovou ženou víry. Kde je tvá víra teď?“

Neměla jsem tušení, zda a jak se mohu uzdravit. Necítila jsem žádné pozitivní emoce, stále jen strach a obavy. Byla to velice těžká doba – bez radosti, pokoje a odpočinku.

Dcera zařídila, že mě skoro každé odpoledne přišel navštívit někdo z přátel. Pomáhalo mi, když se ke mně chovali normálně a vyprávěli mi něco o sobě. Často se mě ptali, zda mám nějaké oblíbené místo v Bibli, a pak mi je přečetli.

Měla jsem dvě přítelkyně, které pevně věřily v mé uzdravení. Byly to ty, které měly víru už pro mé uzdravení z rakoviny. Držely mě v náručí a utěšovaly. Říkaly mi, že náš Pán je Lékař a že věří, že mě Bůh uzdraví. To mi dodalo naději – mnoho lidí totiž v moje uzdravení

Autorka je holandská sociální a pastorační pracovníce. Od 70. let působila v také v Československu a později v ČR, ve spolupráci s místními křesťany zde rozvíjela pastorační práci a službu vnitřního uzdravení. Po svém uzdravení mj. sloužila na konferenci KMS „Jak chutná cesta milosti“ na podzim 2018 v Praze. Je autorkou knihy *Najít svou cestu* (Nakladatelství KMS, 2021).



Tony Kalmová se svým manželem Nannem

nevěřilo. Pomohlo mi i to, že pro navázání kontaktu mě vzaly za ruce. Právě po tom jsem toužila: po spojení. Nesnášela jsem zvuky, světlo (z televize) a vnější podněty. Ani návštěvy jsem nesnesla delší než patnáct dvacet minut.

Další věc, která mi pomohla, bylo to, že jsem si zapisovala slova, kterými se za mě přátelé modlili. Později jsem se těmito slovy za sebe dokázala modlit i sama.

## Za duševní nemoc se nestydím

Dvacet měsíců uplynulo, aniž by došlo k pokroku. Tehdy mi psychiatr řekl: „Už pro vás nemohu nic udělat. Vyzkoušel jsem vše, co znám. Prošla jste terapiemi i s mými kolegy, ale nic nepomohlo.“ Poslali mě proto do psychiatrické léčebny. Po třech měsících vyšetřování pozvali do nemocnice mou rodinu, aby se podívala na dokument o léčbě elektrošoky. Všichni včetně mě s touto léčbou souhlasili. Během pěti týdnů jsem pod anestézií dostala devět elektrošoků. A stal se zázrak: Vrátila se mi má osobnost. Po

čtyřech elektrošocích mě navštívil nejmladší syn a prohlásil: „Mám zpátky svou maminku.“

8. prosince 2015 jsem přišla domů. Vrátily se mi dobré pocity: radost, pokoj, mír. Vrátil se mi život. Musela jsem samozřejmě pokračovat v terapiích, abych se uzdravila úplně. Účastnila jsem se tvořivé terapie, nakreslila jsem motýla a přidala k němu nápis: „Jsem zpátky!“ Zase jsem byla naživu!

Potřebovala jsem taky procvičovat svaly a chodila jsem na fyzioterapii. V říjnu jsem také dostala nový kyčelní kloub. Musela jsem v autoškole absolvovat deset cvičných jízd, teprve potom jsem se za volantem znovu cítila jistě. V říjnu 2017 už jsem mohla říct: Jsem opět zdravá – na duchu i na těle!

Nestydím se za to, že jsem byla psychicky nemocná. Do takové situace se může dostat každý. Dělalí jsme, co jsme mohli, členové rodiny o mě pečovali skvěle. Ze všeho nejvíce děkuji Bohu, že mě uzdravil skrze všechny ty modlitby, skrze tolik lidí, kteří mi pomáhali a projevovali mi lásku, a skrze všechnu tu lékařskou péči.

Bylo mi řečeno, že traumatické události, kterými jsem prošla, mi zablokovaly část mozku

a těmi elektrošoky se to uvolnilo, takže jsem opět mohla navázat spojení se všemi pěknými slovy, které mi lidé řekli a jimiž se za mne modlili, a přijmout tak Boží uzdravení.

I křesťané mohou mít problémy a trápení, náš Bůh nás však slyší i vidí a záleží mu na nás. To vím jistě. Ví, že se neuzdraví každý, avšak Ježíš chce být v každé situaci s námi a pomáhat nám se s utrpením a zoufalstvím vypořádat. V listu Římanům 8,28 se píše: „Víme, že všechno napomáhá k dobrému těm, kdo milují Boha, kdo jsou povolání podle jeho rozhodnutí.“

O tolik víc se teď raduji ze života! Můj vztah s manželem se prohloubil a hodně se spolu smějeme. Náš vztah se všemi třemi dětmi je ještě více naplněn láskou. A je nádherné, že mě v době mých depresí navštěvovali i přátelé a přijímali mě, ačkoli jsem se k nim chovala nevlídně... Zjistila jsem, že se nemusím ze všech sil snažit o to, aby mne lidé měli rádi, ale že mohu být prostě sama sebou. Žiji nyní ve větším pokoji. Více důvěřuji Bohu a život přijímám s otevřenou náručí.

**Tony Kalmová,**  
překlad Ivana Kultová

# Vetřelec

Nezvaně a nečekaně, ocitla se mezi námi doma deprese. Namísto radosti ze shledání po osmi týdnech odloučení přijela dcera na vánoční prázdniny naprosto vyměněná. Nejprve to vypadalo na vyhoření. Studium bylo náročné, a tak není divu: Únava, pomysleli jsme si všichni a já jsem připravila postel a zázemí k odpočinku. Chodili jsme potichoučku kolem pečlivě zavřených dveří a vě-

ani v noci, mysl zamřzenou, studium, spánek, ba i schopnost volat k Bohu ta tam. Nešlo to jinak než zpět domů.

Z pohublě tváře si nás měřily cizí oči plné prázdna a apatie. Boží chvály, které k radosti nás všech dřív rozeznávaly dcerin pokoj, ustaly. Potom se ticho a apatie proměnily v sebekritiku a pochybnosti. „Mami, já nejsem spasená, nepřijdu do nebe, nemůžu chválit Boha, nejde mi to z úst. Neexistuje pro mě naděje. Jsem špatná, neschopná, zbytečná, překážím tu.“

Každý den stejná písnička. Žaludek se mi svíral úzkostí, bylo mi jasné, že to není jen tak. Zlý je tu s námi. V hlavě mi vyvstane obraz oběšené Aničky a alkoholem opojené Zdeny. Prarabeta a babička. Antidepresiva vsudyprítomná k dispozici po generaci, v naší rodině však bez požadovaného účinku. Oblast duševních nemocí mi nahání hrůzu. Mysl mi téká sem a tam. Co teď? Těžko zmapovatelná situace, obtížné nastavení diagnózy. Dvě jasné porážky. Bilancuji. Jak daleko jsem schopná zajít, jak hluboko dokážu důvěřovat? Bože, uzdravuješ? Modlím

se za moudrost, jak na vetřelce, jak na depresi. Tuším, že jsem vyzvána k duchovnímu boji, ale nevěřím si.

A pak to přišlo, nenápadně a hladce. Po šesti měsících utrpení sedíme s dcerami, starší i mladší, u stolu a sepisujeme lži, kterými je starší bombardována. Potom list papíru trháme a vyznáváme Boha Pánem našich životů a v modlitbě se stavíme proti duchu deprese, lži a balamucení. Starší dcera najednou ztichne a odmítá naše „amen“.

Mladší dcera pohlédne nejprve na starší sestru a potom upřesní zrak na mne. Teď, nebo nikdy. Vidím to. Chce se mi zoufalstvím smát nahlas. Ví, co chce, ví, co je třeba, ale nechce se mi uvěřit, že tady teď, u našeho stolu v kuchyni, mám z vlastního dítěte, křesťanky, vymítat demony. Copak jsem nějaký Derek Prince?

Slyším se vyslovit první větu a potom už plynule vyzývám vetřelce k identifikaci a ve jménu Ježíše jim prikazuji vyklidit pole. Mladší dcera stojí při mně, navzájem se doplňujeme. Šokované, nejsme při smyslech spočítat, kolik jich nakonec z oslabeného těla vyšlo, ale po necelé hodině přichází vítězství.

Starší dcera začne po půl roce chválit Boha. Zpěv naplní prostor a v nás se hluboce rozhostí pokoj. Děkuje Bohu společně, vyzýváme Ducha svatého, aby nás naplnil a zapečetil, a on to udělá.

**Tereza Krejčí**

Nechce se mi uvěřit,  
že tady teď, u stolu  
v kuchyni, mám  
z vlastního dítěte  
vymítat demony.

řili, že je to otázka týdne, maximálně dvou, a dcera bude zase v pohodě. Když jsme jí po Vánocích mávali, nebyla to ještě úplně ona, ale čas strávený v rodinném kruhu jí, zdá se, prospěl.

Zbytek rozchodí, chlácholili jsme se. Nerozchodila. Už z prvního telefonátu bylo jasné, že to, s čím se potýkáme, je s námi, pevně a zalomené. Nepomáhaly ani nekonečné hodiny přeplněné videotelefonáty. Dva měsíce jsem trávila v přímém přenosu od sedmi hodin do půlnoci, naslouchala dceři, povzbuzovala a pak o samotě úpěnlivě volala k Bohu, aby se smiloval nad dcerou i nade mnou. Nakonec se situace vyhroutil do té míry, že dceru deprese naprosto znehýbněla. Nebyla při síle fungovat ve dne

## Zprávy

■ **Francie: Největší denominací jsou letniční.** Ve Francii připadá na každých 25 000 obyvatel jedna evangelikální modlitebna. Vyplývá to z nejnovějších statistik Národní rady evangelikálních křesťanů (CNEF).

V zemi je více než 2700 evangelikálních bohoslužebných míst (údaj nezahrnuje evangelikální skupiny scházející se v domácnostech nebo v jiných neformálních zařízeních). Nejméně 745 000 evangelikálních křesťanů je aktivních ve své víře a pravidelně

navštěvuje shromáždění. Oproti roku 1950, kdy bylo evangelikálů v zemi pouze 50 000, to znamená 15násobný nárůst.

Největší evangelikální denominací ve Francii je letniční Assemblée de Dieu de France (350 sborů), následuje Mission

évangélique des Tziganes de France (etnické romské sbory, 222), Communautés et assemblées évangéliques de France (117) a Fédération des Églises évangéliques baptistes de France (Federace baptistů, 115). Křesťan dnes, Evangelical Focus



# Jako bych měl v hrudi kostku ledu

*Když jsem byl ještě na základní škole, býval jsem často unavený, neměl jsem moc kamarády a hodně jsem se bál i běžných činností jako třeba školy, budoucnosti nebo mluvení ve větších skupinách. Ve věku kolem deseti let jsem měl jedno delší depresivní období, kdy jsem asi dva týdny prožíval silnou úzkost a před usnutím jsem každý den několik hodin brečel, že určitě nezvládnou pokračovat ve studiu. V tomto věku jsem si ale vůbec neuvědomoval, že prožívat podobné pocity je zvláštní.*

**T**yto stavy u mě neměly jasnou příčinu. Částečně za to myslím mohla moje přecitlivělost a složitější způsob myšlení, kdy potřebuji věci pochopit, abych je dokázal dobře dělat. A částečně za to bylo zodpovědné rodinné prostředí, které bylo na jednu stranu velmi stabilní, ale jen málo se u nás mluvilo o osobních věcech a téměř nikdy se nemluvilo o věcech nebo pocitech negativních. Navíc doma převládalo nastavení, že jako rodina děláme věci dobře a ostatní jsou ti, kdo se chovají nepatřičně. Rodiče také nevyprávěli téměř žádné příběhy ze svého mládí nebo současného života. A tak jsem neměl slovník a prostor pro vyjádření svých nepříjemných pocitů. Absence příběhů způsobila, že jsem neměl výbavu, abych pochopil, co se ve mně děje, a pocit vlastní dokonalosti zase potlačoval potřebu své myšlení a chování měnit.

## Hypochondrie, nebo nemoc duše?

Na střední škole jsem bydlel mimo domov v nedalekém městečku. Ve třídě se vytvořila dobrá parta, ale v maloměstském prostředí nebylo po večerech kromě návštěv hospod moc co dělat. Hodně alkoholu, málo spánku a nepravidelná strava způsobily výrazné zhoršení mého zdravotního stavu. Přibližně jeden týden v měsíci jsem měl zvýšené teploty a pociťoval celkovou slabost organismu. Dvakrát jsem byl na kratší dobu hospitalizován kvůli zánětu srdečního svalu. Kromě úzkosti a únavy se k tomu přidaly tělesné (somatické) příznaky jako bolesti hlavy, očí a dalších částí těla. Nejnepříjemnější a zvláštní byl téměř každé dopoledne se po dobu několika hodin opakující pocit chladu v hrudníku – jako kdyby tam byla kostka ledu. Trochu se to zlepšilo v posledním ročníku, kdy jsem začal pravidelně běhat a do hospody se už také chodilo méně.

Vysoká škola s sebou přinesla množství učení a větší psychickou zátěž. Více jsem si uvědomoval somatické příznaky a situaci jsem začal řešit návštěvou různých lékařů. Část z nich v tom viděla únavový syndrom, část hypochondrii, jedna doktorka vytušila možný psychický původ a doporučila mi návštěvu psychiatra. Tam mi byla kvůli silným somatickým příznakům diagnostiková-



na cenestopatická schizofrenie. Lékař mi nejdříve předepsal antipsychotika a antidepresiva a postupně jsem přešel na kombinaci jiných antipsychotik a léků na úzkost. Právě ty měly ze začátku velký pozitivní účinek ve formě zklidnění; ten se ale postupem času zmenšoval. Síť psychologů byla v tom čase a v daném regionu dost řídká, a léčbu tak nedoprovázela žádná terapie.

Někdy během tohoto období jsem se díky spolubydlícímu na koleji dostal do křesťanského společenství, kde mě inspirovala víra několika zapálených křesťanů. Postupně jsem začal pravidelně číst Bibli a uvěřil jsem. Díky víře jsem získal větší jistotu, klid a pokoj na hlubší rovině, což přineslo větší osvobození od vnímání druhých lidí a dělání si starostí o zdraví a budoucnost. Navíc se pro mě církve stala bezpečnou komunitou, kde jsem se mohl chovat někdy i trochu zvláštně, a většina lidí mě přesto brala. Získal jsem tam také pár hlubších vztahů, ve kterých můžu upřímně mluvit o věcech, které prožívám.

Během posledních ročníků vysoké školy jsem se v rozmezí pár týdnů pokusil vysadit léky, což vedlo k tomu, že jsem spal jen pár hodin denně a psychicky jsem se cítil špatně. Zjistil jsem, že se mi daří částečně uklidnit soustředěním se na svůj dech, zrakové vjemy a klidnou hudbu. To ale pomáhalo jen částečně a po pár týdnech jsem znovu začal brát léky.

Postupně jsem ale soustředění se na smyslové vjemy více zkoumal a teď je to pro mě tato forma kontemplace spolu se strečinkem, u kterého se soustředím na svůj dech, základní pomůckou na zklidnění a zpracování negativních emocí. Protože mi nejvíc vyhovoval poslech klavírních koncertů, inspirovalo mě to ke koupi digitálního pianu. Je to pro mě skvělý relax na vyčištění hlavy a také to zlepšilo mou koordinaci, což mi pomáhá i u jiných činnostech – například řízení auta.

## Zvládnou vůbec pracovat?

Po dokončení vysoké školy jsem se necítil na zvládnání plné pracovní zátěže, a proto jsem pokračoval v doktorandském studiu. Během tohoto období jsem také přemýšlel o dráze nemocničního kaplana a absolvoval jsem pár předmetů s pastoračním a psychologickým zaměřením na Evangelikální teologickém semináři. Tyto předměty mi daly základní výbavu pro porozumění mým psychickým problémům i obecně myšlenkám a pocitům. Navíc mi poskytly techniky a určitou moudrost, jak se vypořádat s těmito problémy a pracovat na svých slabších stránkách. Staly se tak pro mě určitou náhradou psychoterapie.

Můj zdravotní stav se postupně zlepšoval a dovolil mi zvládat normální pracovní zátěž. V rozmezí přibližně jednoho roku jsem byl také schopen vysadit léky. Když jsem k tomu ještě přidal zdravý jídelníček, pravidelný sport

## Církev se mi stala bezpečnou komunitou, kde jsem se mohl chovat někdy i trochu zvláštně.

a různé bylinné doplňky na depresi, uklidnění a posílení odolnosti vůči stresu, několik let už zažívám psychicky pohodový stav.

Při zpětném pohledu na můj několikaletý zápas s psychickými potížemi považuji za nejdůležitější dvě věci: První je to, že jsem uvěřil v Boha. Dalo mi to větší klid a jistotu do života a otevřelo mé přemýšlení pro Boží působení a pomoc. Druhou věcí je vytrvalost v hledání příčin mých problémů a ochota se měnit, když jsem zjistil, že mi něco škodí, nebo naopak pomáhá.

David Svačina, CB Praha 13

### Jaký příběh máte vy?

Můžete popsat, jak jste se setkali s Bohem a jak to proměnilo váš život a vztahy.

Nebo jakoukoli jinou zkušenost, v níž se odráží Boží добрota nebo jeho moc.

Nenechte si to pro sebe a povzbuďte svým svědectvím ostatní čtenáře.

Pište na e-mail [redakce@zivotviry.cz](mailto:redakce@zivotviry.cz).

# Nedobrovolně svobodní v církvi

**D**nešní společnost přešla do módu, že je normální vstupovat do manželství v pozdějším věku, předtím žít na hromádce a klidně mít i několik dětí, než si ti dva dají závazný slib manželský, pokud vůbec. Velký trend je být svobodný, budovat kariéru a případně si „užívat“ života a rodinu oddalovat. Společnost to podporuje i pomocí zákonů a nevidí na tom nic špatného. Manželství se pro mnohé stává přežitkem.

V církvi naopak na svobodné lidi ve vyšším věku, kteří nevstoupili do manželství a nezaložili rodinu, dlouhodobě nejsme připraveni a nevíme si s nimi rady. Mnohdy se na ně církev dívá jako na neschopné najít si partnera, jako na

**Chtěla jsem se vdát hned po škole a založit rodinu, ale nakonec jsem se vdala až ve čtyřiceti.**

ztroskotance. Kdykoli slyším, že něco takového někdo z křesťanů o svobodných lidech pronese, vzbudí to ve mně rozhořčení. Většina z věřících „singles“ si tento stav nevybrala. Nelze ani říct, že by přebírali – z koho? Většina z nich by nabídky na společný život spočítala na jedné ruce. Opravdu je manželství jedinou správnou cestou pro život? Kolik věřících manželství se poslední dobou rozpadlo a způsobilo to velká zranění! A co apoštol Pavel? Není ve výsledku sobecké určovat, co je pro druhého to správné?

Službě nezadaným jsem se začala věnovat ještě jako svobodná. Moje touha byla vdát se hned po škole a založit rodinu, ale nakonec jsem se vdávala až ve čtyřiceti. Vnímala jsem v srdci jako pravdu Boží slovo „Není dobré, aby člověk byl sám – stvořil je jako muže a ženu...“. Ale neměla jsem to „štěstí“, že bych našla životního partnera dříve. O to víc si uvědomuji ono štěstí, že mi Hospodin dal báječného manžela, ač jsme si oba na sebe museli počkat do pozdějšího věku. Dal mi muže, se kterým jsme oba zaměřeni na Krista a službu jemu. Vztah, který není založen na pocitech a vzhledu, ale na poznání srdce toho druhého a Boží vůle pro naše životy.

Většina ze svobodných nemá dar celibátu, nejsou rozhodnutí zůstat po celý život sami jako apoštol Pavel a upřímně se modlí za manžela či manželku. Většina z nich ani nemá velký výběr – buď jsou ve sboru sami, nebo mají kolem sebe jednoho dva potenciální partnery, kteří ale evidentně nejsou vhodní právě pro ně. Zvláště pro sestry je to hodně náročné, protože věřících svobodných mužů je méně než věřících svobodných žen, a pokud

chtějí upřímného křesťana, tak se musejí smířit s tím, že některé zůstanou samy – a s tím se smířit rozhodně není snadné!

Ale budme upřímní. Není lepší zůstat sám než vstoupit do vztahu pro vztah a být po zbytek života nešťastný či nakonec podstoupit bolestivý rozvod, protože to nebude možné unést? Ani toto uvědomění nám to ale neulehčuje. Člověk v srdci bojuje s bolestí, s nenaplněním Božího „*plodte a množte se a naplňte zemi*“, se samotou... A i to jsou některé důvody, proč děláme programy pro singles – aby se mohli vzájemně povzbuzovat, potěšovat, zjišťovat, že nejsou v této situaci sami, nacházet nová přátelství, a dá-li Hospodin, tak třeba i potkat svého životního partnera či partnerku.

Pro mě byly programy pro nezadané křesťany velkým povzbuzením, ač jsem manžela potkala jinde. A jsem moc ráda, že jsem na tyto akce jezdila, protože díky nim mám mnoho úžasných přátel.

A jak se tedy dívat na svobodné? S láskou, se snahou pochopit, čím si procházejí, s přátelstvím, s povzbuzováním. S modlitbou, aby těm, pro které to má připravené, Bůh dal v ten správný čas dobrého partnera, se kterým jejich život bude víc oslavovat Krista, než kdyby byli sami. S modlitbou, aby jim Bůh dal trpělivost, radost, pokoj a mnoho dalšího, co sám ve své svrchovanosti nabízí každému z nás. S pohledem, že život mimo manželství není méně hodnotný než život v manželství. Možná i bez zdůrazňování, že manželství je jediná cesta, protože není. Pro takovou změnu by ale měla i církev přijmout, že tu nejsou pouze rodiny s dětmi, ale i mnoho jiných skupin, na které se někdy zapomíná a které některá církevní společenství svým zaměřením i zraňují (svobodní, neplodné páry, rozvedení, vdovy, vdovci, senioři...) a které se v takto nastaveném prostředí nemusejí cítit komfortně, protože „nezapadají“.

Přeji nám, abychom uměli prokazovat úctu jeden druhému, ať už je ten druhý v jakékoli pro nás nepochopitelné situaci. Abychom si prokazovali Boží lásku, která přenáší hory a která neřeší to, v jakém stavu se zrovna nacházíme, protože Bůh s námi počítá každou chvíli našeho života. Ať už žijeme v manželství, nebo mimo něj.

■ **Lenka Mikisková, CB Říčany**



Autorka je koordinátorkou aktivit Singles+ v Církvi bratrské.

Zaujalo vás toto téma? Zveme vás na seminář

**Nežít v čekárně**

17.–18. března v Praze.

Pořádá KMS ve spolupráci se Singles+.



## Témata k modlitbám na únor

### Díky Bohu

- o vysoká volební účast v prezidentských volbách
- o klesající počet rozvodů v ČR od roku 2002 (31 758) do roku 2022 (21 107)
- o zpomalení inflace a pokles cen energií a pohonných hmot na přelomu roku

### Prezident, politika

- o ať se Pražský hrad stane místem morální, moudré vlády a dobrého příkladu
- o odpuštění všeho špatného, co předchozí prezidenti přinesli a rozšířili
- o moudrost, ochrana a dobrá rozhodnutí pro nového prezidenta; dobrá volba spolupracovníků
- o ať politiku opustí co nejvíce zkorumpovaných lidí a prospěchářů a místo nich přijdou lidé bezúhonní
- o sestavení stabilní a funkční koalice a městské rady v Praze

### Rodina

- o ať se zvýší společenská prestiž manželství a rodiny; úspěch a přínos akcí v rámci Národního týdne manželství (13.–19. 2.)
- o rozvoj kurzů Manželské večery a Příprava na manželství
- o zvýšení sňatečnosti, porodnosti a podílu dětí narozených v manželství v tomto roce
- o Aliance pro rodinu a Hnutí Pro život: efektivní hájení biblických hodnot týkajících se rodiny, moudrost pro monitorování politiky a práva, dobrá lobbistická práce, zvýšení profesionality

### Mládež, školství

- o probouzení mezi mladými lidmi (viz článek na str. 6)
- o posílení duševního zdraví, dobrá prevence na školách, vzdělávání vedoucích mládeží v této oblasti (viz článek na str. 6)
- o posun v reformě školství, přenastavení učebních plánů, kvalitní učitelé do škol
- o rozvoj zdravého kritického myšlení, poznávání pravdy
- o ochrana a požehnání vztahů v rodinách

### Ekonomika

- o moudré nastavení daní, snížení deficitu veřejných rozpočtů
- o zjednodušení a urychlení stavebního řízení
- o pomoc pro podnikatele a firmy, které se dostaly do těžkosti

### Církev, probuzení

- o ať Bůh potvrzuje zvěstování evangelia mocí a zázraky, aby mnozí uvěřili
- o ať jsou naše bohoslužby přitažlivé pro nevěřící – místem setkání s Kristem, přijetí a zájmu křesťanů
- o zdravé úřednictví, rozvoj nové generace služebníků
- o růst pastorační a poradenské služby (viz článek na str. 15)
- o ať jsou naše společenství oporou lidem, kteří trpí duševním onemocněním (viz rozhovor na str. 8, články na str. 12–17), nebo osamělým (viz článek na str. 23)
- o služba vojenských, nemocničních a vězeňských kaplanů (viz také článek na str. 24)

připraveno ve spolupráci s Jiřím Čihulkou



# Zkáza parníku Dorchester

## 80. výročí statečné smrti čtyř kaplanů

*Potopení americké transportní lodi Dorchester nacistickou ponorkou, při které zahynulo více než 600 mužů, je považováno za druhou nejhorší námořní katastrofu druhé světové války. Je výjimečná také příběhem čtyř služebníků evangelia.*

Služba kaplanů má v armádě dlouhou tradici. Působili už v první světové válce a jejich význam se prohloubil zejména v té druhé. Šli s mužstvem v předních liniích, vylodili se s prvními jednotkami Spojenců v Normandii i na tichomořských ostrovech. S vojáky se modlili, povzbuzovali je, utěšovali raněné, pohřbívali mrtvé a psali osobní dopisy pozůstalým. Mnozí z nich získali vysoká vyznamenání za statečnost.

### Začalo to jako běžná plavba

Psal se rok 1943. Z Newfoundlandu vyrazil na americkou základnu v Narsarsuaq v jižním Grónsku konvoj, který tvořilo šest lodí: transportní parník Dorchester, dvě obchodní lodě Lutz a Biscaya a jako doprovod ozbrojené čluny pobřežní stráže Comanche, Escanaba a Tampa.

Dorchester, původně osobní parník pro asi 300 pasažerů, byl přestavěn pro transportní použití a doslova praskal ve švech. Na palubě se tísnilo více než 900 příslušníků americké armády, pobřežní stráže, námořní stráže, civilních zaměstnanců, dánských občanů a posádky. V podpalubí bylo také víc než tisíc tun nákladu a k tomu šedesát pytlů pošty.

Na své budoucí působiště směřovali i čtyři kaplani: metodista George Fox, rabín Alexander Goode, římskokatolický kněz John Washington a reformovaný duchovní Clark Poling. Snažili se pomáhat, jak mohli. Pohybovali se v přeplněných ubikacích, organizovali bohoslužby a modlitby a věnovali se vojákům. Nebyla nouze ani o konfliktní situace. Bill Kramer vzpomíná: „Šel jsem na páteční setkání s rabínem. Byli jsme dole v kuchyni, kde se konala bohoslužba, a nějaký zavalitý černoch pořád coural sem a tam a hudroval: ‚Nebudete mě tu rušit, když hrajeme karty.‘ Asi to někdo řekl otci Washingtonovi, protože přišel dolů a toho frajera rychle zklidnil.“

Kapitán lodi byl upozorněn, že sonar pobřežní stráže zachytil ponorku, proto uvedl posádku do stavu zvýšené pohotovosti. Nařídil, aby muži ulehli oblečení a měli na sobě záchranné vesty. Mnozí vojáci spící hluboko v podpalubí však tento rozkaz nedodrželi, protože tam bylo horko, jiní proto, že záchranné vesty byly nepohodlné.

Pro vojáky napěchované v těsných kajutách byla největším problémem mořská nemoc.

Spali na lůžkách rozestavených po čtyřech a na palubu se dostávali jen úzkými průchody, které vedly k ještě užším žebříkům. Na palubě však nebylo možné se ani projít, protože v mrazivém a větrném počasí byla pokrytá vrstvou ledu.

### Přepadení

Necelých 250 kilometrů od cíle, nedlouho po půlnoci 3. února, zachytila stopu konvoje německá ponorka U-223.

Ukryla se v úplavu za eskortou a ze zadu lodě sledovala, ukryta před jejich sonary. Ve 3:55 dal její kapitán rozkaz k útoku bez jakéhokoli varování.

Torpédo zasáhlo pravobok Dorchesteru poblíž strojovny, hluboko pod čarou ponoru. Výbuch rozerval loď od kýlu až po horní palubu a zablokoval dveře a únikové cesty. Kotel ztratil výkon, chyběla pára ke spuštění výstražných sirén a ztráta energie znemožnila vyslání nouzového rádiového signálu. Z obavy, aby útočnicka neupozornil na další lodě, se kapitán rozhodl nevystřelit nouzové světlice, a tak na ostatních lodích dlouho nic netušili.

Exploze zabila desítky mužů a mnoho jich bylo vážně zraněno. Někteří byli omráčeni, další zůstali uvězněni v podpalubí v naprosté tmě. Na palubě se posádka pokoušela spustit záchranné čluny, ale bylo jich málo. Navíc se kvůli silnému náklonu podařilo ze čtrnácti člunů spustit na vodu jen pět. Z nich se jeden zasekl,

další dva se kvůli přeplnění převrátily, a tak se podařilo odplout jen dvěma plně obsazeným člunům. Tragédii dovršilo zjištění, že není dost záchranných vest, protože zůstaly v podpalubí.

Okamžitě po výbuchu kaplani vyběhli na palubu. Začali muže uklidňovat, pomáhali jim do záchranných vest a řídili evakuaci dezorientovaných vojáků do záchranných člunů. Mnozí vojáci byli ještě ve spodním prádle, a když se dostali na palubu, opřel se do nich mrazivý arktický vítr.

Poddůstojník John J. Mahoney, roztrášený zimou, se chtěl vrátit zpátky do kajuty.

„Kam jdeš?“ uslyšel ve všeobecném zmatku klidný hlas.

Kaplani na palubě Dorchesteru se všichni znali ze školy pro armádní kaplany na Harvardově univerzitě, kde se připravovali na nasazení v Evropě.



**George L. Fox** se narodil 15. března 1900 v Lewistownu v Pensylvánii jako nejstarší z osmi dětí. V sedmnácti letech opustil školu a zalhal o svém věku, aby mohl vstoupit do armády a sloužit v první světové válce. Jako asistent zdravotnického sboru odplul do Francie, byl vyznamenán za statečnost a získal Stříbrnou hvězdu, Purpurové srdce a francouzský Válečný kříž. Po propuštění se vrátil domů, dokončil střední školu a v roce 1923 nastoupil na Moodyho biblický institut v Illinois. Oženil se a sloužil jako cestující kazatel, později vystudoval Illinois Wesleyan University a Boston University School of Theology, kde byl v červnu 1934 ordinován metodistickým kazatelem. V roce 1942 se znovu dobrovolně přihlásil do služby.

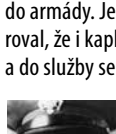


Reformní rabín **Alexander D. Goode, PhD.**, se narodil 10. května 1911 v Brooklynu ve státě New York jako syn rabína Hymana Goodekowitz. Studoval rabinát na Hebrew Union College, v roce 1937 získal titul bakaláře a v roce 1940 doktorát na Univerzitě Johnse Hopkinse.

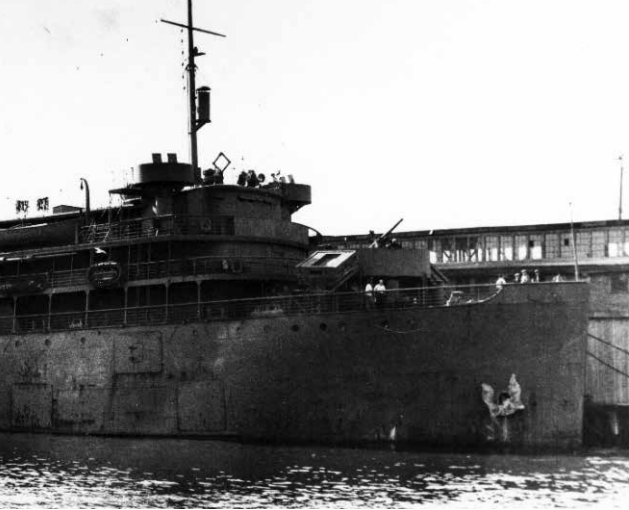
Po útoku na Pearl Harbor v roce 1941 se přihlásil do armády a 21. 7. 1942 byl jmenován kaplanem.



**Clark V. Poling** se narodil 7. srpna 1910 v Columbusu ve státě Ohio jako syn evangelického faráře. Studoval na teologické fakultě Yaleovy univerzity v New Havenu, v roce 1936 získal titul bakaláře a byl vysvěcen v Reformované církvi. Po vypuknutí druhé světové války se rozhodl vstoupit do armády. Jeho otec, který sloužil jako kaplan v první světové válce, ho varoval, že i kaplani riskují život; on chtěl čelit stejnému nebezpečí jako ostatní a do služby se přihlásil s tímto vědomím.



**John P. Washington** se narodil 18. července 1908 v Newarku ve státě New Jersey. Studoval na Seton Hall v South Orange ve státě New Jersey, v roce 1931 dokončil studium s titulem bakalář a vstoupil do semináře. V květnu 1933 přijal nižší svěcení, v prosinci 1934 se stal jáhnem a v červnu 1935 byl vysvěcen na kněze. Krátce po útoku na Pearl Harbor, 7. 12. 1941, byl jmenován kaplanem armády Spojených států a do aktivní služby nastoupil 9. 5. 1942.



## Záchrana

Dorchester se prudce naklání na pravobok, dovnitř se valila voda a za 20 minut zmizel pod hladinou. Ledové moře kolem potápějící se lodi bylo plné mužů v záchranných vestách, všichni se zoufale snažili udržet na hladině. Jeden z nich líčí: „Byla tam pořádná tma a hrozná samota. Každý měl na sobě vestu s červeným světlem na rameni. Trvalo to bůhvíjak dlouho, a to vám před očima proběhne celý život a vy

se začnete modlit. Pokud jste se nikdy předtím nemodlili, tak v takovou chvíli se modlit začnete.“

Grady Clark vypráví: „Když jsem plaval od lodi, ohlédl jsem se. Světlice všechno osvětlovaly. Příd se vysoko zvedla a zajela pod hladinu. Poslední, co jsem viděl, byli čtyři kaplani, kteří se nahoře modlili za bezpečí mužů. Pak už jsem je neviděl. Oni sami bez záchranných vest neměli šanci.“

Další přeživší muži vypověděli, že v záři světlic viděli, jak se stateční kaplani – ruce spojené, zapření o šikmou palubu – modlí za záchranu ostatních. Dokud s lodí nezmizeli pod hladinou, nesl se tmou zpěv jejich modliteb.

Trosečníci ve vodě byli tak ztuhli zimou, že se ani nemohli chytit sítí na záchranných

plavidlech. Když na místo dorazily záchranné lodě, moře bylo doslova pokryto plouvajícími ztuhlými těly. Většinu mužů zabilo podchlazení, před kterým vesty neposkytovaly prakticky žádnou ochranu (teplota vody byla 1 °C a vzduchu 2 °C). Podařilo se zachránit asi 229 mužů (přesná čísla nejsou k dispozici, stejně jako původní počet pasažérů), ostatní zahynuli v ledových vodách Atlantiku.

## Uznání

Všichni kaplani posmrtně obdrželi vyznamenání Purpurové srdce a Kongres jim chtěl udělit Medaili cti. Tu však dostat nemohli, protože její přísná pravidla vyžadují hrdinství vykonané pod palbou. Proto byla Kongresem vytvořena zvláštní medaile za hrdinství se stejnou váhou a významem – Medaile Čtyř kaplanů. Kaplanům byla udělena in memoriam 18. ledna 1961. Každý rok 3. února jsou americké státní vlajky spuštěny na půl žerdi a v kostelech a synagogách probíhají zvláštní shromáždění.

Dne 14. února 2002 se setkali dva němečtí námořníci, kteří sloužili na ponorce U-223, a tři američtí vojáci, kteří přežili potopení Dorchesteru, a došlo k symbolickému usmíření.

*Ze závěrečné vyšetřovací zprávy, z hlášení zástupce velitele lodi a dalších pramenů vybral a přeložil Jaroslav Pleva, kazatel BJB v Litoměřicích.*

„Pro rukavice,“ odpověděl Mahoney.

„Na, vezmi si tyhle,“ řekl rabín Goode a podal mladému důstojníkovi svůj pár.

„Přece si nemůžu vzít vaše,“ namítl Mahoney.

„Jen ber,“ opáčil rabín, „mám dvoje.“

Teprve mnohem později si Mahoney uvědomil, že Goode nikdy neměl v úmyslu opustit loď.

Když záchranné vesty došly, kaplani sundali ty své a rozdali je čtyřem vyděšeným mladíkům. Rabín Goode se při rozdávání záchranných vest neptal, kdo je žid, kněz Washington nehledal katolíka, pastoři Fox ani Poling se nerozhlíželi, aby je dali protestantovi. Prostě podali záchranné vesty dalšímu muži v řadě. Jeden z přeživších později řekl: „Byla to ta nejkrásnější věc, jakou jsem kdy viděl...“

# Dobrá zpráva působí jako balzám

## řiká o kaplanské službě Miloslav Kloubek

### V čem jako vojenský kaplan vidíte hlavní smysl své práce?

Být s vojáky, rozumět jejich práci, jejich radostem i starostem. Naslouchat jim, pomáhat vytvářet příjemnou atmosféru pro jejich náročnou službu. Povzbuzovat, mít pro ně v každé situaci připravené dobré slovo. Mít je rád a pokoušet se jim to neustále vyjadřovat.



plní náročné úkoly v oblastech, kde bývá napětí, a oni mají být pomocí k urovnání konfliktů. Být pod tlakem, daleko od domova, vytrženi ze svých rodin působí silně na psychiku. Dobrá zpráva od kaplana otevírá většinou srdce a působí jako balzám. Ale kaplan musí vědět, jak má evangelium podat, aby nevyprovokoval opačnou reakci.

### Mají vojáci – většinou asi nevěřící – o vaši službu zájem?

Mají většinou velký zájem. Přijde jim vhod někdo, kdo se snaží jim porozumět a kdo jim chce podle svých možností pomáhat. Málokdo vyložené odmítne vstřícného kaplana. To musí mít hodně špatnou zkušenost s církví nebo s křesťany. Ale kaplana berou jako svého člověka, a proto ho přijímají.

### Dostal jste se někdy se svou jednotkou do nějaké nebezpečné situace? Jsou vojáci v takovém případě otevřenější pro evangelium?

Do nebezpečných situací se moji vojáci dostávali zejména při zahraničních operacích. Každý výjezd vojáků za hranice naší republiky násobí rizika, protože

### Můžete jako kaplan někoho vést k pokání a k přijetí Ježíše za svého Spasitele?

Mohu, ale dobře vím, že to lidé nesmí cítit jako poučování, jako agitaci, jako snahu církve o získání oveček. Rozumím jejich odtazitému postoji, kvůli kterému potřebuji mluvit hlavně o své osobní zkušenosti, ne o dogmatech. Musím získat jejich důvěru, musí se u mě cítit svobodně a bezpečně při naslouchání a rozhodování. Potřebují mít dost času pozorovat můj život, aby v něm viděli Boží působení, a to je povzbudí se ptát, co je za můj vírou.

### Co jste se při službě v armádě naučil, čím vás obohatila?

Nejvíc jsem se naučil v každém člověku vidět vzácné Boží stvoření s pestrými zkušenostmi,

oceňovat jejich obdarování a usilí o dobro, o pomoc druhým. Naučil jsem se respektovat jejich názory odlišné od mých a vyjadřovat jim podporu i ve chvílích, kdy s jejich vnitřními postoji nesouhlasím. Učím se naslouchat lidem a rozumět jejich problémům, i když jsou někdy odlišné od problémů křesťanů, ale jejich duše je citlivá a hledající. Jsem obohacený o tisíce kolegů a kolegyně, se kterými jsem se při své službě potkal.

**Pplk. Mgr. Miloslav Kloubek** (\* 1960) po gymnáziu vystudoval Komenského evangelickou bohosloveckou fakultu v Praze, od roku 1987 je duchovním CB. V roce 1998 se stal jedním z prvních českých kaplanů u 2. mechanizované brigády v Písku a u libereckých chemiků. Účastnil se misí v bývalé Jugoslávii, Kuvajtu a Řecku, v uniformě strávil šest let. Poté znovu působil v kazatelské službě, ale po devíti letech se vrátil do armády jako kaplan České stráže AČR. Nyní je zástupcem hlavního kaplana Armády ČR.

S manželkou Evou mají tři dospělé syny a pět vnoučat.

*Úkolem vojenských kaplanů je konání bohoslužeb, biblických hodin a pastorece, případně připravenost k osobním rozhovorům bez ohledu na víru či vyznání. Nabízejí vojákům duchovní literaturu a Bible. Od obnovení této služby v roce 1998 jí u nás prošlo už 57 duchovních. V současné době slouží v ozbrojených silách ČR 33 vojenských kaplanů a jedna vojenská kaplanka z jedenácti křesťanských církví.*





# NADAČNÍ FOND KMS

Na Žertvách 23, 180 00 Praha 8 • tel.: 284 822 297 • e-mail: office@nfkms.cz • www.nfkms.cz • www.facebook.com/nfkms

## Podpora pronásledovaných křesťanů v Číně

V rámci našeho projektu podpory pronásledovaných křesťanů a jejich rodin jsme podpořili naše bratry a sestry v Číně. Z pochopitelných důvodů



Čínský křesťan

nemůžeme uvádět příliš podrobnosti. Uvádíme ale autentické svědectví jednoho z takto podporovaných křesťanů. Nazvěme jej bratr Song:

„Kvůli tomu, že jsem se stal křesťanem a svědčil jsem dalším lidem o Ježíši, jsem strávil tři roky ve vězení. Kvůli mučení, kterému jsem tam byl vystaven, nemohu nyní chodit. Mám také chronickou artritidu. V nejtěžších dnech svého věznění jsem prosil Pána, aby mě už vzal k sobě, ale vždy mi láskyplně odpověděl, že můj čas ještě nepřišel a že jeho milost je pro mě dostatečná. Děkuji Bohu také za mou drahou ženu a děti. Nyní, když jsem z vězení zpátky doma, vyhledávám každou příležitost ke sdílení své víry. Sloužím také jako starší v místním sboru. Díky Pánu za jeho milost, která se projevila i skrze vaši finanční pomoc naší rodině. Umožnila mi udržet rodinu naživu a posílila naši víru, abychom cele nabídlí své životy ke službě Bohu.“

## Čínští evangelisté jsou v čím dál obtížnější situaci

*Naše podpora pomáhá služebníkům v sousedních zemích*

Již po mnoho let podporujeme ve spolupráci s misijní organizací *Asia Harvest* službu evangelistů v Číně a okolních zemích. A po mnoho let platilo, že služba čínských evangelistů, zejména mezi okrajovými etnickými skupinami v Číně, nesla hojné ovoce. Přibývalo Kristových učedníků i nových sborů. V několika posledních letech ale opakovaně přicházejí zprávy, že se zvěstování evangelia v Číně extrémně zkomplikovalo. Číně se postupně daří budovat dokonalý systém digitálního špicování svých

obyvatel na každém jejich kroku. Týká se to zejména těch, kdo jsou místním úřadům nějakým způsobem podezřelí. Téměř okamžitě, jakmile vyjdou z domu, jsou zachyceni některou z ne-



Čínský evangelista

sčenných pouličních kamer se systémem rozpoznávání obličejů. Jsou nepřetržitě sledováni a okamžitě zatčeni, pokud se pokusí o jakékoli křesťanské aktivity. Mnoho ze služebníků, které jsme dlouhé roky podporovali, proto nuceně přerušilo své evangelizační aktivity.

Po celou dobu historie církve platilo, že každý pokus o pronásledování křesťanů vedl zpravidla jen k pročištění církve a v konečném efektu k jejímu růstu. Máme naději, že Boží království si najde cesty ke svému šíření i v současné Číně. Zároveň ale vidíme, jak se nám před očima chystá scéna pro dobu konce. Dobu, kdy Boží nepřítel Antikrist rozpoutá nejhorší několikaleté pronásledování všech křesťanů. Ale také, jak mnozí věříme, dobu, kdy bude zvěstováno evangelium v Boží moci každému člověku.

Prosíme, modlete se za naše čínské bratry a sestry. V současné době byla naše podpora, kterou jsme nedávno znovu poslali, poskytnuta evangelistům ze sousedních zemí. Jedním z nich je bratr **Damber z Bhútánu**.

Tento 57letý evangelista pokračuje spolu se svou ženou a třemi dospělými dětmi ve zvěstování evangelia v izolovaném buddhistickém království Bhútán. Jeho služba zahrnuje etnické skupiny Drukpa, Lama a Magar. Navzdory všem potížím a odporu byl posledním rokem zatím nejpłodnějším rokem jeho služby. Jen za posledních šest měsíců mohl vést ke Kristu celkem 55 lidí. Damber tráví mnoho času také povzbuzováním a vyučováním nových křesťanů.

Dalšími služebníky, kteří budou podpořeni z našich peněz, jsou **Dorjee Tawang**, který slouží mezi lidmi z etnika Monpa na indicko-tibetské hranici, a bratr **Danh**, který pracuje mezi Khmery ve Vietnamu.

## Naše pomoc na Ukrajině pokračuje

Ve spolupráci s našim misionářem Pavlem Faullem a jeho místními kontakty pokračujeme v praktické pomoci válečným uprchlíkům na Zakarpatské Ukrajině. Z našich prostředků jsou pro ně nakupovány potraviny, hygienické potřeby a také dřevo na topení, aby zde lidé mohli přežít zimu.



Potavinová pomoc ve Viloku

## Informační servis NF KMS

Naše projekty můžete finančně podpořit na č. ú. **577 409 193 / 0300** s příslušným variabilním symbolem, dále prostřednictvím **portálu Darujme.cz** z našich webových stránek nebo **nákupy na e-shopech** přes server **www.givt.cz**.

MISIJNÍ PROJEKTY			
Var. symbol			
100	Krátkodobé výjezdy	1100	Čína – čínští misionáři
200	Chorvatsko – Dohnalovi	1200	Nepál – „Verunka“
300	Obecná humanitární pomoc	1300	Podpora pronásledovaných křesťanů
350	Ukrajina – Cholmover	1400	Izrael – Alena Krausová
400	Ukrajina – zapomenutí služebníci	2200	Střední Amerika – Klingerovi
450	Ukrajina – služba Pavla Faula	2600	Izrael – „Květa“
600	Keňa – Mešak Okumu	2700	Izrael – „Pavel“
610	Keňa – podpora chudých a sirotků	2800	Keňa – Radka Rusínová
620	Keňa – křesť. centrum Baba Dogo	3200	Kambodža – Patočkovi
900	Česko – Bétel (Tiši)	3300	Jižní Súdán – biblická škola

## JINÁ ČINNOST

10	Správa Nadačního fondu KMS
----	----------------------------

K odběru modlitebních dopisů všech misionářů se můžete přihlásit na naší adrese.

Dary lze odepisovat z daňového základu.

Pokud vás zajímá naše hospodaření, nahlédněte do výročních zpráv na našich webových stránkách.

## Milí čtenáři,

na konci měsíce ledna dostali ti z vás, kteří naši činnost podpořili finančním darem, potvrzení o daru pro odpočet z daně z příjmů. Vzhledem k tomu, že ceny poštovního neustále narůstají, rozhodli jsme se letos poslat potvrzení i s poděkováním e-mailem (těm z vás, na které máme e-mailovou adresu). Klasická papírová forma dokladu je jistě lepší, ale neradi bychom se svěřenými penězi nerozumně hospodařili.

V žádném případě to ale neznamená, že už potvrzení na papíře nevystavujeme. Pokud napíšete na e-mail kancelar@kmspraha.cz nebo zavoláte do kanceláře (tel. 284 841 922), moc rádi vám takové potvrzení poštou zašleme.

Ještě jednou bych vám všem chtěla poděkovat za veškerou podporu. Ať už tu finanční, nebo podporu jinou: Modlitby, propagace našich akcí a účast na nich, předplácení či kupování Života víry, nákupy v našich knihkupectví, to vše jsou důležité „skutky podpory“ (nepíše se o něčem takovém v Bibli?).

Přípravy na seminář **Nežít v čekárně** (17.–18. 3. v Praze) a pobytový víkend pro ženy **Nové nadechnutí** (5.–7. 5. ve Škrdlovicích) také postoupily – více informací najdete na následujících stránkách a v kalendáři akcí na webu [www.kalendar.kmspraha.cz](http://www.kalendar.kmspraha.cz).

V nejbližších dnech vychází další kniha Sama Allberryho „**Zajímá Boha naše tělo?**“. Původně jsme na květen plánovali návštěvu autora v ČR (a také seminář na podobné téma, jaké má kniha), ale kvůli jiným povinnostem nakonec Allberry nemůže přijet. Doufáme tedy, že se podaří ho pozvat někdy později.

Ještě bych ráda zmínila znovu nový web **Života víry**. Doposud probíhal hlavně průzkum toho, co by měl nový web umět, co bude přinášet. Teď se již začíná programovat. Již minulý měsíc jsme informovali formou barevného oznámení o chystané „digitální revoluci“ ŽV. ☺ Součástí byla i prosba o **finanční podporu**. I teď v únoru je možnost na nový web přispět. Základní částku máme již pokrytou, přesto bychom potřebovali další finance, abychom mohli zaplatit testování webu, případně další práce týkající se nástrojů, které by ho zlepšily, ale nebyly součástí základní nabídky. (Někdy zjistíte až v průběhu práce, že by bylo skvělé mít na webu něco navíc, ale když na to nemáte, musíte vylepšení oželet.) Předem děkuji všem, kteří tuto práci podpoří. Věřím, že web bude pro všechny přínosem. Platební údaje najdete v oznámení na str. 29, k platbě můžete použít i připojený QR kód.

Přeji vám všem pokojný únor.

V Praze 11. ledna 2023

Milena Černá,  
vedoucí kanceláře KMS



## Kázání měsíce

### Terry Virgo: Cesta církve ke zralosti

Proč zákon nebyl schopný dát život a co s prokletím zákona udělal Ježíš? Můžeme žít z milosti. Praktické vyučování od britského řečníka, který bude hlavním hostem letošní Křesťanské konference.

Na úvodní stránce webu KMS ([www.kmspraha.cz](http://www.kmspraha.cz), tlačítko vpravo) pro vás nyní připravujeme vybraná kázání ze starších akcí KMS, která by neměla ujít vaši pozornost.

## Kontakty pro vaši spolupráci s KMS

Křesťanská misijní společnost (KMS), Primátorská 41, 180 00 Praha 8

tel.: 284 841 922 ■ e-mail: [info@kmspraha.cz](mailto:info@kmspraha.cz) ■ web: [www.kmspraha.cz](http://www.kmspraha.cz)

bankovní spojení: 2500 104 331 / 2010 (FIO banka), variabilní symboly:

682 100 – činnost KMS  
682 166 – Dětská konference  
682 510 – Svoboda v Kristu  
682 700 – kurzy Alfa  
682 900 – Život víry  
682 110 – aktivity KMS  
682 120 – 30 dní modliteb  
682 560 – literatura pro vězňe  
682 780 – kurzy o vztazích  
682 930 – Svět víry

podpora Života víry



Předplatné Života víry – viz tiráž na str. 3 nebo [www.zivotviry.cz](http://www.zivotviry.cz)

Nakladatelství KMS, s. r. o. – viz kontakty na samostatné stránce.

Nadační fond překladu Bible: Na Žertvách 23, 180 00 Praha 8, tel.: 284 822 297, e-mail: [office@biblecsp.cz](mailto:office@biblecsp.cz), web: [www.biblecsp.cz](http://www.biblecsp.cz), bankovní spojení: ČSOB Praha 1, číslo účtu: 579 505 103 / 0300, variabilní symbol pro Český studijní překlad Bible – 66

Nadační fond KMS – viz kontakty na samostatné stránce.

# ŠPEHýrka

aneb  
pohled do kanceláře KMS

■ Občas je potřeba nejen spolu pracovat, ale i trávit čas při něčem příjemnějším. „Vánoční besidku“ jsme v KMS neměli (někteří z nás navíc byli v předvánočním období nemocni), ale v prosinci a počátkem ledna jsme vyrazili na společný oběd (pokaždé v jiné sestavě, jak kdo mohl). A užili jsme si to! ☺



■ Tomáš a Katka Coufalovi se v lednu opět po čase vydali do Brna za kolegy z Rádía 7 (TWR). Tentokrát nebyli hosty vysílání, pouze se připojili ke společné poradě a modlitbám a pak se s Katkou Hodecovou, šéfredaktorkou Rádía 7 a zároveň členkou redakční rady ŽV radili o plánech na další čísla časopisu i o tom, jak dál pokračovat ve spolupráci obou médií. A kromě toho se na chodbě neplánovaně setkali třeba s vojenkým kaplanem Miloslavem Kloubkem (rozhovor s ním najdete na str. 25).



■ Svůj pobyt v jihomoravské metropoli zakončili návštěvou u Hany a Oty Pinknerových, s nimiž natočili rozhovor (ten přineseme v příštím čísle).



■ Zkončíme opět občasnou rubrikou „Naši nejmladší čtenáři“. Tentokrát v ní najdete čtýřměsíčního Samuela. Vždycky nás potěší, když zodpovědní rodiče učí své děti už odmalíčka lásce ke čtení (Života víry)! ☺ Děkuje!



# Kalendář

2023

## 2. 2. – 6. 4. kurz Alfa ON-LINE

- 13. – 19. 2. Národní týden manželství
- 16. – 18. 2. ICEJ Connection, Český Těšín

## 21. 2. – 25. 4. kurz Alfa pro mládež ON-LINE

- 25. 2. Singles+ ON-LINE
- 25. 2. Konference Diakonie AC, Kolín
- 1. 3. – 9. 4. 40 dní s Biblií
- 3. – 5. 3. Impulz Basic, Kolín
- 16. – 21. 3. Otcovo srdce, Želiv

## 17. – 18. 3. „Nežít v čekárně“, Praha

- 22. 3. – 20. 4. 30 dní modliteb za svět islámu
- 23. – 26. 3. Dny ticha, Pernink u Karlových Varů
- 24. – 26. 3. Čerpadlo, Sobotín
- 25. – 26. 3. konference Sdružení křesťanských zdravotníků, Brno
- 28. 3. Mission HUB, Praha
- 31. 3. – 2. 4. Impulz Basic, Brno
- 31. 3. – 2. 4. konference Otcovo srdce, Zlín
- 8. 4. Konference pro rodiče, Cheb
- 15. 4. Singles+, Boskovic
- 16. 4. Kulturovni protiantisemitismu, Praha
- 21. – 22. 4. Národní konference Aglow, Vysoké Mýto
- 22. 4. United City, České Budějovice
- 22. 4. Limity 2023 (místo bude upřesněno)
- 27. 4. – 2. 5. Otcovo srdce, Ostrava

## 28. 4. modlitební konference Mokon ON-LINE

- 28. – 30. 4. Biblická stezka, regiony
- 29. 4. Otevřené nebe, Ostrava
- 29. 4. – 1. 5. Celostátní setkání rodin BJB (místo bude upřesněno)

## 5. – 7. 5. Nové nadechnutí, Škrdlovice

## 8. 5. Bůh, vztahy a naše tělo (seminář, S. Allberry), Praha

- 27. 5. festival Na Výšinách, Praha
- 2. 6. Noc kostelů
- 9. – 11. 6. Kolem ohně, Křídla u Nového Města n. Mor.
- 15. – 20. 6. Otcovo srdce, Vranov u Brna

## 1. – 3. 7. Křesťanská konference, Praha

- 5. – 9. 7. Katolická charismatická konference, Brno
- 15. – 21. 7. Škola uctívání, Nové Město n. Mor.
- 15. – 22. 7. festival Xcamp, Smilovice u Třince
- 17. – 22. 7. Otcovo srdce, Vranov u Brna
- 18. – 22. 7. Duchovní soustředění, Luhačovice
- 24. – 29. 7. Kristfest, Slavkov
- 3. – 5. 8. CampFest, Králůva Lehota (SK)
- 6. – 13. 8. Týden v taizé
- 7. – 12. 8. Open it, Hrádek nad Olší
- 9. – 13. 8. Kristfest Family, Slavkov
- 16. – 20. 8. New Dawn, Háječek u Cerveného Újezdu
- 17. – 19. 8. festival United, Vsetín
- 28. 8. – 2. 9. Kemperce, Černá Hora
- 15. – 17. 9. konference Otcovo srdce, Frýdek-Místek
- 28. 9. – 3. 10. Otcovo srdce, Želiv

■ Zvýrazněné akce pořádá KMS.

Pokud podrobnější informace o uvedených akcích nenajdete na následujících stránkách, podívejte se na <http://kalendar.kmspraha.cz>

Organizujete křesťanskou přednášku, konferenci, festival nebo jinou neziskovou akci? **Informujte o tom zdarma prostřednictvím Života víry**  
Kontakt: [kalendar@zivotviry.cz](mailto:kalendar@zivotviry.cz)



## Kurz Alfa

2. 2. – 6. 4.

ON-LINE

Z tepla a bezpečí domova můžete prozkoumat křesťanství, diskutovat, ptát se a hledat, co je v životě opravdu podstatné.

Pořádá KMS.

Kontakt:

veronika.filipova@kurzalfa.cz,  
tel. 603 207 725 (V. Filipová)

Bližší informace a přihlášky:  
www.kurzalfa.cz

17.–19. 2., Olomouc

(U Podjezdu 12)

3.–5. 3., Zábřeh

10.–11. 3., Liberec (Lužická 920/7),  
téma: Dobyty města

10.–12. 3., Pardubice

17.–18. 3., Ústí nad Labem

(V Zahradkách 1011/33),  
téma: Dobyty města

31. 3. – 1. 4., Hradec Králové

(Mýtská 3), téma: Národní probu-  
zení a evangelizace

Na programu: biblické vyučování,  
společné modlitby, evangelizace

Rečníci: Josef Bajžik, Jakub Milfajť,  
Prokop Mejstřík, Tereza Hvozdecká

Pořádá Connect Disciples Prague.

Kontakt: info@connectdisciples.eu

Bližší informace:  
www.connectdisciples.eu/udalosti/  
www.narodniprobeni.cz

## Národní týden manželství

13.–19. 2.

Další ročník celonárodní iniciativy, která je příležitostí pro různé subjekty (sbory, církve, občanská sdružení aj.), jejichž cílem je pracovat na rozvoji a kvalitě instituce manželství v ČR.

Téma ročníku: Manželské kontrasty

Kontakt: info@tydenmanzelstvi.cz

Bližší informace, seznam akcí

a inspirace: www.tydenmanzelstvi.cz

## ICEJ Connection

2. ročník mezinárodní konference

16.–18. 2., Český Těšín

Hosté: P. Tsukahira (ISR), S. Ben Hod

(ISR), H. Wieja (PL), M. Kallus a další

Cena: 500 Kč (20 €)

Pořádá ICEJ.

Kontakt: info@icej.cz, tel. 725 854 354

Bližší informace: www.icej.cz

## Oblastní setkání charismatické obnovy

18. 2.

Brno (9:00–17:30; Kostel sv. Rodiny

a SZŠ, Grohova 16)

Kontakt: cho-brno@seznam.cz

(Marcela Dubská)

Bližší informace a přihlášky:

www.cho-brno.eu

České Budějovice (místo bude

upřesněno)

Hradec Králové (Nové Adalbertinum,

Velké nám. 32)

Kontakt: aweris.x@email.cz

(Veronika Vršanská)

Bližší informace a přihlášky:

www.spolecenstvi-echad.cz/akce/

Plzeň (9:00–17:00; Biskupství

plzeňské, nám. Republiky 35)

Kontakt:

cho.setkani.plzen@gmail.com

(P. Bogdan Stepien)

Praha (9:00–18:30; Pastorač. středis-

ko, Kostel sv. Vojtěcha, Kolejní 4)

Kontakt:

cho.setkani.praha@gmail.com

(Petr Škácha)

Frýdek-Místek

(8:00–17:00; Kostel sv. Jana

Křtitele, Farní 1)

Kontakt:

skupina.hrozen@seznam.cz

(Mirek Přikryl)

▷ str. 30

## 30 dní modliteb za svět islámu RAMADÁN

22. března – 20. dubna 2023



I letos se chystá česká verze brožury a mobilní aplikace se zajímavými informacemi a náměty k modlitbám.

<http://30dni.kmspraha.cz>

Záleží vám na tom, aby křesťané spolupracovali a aby církve rostla? Nám také!

## Spojte s námi síly, staňte se členem KMS!

Z členství v KMS navíc vyplývají různé výhody, např. sleva při nákupu knih, volný vstup na akce aj. (podle výše členského poplatku).

[www.kmspraha.cz/clenstvi](http://www.kmspraha.cz/clenstvi)



CHVÁLY | SEMINÁŘE | SVĚDECTVÍ | SDÍLENÍ SE

## RADOST BÝT ŽENOU, ODPOVĚDNĚ BÝT MUŽEM

FUNGUJÍCÍ  
RODINA



AGLOW®  
INTERNATIONAL  
česká republika

## Národní konference Aglow

BJB Pražská 72 | Vysoké Mýto

21.–22. 4. 2023

Bližší informace a přihláška na [www.aglow.cz](http://www.aglow.cz)

Info: 739 446 054 | [m.bakesova@seznam.cz](mailto:m.bakesova@seznam.cz)

## Nové nadechnutí odpočinkový víkend pro ženy

5.–7. května 2023, Škrdlovice

(hotel U hrocha, Škrdlovice 272)

Na programu: přednášky, chvály, sdílení ve skupinkách, čas pro sebe, odpočinek a relaxace

Cena: do 15. 3. 2900 Kč, později 3100 Kč.

Uzávěrka přihlášek: 5. 4. (při naplnění kapacity dříve – počet míst je omezen)

Pořádá KMS.

Bližší informace:

[www.nn.kmspraha.cz](http://www.nn.kmspraha.cz)



Pobyt je možné  
věnovat i jako dárek.  
O dárkový certifikát si můžete  
napsat na  
[kancelar@kmspraha.cz](mailto:kancelar@kmspraha.cz).



## BÝT SAMA SEBOU

Brněnské Centrum naděje a pomoci připravuje od 13. do 17. března 2023 kurz **Být sama sebou**. Tento velmi oblíbený týdenní kurz je určený pro dívky ve věku 12–18 let.

V kurzu se s dívkami zaměříme především na témata, která bývají někdy pro rodiče v komunikaci s dospívajícími náročná. Věnujeme se tématům: **Jak přistupovat k sexualitě zodpovědně, otázkám rozvoje osobnosti a jak budovat dobré vztahy.** Nechybí však ani témata **módy a kosmetiky**. To vše předáváme zábavnou a interaktivní formou. Dívky mohou během kurzu zjistit své přednosti a talenty. Objeví také oblasti, ve kterých mohou své schopnosti posunout k lepšímu.

Naším přáním a motivací kurzu je, aby dívky získaly informace, které jim pomohou například v **komunikaci s rodiči a vrstevníky**, právě ve složitém období dospívání. Pro rodiče může být důležité, že etické hodnoty jsou předkládány **v souladu s křesťanskými principy**.

**Pokud by Vás kurz zaujal, přihlášky a více informací najdete na našich stránkách [www.cenap.cz](http://www.cenap.cz).**

MÁŠ ZÁJEM SI ZPESTRIT PRÁZDNINY?  
JE TI 12-18 LET?

PŘIHLAS SE DO NEOBYČEJNÉHO KURZU  
O PĚTI SETKÁNÍCH



13. 3. – 17. 3. 2023

Centrum naděje a pomoci, Vodní 13, Brno 602 00  
[www.CENAP.cz](http://www.CENAP.cz)



PROJEKT SPOLUFINANCUJE STATUTÁRNÍ MĚSTO BRNO

**B | R | N | O**

### CENTRUM NADĚJE A POMOCI

V Centru naděje a pomoci se věnujeme **životním situacím, které se týkají těhotenství, mateřství a rodičovství**. Vnímáme jako důležité také dospívajícím předávat pravdivé informace o lidské plodnosti, povzbuzení k sebeuště a vytváření dobrých vztahů.

Kromě **individuálních konzultací** nabízíme též rozmanité kurzy.

**Pokud by Vás zajímala jakákoli jiná problematika, které se věnujeme, a se kterou bychom Vám nebo Vaším blízkým mohli pomoci, neváhejte se na nás obrátit.**

**Jsmo tu i pro Vás!**

**ŽIVOT VÍRY TO ČTU**

„Díky času s Živodem víry je můj život víry ještě hlubší.“

● Jovana Ch., lektorka

**Život víry čeká digitální revoluce.**

**SBÍRKA**

- V nejbližších měsících chceme spustit nový web **Života víry** ([www.zivotviry.cz](http://www.zivotviry.cz)).
- Zásadní rozdíl oproti dnešnímu webu bude v tom, že zde předplatitelé verzí eŽV a ŽV komplet budou mít všechny články z každého čísla v textové i zvukové verzi. Tedy ideální pro čtení/poslech na mobilu či počítači.
- Financování výroby webu již máme z velké části pokryté. Prosíme Vás o příspěvek na **přípravné práce a testování** a popř. na **technická vylepšení** nad základní projekt.
- Přispět můžete na účet KMS (2500 104 331 / 2010) s var. symbolem 982950 (v mobilním bankovníctví můžete použít i připojený QR kód).

Děkujeme, že do toho jdete s námi!  
Tomáš Coufal, šéfredaktor



pokračování ze str. 28

**4. 3., Olomouc**  
(Arcibiskupský palác, Wurmova 9)  
**Pořádá** Katolická charismatická obnova.  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.cho.cz](http://www.cho.cz)

**Kurz Alfa pro mládež**

**21. 2. – 25. 4.** **ON-LINE**  
Pozvěte své přátele, kteří se zajímají o křesťanství, i příležitostné zvědavce! Příležitost prozkoumat základy křesťanství, říct svůj názor, na cokoli se zeptat... Je možné se připojit i v průběhu kurzu.  
**Pořádá** Křesťanská misijní společnost.  
**Kontakt:**  
[tomas.kabelka@kurzalfy.cz](mailto:tomas.kabelka@kurzalfy.cz)  
**Bližší informace:**  
[www.kurzalfy.cz](http://www.kurzalfy.cz)

**Konference Diakonie AC** **ZRUŠENO**

**setkání pro všechny, kdo chtějí prakticky pomáhat lidem**  
**25. 2., Kolín**  
(ústředí AC, V Zidkách 402)  
**Na programu:** Pomoc, nebo dar? (Rozměry dobrovolnictví v AC), Jak komunikovat své aktivity s veřejností, panelová diskuse s vedoucími středisek  
**Řečníci:** Martin Moldan, Denisa Raková Novotná, Zuzana Krivánková  
**Pořádá** Diakonie AC.  
**Bližší informace:** [www.diakonieac.cz](http://www.diakonieac.cz)

**Singles+ setkání pro svobodné křesťany z protestantských církví (25–55+ let)**

**25. 2., on-line**  
**Petra Veselá:** Co nám nejvíce níčí vztahy? Čeho se lidé ve vztazích nejvíce bojí?

**15. 4., Boskovice**  
výlet  
**Pořádá** tým Singles+.  
**Kontakt:** [info@singlesplus.cz](mailto:info@singlesplus.cz), tel. 604 837 079 (L. Mikisková)  
**Bližší informace:** [www.singlesplus.cz](http://www.singlesplus.cz)

**Kurz Poutnictví**

**Přebývat v Božím slově únor–březen**  
Osmítýdenní kurz, jehož cílem je naučit se, jak se při studiu Písma setkávat s Bohem racionálně i vztahově. Budeme se učit, jak se s Bohem setkat, jak mu naslouchat a poznávat ho skrze studium vybraných biblických pasáží. Kurz využívá inductivní metodu studia Bible a metodu lectio divina. Součástí kurzu jsou dvě setkání na Zoomu, individuální studium a možnost setkat se ve skupině, sdílet své zkušenosti a reflektovat je.

**Žít celým srdcem duben–květen**  
Abychom mohli žít naplněné životy, nést ovoce, růst ve víře a navazovat hluboké vztahy s druhými lidmi a s Bohem, musíme umět žít z celého srdce. Co to ale přesně znamená? V osmítýdenním

kurzu se učíme chápat nádherný a komplexní přístup Bible k lidskému srdci a dozvíme se, jak můžeme projevit svou víru v Krista skrze vztahy.  
**Pořádá** Setkávání Travná.  
**Bližší informace a přihlášky:**  
<https://poutnictvi.travna.cz/kurzy>

**Explore škola vnitřního uzdravení**

Volá vaše srdce po opravdovém spojení s Bohem? Chcete mu dát svolení proměnit a uzdravit váš život? Leží vám na srdci pomoci ostatním tyto věci objevit? Kurzy pomáhají projít cestou osobní proměny a být vybaveni pro plný život a službu.

**Témata víkendů:**  
3.–4. 3. Boží univerzální klíč;  
7.–8. 4. Ztracen a znovu nalezen;  
5.–6. 5. Odhalení Božího nepřítele;  
2.–3. 6. Skrz naskrz;  
1.–2. 9. Znáť sám sebe;  
6.–7. 10. Propojení;  
3.–4. 11. V bezpečí;  
1.–2. 12. Praktický seminář uzdravení

Je možné hlásit se na jednotlivé víkendy, 10. víkend je pouze pro pravidelné účastníky.  
**Pořádá** Elle Ministries.  
**Kontakt:** [info.cz@elle.org](mailto:info.cz@elle.org), tel. 773 071 977 (A. Haines)  
**Bližší informace:**  
[www.elle.cz/explore/](http://www.elle.cz/explore/)

**40 dní s Bibli společně předvelikonoční čtení Bible**

**1. 3. – 9. 4.**  
**Téma:** Tvářív tvář Nepřemožitelnému Na webu CB je k dispozici rozpis témat a biblických oddílů na jednotlivé dny a týdny.  
**Pořádá** Rada CB.  
**Bližší informace a materiály:**  
[portal.cb.cz/2023-40-dni-s-bibli-2023](http://portal.cb.cz/2023-40-dni-s-bibli-2023)

**Impulz Basic vzdělávání vedoucích mládeže AC**

**3.–5. 3., Kolín**  
(ústředí AC, V Zidkách 402)  
**31. 3. – 2. 4., Brno**  
**Pořádá** Odbor mládeže AC.  
**Kontakt:** [info@mladecac.cz](mailto:info@mladecac.cz)  
**Bližší informace:**  
[www.acregistrace.cz](http://www.acregistrace.cz)

**Otcovo srdce semináře**

**16. – 21. 3., Želiv** (klášter, Želiv 122)  
**31. 3. – 2. 4. konference, Zlín**  
**27. 4. – 2. 5., Ostrava** (Salesiánské středisko Don Bosco, Vítkovická 28), **Hosté:** Robert a Vicki de Hoxarovi (UK)  
**15. – 20. 6., Vranov u Brna** (de Hoxarovi)  
**17. – 22. 7., Vranov u Brna**  
Semináře pro ty, kdo chtějí více poznat Otcovo srdce, zažít uzdravení a obnovu vztahu k němu a vstoupit do svobody Božího dítěte.  
**Pořádá** Mládež pro Krista ve spolupráci s českým týmem Otcovo srdce.  
**Kontakt:** tel. 608 171 525 (J. Palacká)  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.otcovosrdce.cz/akce](http://www.otcovosrdce.cz/akce)

**Nežít v čekárně seminář pro nezadané**  
**17.–18. 3., Praha**  
(modlitebna KS, Na Žertvách 23, Palmovka)  
**Přednášky a semináře:** František Flek, Renata Rokůsková, Jan Hučín, Jana Macková, Mark Krupa a další; v pátek večer minikoncert Davida Kučery  
**Cena:** do 12. 3. 400 Kč (v ceně je i drobné občerstvení), později nebo na místě 480 Kč  
**Pořádá** KMS ve spolupráci se Singles+.  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.singles.kmspraha.cz](http://www.singles.kmspraha.cz)  
(Viz také inzerát na protější straně.)

**Dny ticha**

**23.–26. 3., Pernink u Karlových Varů**  
(Formační a vzdělávací centrum, Karlovarská 107)  
**Duchovní mentor:** Marek Janovský  
**Cena:** 2700 Kč  
**Zaštiťuje** AC CBH Teplice.  
**Kontakt:** [marek@cbhteplice.cz](mailto:marek@cbhteplice.cz), tel. 739 584 158 (M. Janovský)  
**Bližší informace a registrace:**  
[www.dnyticha.cz](http://www.dnyticha.cz)

**30 dní modliteb za svět islámu**

**23. 3. – 21. 4.**  
„30 dní“ je celosvětová modlitební iniciativa, v jejímž rámci křesťané po celém světě vyjadřují svou lásku k muslimům tím, že se za ně během celého jejich posvátného měsíce ramadánu modlí. Každý rok jsou připravovány nové materiály, které na každý den přináší údaje o vybraných muslimských zemích a národnostních skupinách, zajímavosti, statistiky a konkrétní náměty k modlitbám.  
**Další informace:**  
[www.pray30days.org](http://www.pray30days.org) (anglicky), [www.30dni.kmspraha.cz](http://www.30dni.kmspraha.cz) (česky)

**Čerpadlo pro kazatele, vedoucí mládeže a dorostů CB**

**24.–26. 3., Sobotín**  
**Téma:** Vyhoření  
**Na programu:** jak se vyvarovat vyhoření v práci, studiu, ve službě, v rodině, přednášky, diskuse, supervize v malých skupinách, aktivní odpočinek, rozhovory s kolegy  
**Řečníci:** Jan Asszonyi, Dalimil Staněk, Matuš Kušnír  
**Supervizoři, kouči a mentoři:** Jiří Jedlička, Radoslav Ženata, Marcela Zedníčková  
**Pořádá** Dorostová unie CB.  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.dorostovaunie.cz/cerpadlo](http://www.dorostovaunie.cz/cerpadlo)

**Konference pro pracovníky s dětmi**

**25. 3., Brno**  
(modlitebna CB, Kounicova 272)  
**Pořádá** Dětský odbor Rady CB.  
**Bližší informace:** [www.cb.cz](http://www.cb.cz)

**konference Sdružení křesťanských zdravotníků**

**32. ročník**  
**25.–26. 3., Brno**  
**Téma:** Evangelizace ve zdravotnictví  
**Na programu:** přednášky, svědectví, panelové diskuse, semináře  
**24. 3. večer proběhne prekonference pro studenty medicíny a zdravotnických škol.**  
**Pořádá** Sdružení křesťanských zdravotníků ČR.  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.skzcr.cz](http://www.skzcr.cz)

**Kulturou proti antisemitismu**

**veřejné shromáždění proti antisemitismu a nesnášenlivosti**  
**16. 4., Praha**  
**14:00** Pochod dobré vůle ze Staroměstského nám.  
**15:00** Všichni jsme lidi (kulturní program ve Valdštejnské zahradě)  
**Vstup volný.**  
**Pořádá** ICEJ v ČR.  
**Bližší informace:**  
[www.vsiichnijsmelidi.cz](http://www.vsiichnijsmelidi.cz)

**Národní konference Aglow**

**21.–22. 4., Vysoké Mýto**  
(modlitebna BJB, Pražská 72)  
**Na programu:** chvály, vyučování, svědectví, semináře  
**Kontakt:** tel. 739 446 054  
**Bližší informace a přihlášky:**  
[www.aglow.cz](http://www.aglow.cz)

**United City**

**22. 4., České Budějovice**  
(KD Vltava, Františka Ondříčka 1243)  
**Na programu:** koncerty, semináře, divadlo, taneční workshop, služba duchovního poradenství a modliteb  
**Kapely:** eSPé, Adonai, Isaac Records, Pavel Helan a další  
**Bližší informace:**  
[www.festivalunited.cz](http://www.festivalunited.cz)

**Mokon on-line modlitební konference**

**28. 4.**  
(17:00–21:00)  
**Na programu:** chvály a modlitby za ČR (v blocích za různé tematické okruhy)  
**Pořádá** KMS.  
**Kontakt:** [kancelar@kmspraha.cz](mailto:kancelar@kmspraha.cz), tel. 284 841 922  
**Informace a přihlášky:**  
[www.mokon.kmspraha.cz](http://www.mokon.kmspraha.cz)

**Nové nadechnutí relaxační víkend pro ženy**

**5.–7. 5., Škrdlovice**  
(hotel U hrocha, Škrdlovice 272)  
**Na programu:** přednášky, chvály, sdílení ve skupinkách, čas pro sebe, odpočinek a relaxace  
**Cena:** 2900 Kč (do 15. 3.), později 3100 Kč

**Uzávěrka přihlášek:** 5. 4. (při naplnění kapacity dříve – počet míst je omezen)  
**Pobyt je možné věnovat i jako dárek.**  
O dárkový certifikát si můžete napsat na [kancelar@kmspraha.cz](mailto:kancelar@kmspraha.cz).  
**Pořádá** KMS.  
**Bližší informace:**  
[www.nn.kmspraha.cz](http://www.nn.kmspraha.cz)

**Noc kostelů**

**2. 6.**  
Příležitost otevřít kostely a modlitebny lidem a uspořádat program v čase, který není pro život místního křesťanského společenství třeba úplně obvyklý. Je možné zorganizovat vlastní, na míru utvořený program pro váš sbor v místě vašeho působení.  
**Pořádá** Ekumenická rada církví.  
**Bližší informace:**  
[www.nockostelu.cz](http://www.nockostelu.cz)

**Křesťanská konference**

**35. ročník setkání křesťanů z různých církví**  
**1.–3. 7., Praha**  
(hotel Olšanka, Táboritká 23)  
**Řečníci:** Terry Virgo (UK), Wendy Virgova (UK), Jiří Dohnal (HR), Kateřina Dohnalová (HR), Lubomír Ondráček, David Symon, Pavel Bubík, Bohuslav Zapadlo a další  
**Na programu:** chvály, vyučování, semináře, moderovaný rozhovor, modlitební služba...  
**Souběžně proběhne také pobytová Dětská konference.**  
**Pořádají** KMS a ČEA.  
**Kontakt:** [kancelar@kmspraha.cz](mailto:kancelar@kmspraha.cz)  
**Bližší informace:**  
<http://kk.kmspraha.cz>

**Týden v Taizé**

**setkání pro mládě 18–30 let**  
**6.–13. 8.**  
**Na programu:** modlitby se zpěvy, ztišení, společenství  
**Autobus** jede z Brna se zastávkami v Praze a Plzni.  
**Cena:** 2900 Kč (z Brna), 2500 Kč (z Prahy), příspěvek za pobyt 70 Kč  
**Pořádá** Duchovní správa u kostela sv. Vojtěcha v Praze-Dejvicích.  
**Kontakt a přihlášky:**  
[cesta.taize@seznam.cz](mailto:cesta.taize@seznam.cz)  
**Bližší informace:** [www.taize.fr/cs](http://www.taize.fr/cs)

**Kristfest Family**

**festival pro manželské páry a rodiny s dětmi**  
**9.–13. 8., Slavíkov**  
(KC Immanuel, Dlouhý 1)  
Cílem festivalu je propojovat generaci manželských párů a rodin a vytvořit místo pro načerpání sil fyzických i duchovních. Bohatý program pro děti.  
**Pořádá** tým KF Family ve spolupráci s AC.  
**Kontakt:** [info@kristfest-family.cz](mailto:info@kristfest-family.cz), [registrace@kristfest-family.cz](mailto:registrace@kristfest-family.cz)  
**Bližší informace:**  
[www.kristfest-family.cz](http://www.kristfest-family.cz)

# Nežít v čekárně 2023

seminář pro svobodné

17.– 18. března

Praha  
modlitebna KS  
Na Žertvách 23  
Metro B – Palmovka

Přednášky a semináře:

František Flek  
Renata Rokůsková  
Jan Hučín  
Jana Macková  
Mark Krupa a další  
v pátek večer minikoncert  
Davida Kučery

Cena: 400 Kč (v ceně je i drobné občerstvení)  
Při pozdním přihlášení nebo na místě 480 Kč.

Bližší informace a přihlášky: [www.singles.kmspraha.cz](http://www.singles.kmspraha.cz)

Pořádá: KMS ve spolupráci se Singles+



singles+

## Tipy na vybrané pořady z vysílání Rádia 7

rádio

● Slovo kult označuje vztah člověka k něčemu (a může to být cokoli), co nějakou měrou uctívá a velebí. Pořad **Klika** nabízí v únoru sérii nazvanou Bohové musejí být kult dítěte, individuální svobody a trvalého štěstí. Poslouchejte každou únorovou středu v 8:30, ve čtvrtek od 19:45 nebo kdykoliv na podcastu pořadu Klika.

● Proč se říká „pokrok nezastavíš“? A může o technologiích ještě pořád platit, že jsou dobrým sluhou, ale špatným pánem? O technologiích bude řeč v únorových setkáních psychologa **Marka Macáka** a moderátorky **Lucie Endlicherové**. **Uši k duši** věnované technologiím vysíláme v únoru každý pátek v 8:30 a následující pondělí od 19:45.

● Patchwork je složenina anglických slov záplata a práce. Nejružnější zbytky a ústřížky ale v rukou zručných tvůrců dávají skutečnou krásu. Dá se tento obraz přenést do mezilidských vztahů, například do různé „posešivaných“ rodin? Co stojí nová příležitost, budou v **Klíčovém slovu** 11. února po osmém ráno probírat **Kateřina Hodecová**

a vztahová poradkyně **Milena Mikulková** z organizace Espediente. (Záznam uslyšíte 16. 2. ve 22:00 nebo 18. 2. po půlnoci.)

● Manželské kontrasty – to je heslo letošního Národního týdne manželství. I na kontrasty se dostane v setkání s manželi **Vojtěchem a Marií Horáckovými** v Blanská, které pozvala do **Fortepiana Lenka Malinová**. 13. února po desáté dopolední nahlédneme do jejich manželství, prozkoumáme, jaké to je, pořádat Manželské večery, a navštívíme i další manželská zákoutí. (Repríza 14. 2., 13:00 a 18. 2., 11:00.)

● 24. února uplyne rok od invaze Ruska na Ukrajinu. Válka na Ukrajině ovlivnila běh života nejen v této zemi, ale i v podstatné části Evropy, Česko nevyjímaje. Poslední únorový víkend se věnuje ohlédnutí za rokem boje i pomoci. O Ukrajině bude řeč 24. února v **magazínu** v 7:00 i v **raním telefonátu** v 7:30, zmínka padne i v **Listárně** od 16:30. Přímou na Ukrajinu pak zamíříme také v **tematické sobotě** 25. 2. od 9:30 – na slyšenou se těší **Lucie Endlicherová**.

Další informace hledejte na [www.radio7.cz](http://www.radio7.cz); aktuality nabízí také FB stránky – [www.facebook.com/radio7cz](http://www.facebook.com/radio7cz). Vybrané pořady najdete k poslechu také na obvyklých podcastových službách.

● Koupíme RD, pozemek v okrese Praha-západ, Beroun, Kladno nebo byt v Praze.

Kontakt: 774 101 007

● Zřizují knihovnu pro studenty. Pokud máte na prodej nebo darování použité křesťanské knihy napište prosím na [truzicka@icloud.com](mailto:truzicka@icloud.com). Dále poptávám nahrávky kázání Alana Vincenta a Guillermo Preina.

**Podmínky rádkové inzerce:**

Text můžete zaslat e-mailem: [inzerce@zivotviry.cz](mailto:inzerce@zivotviry.cz)

■ Zájemci o **plošnou nebo vkládanou inzerci**, kontaktujte redakci (L. Zimovou) na e-mailu: [inzerce@zivotviry.cz](mailto:inzerce@zivotviry.cz) nebo tel. 284 841 922.

**Ceník** včetně množstevních slev: [www.zivotviry.cz/inzerce](http://www.zivotviry.cz/inzerce)

## Výherci soutěží

Koncem loňského roku proběhla **soutěž pro předplatitele**. Do slosování byl zařazen každý, kdo si časopis objednal do 31. 12. Zde jsou výherci:

**3. cenu** (knihy vydané Nakladatelstvím KMS v hodnotě 300 Kč) vyhrál **Stanislav Mikulík** ze Vsetína, **2. cenu** (totéž v hodnotě 500 Kč) dostane **Danuška Kurková** ze Srubů a **1. cenu** (totéž v hodnotě 1000 Kč) získává **Marcela Talánová** z Písku.

V prosincovém čísle jsme také vyhlásili **soutěž pro luštitelé křížovky**. Do redakce přišlo 34 správných odpovědí, že celý citát od Johna Newtona zní: „*Když jsem byl mladý, byl jsem si jistý mnoha věcmi; teď už vím jistě jen dvojí: za prvé, jsem ubohý hříšník, a za druhé, Kristus je naprosto dostatečný Záchránce. Kdo se naučí tyto dvě lekce, je dobře vyučen.*“

Z úspěšných luštitelů jsme vylosovali **Václava Merhulíka** z Nové Paky, **Renatu Šilarovou** z Domašova nad Bystřicí a **Marii Janouškovou** ze Včelné. Výherci si mohou vybrat knihu z produkce Nakladatelství KMS.

Všem srdečně blahopřejeme!

redakce

ÚSTŘEDÍ – V NEBESÍCH × BITEVNÍ POLE – V NAŠÍ MYSLI

## DUCHOVNÍ BOJ

DEREK PRINCE

cena 129 Kč  
(108 str., brož. A5)



*Vaše mysl je  
duchovní bojiště.*

*Díky Boží pomoci můžete  
odhalit strategii nepřítele, vzepřít se jeho  
nástrahám a vyjít z bitvy jako vítězové.  
Ať už si to uvědomují, nebo ne, této  
bitvy se účastní všichni křesťané.*

*Derek Prince v této knize popisuje  
konflikt, který probíhá mezi Božími  
zástupy a zástupy zla.*

Objednávejte na [www.postilla.cz](http://www.postilla.cz) nebo emailem:  
[objednavky@postilla.cz](mailto:objednavky@postilla.cz), tel: 725 580 081



# ZDRAVÁ MLÁDEŽ – pomáhejte mladým v nouzi

Mladí v naší zemi strádají duchovní nouzí. Žijí v rozpadlých vztazích, zakoušejí šikanu, nemají zdravé vzory. Lektori programu „Zdravá mládež“ jsou mladým lidem v českých školách přirozeným svědectvím o životě postaveném na jiných základech.

## Přinášíme Vám střípky z práce podporovaných lektorů

### Kdo by nechtěl aspoň jednou zažít Dva roky prázdnin?

Mám krásnou zpětnou vazbu z programu Dva roky prázdnin. Mnoho dětí napsalo: „Kdy znovu přijdete?“ „Chtěla bych, abychom měli více takových programů.“ Měla jsem z toho velkou radost. Dva roky prázdnin je čtyřhodinový program, jehož cílem je stmelení kolektivu a nastavení pravidel společného sžívání a soužití ve třídě.

Na začátku programu děti odevzdají své mobilní telefony do lodního vaku a dostanou je až po odevzdání zpětné vazby. Ten pocit „Nemám svůj mobil u sebe – vzali mi ho“ byl pro mnohé děti velmi zvláštní, pro mnohé velmi nepříjemný. A pro mnohé bylo osvobozující zjistit, že ho vlastně nepotřebují.

### Chybje každý, ale co dál?

„Ahoj, moc děkuji za dnešní pomoc na programu, který jsi s námi měl. To já jsem psala o té chybě, a že se teď se mnou nikdo nebaví.“

Tuhle hezkou zprávu jsem dostal od žačky 6. třídy, která mi v závěrečných anonymních otázkách do klobouku hodila papírek se svým trápením: „Ublížila jsem spolužačce a ta se se mnou přestala bavit. Co mám dělat?“ Poradil jsem jí, ať



se omluví – každý může udělat chybu. Ona udělá správnou věc – omluví se, ale jak na to spolužačka zareaguje, to neovlivní. Nemusí být vše hned úžasné, ale je to jediná správná věc, která se dá dělat.

### Je divné mluvit s Ježíšem?

Od září se každé úterý věnuju dětem z našeho sídliště. Chodí ke mně samé holky, první stupeň, bývá jich kolem deseti, většinou ze sociálně slabšího prostředí. Klasický kroužek by si nemohly dovolit. Pokaždé, když se sejdeme, vytáhnu kytaru a zpíváme si. Vždy dětem koupím rohlíky, které pak žmoulají a pomalu pojídají, a u toho si povídáme, jak se mají, co je těší a co je trápí. Potom se za ně pomodlím. Postupně se některé holky více otevírají. Naposledy se jedna šestáčka svěřila, že by si přála, aby se její tatínek dostal dříve z vězení. Pomodlila jsem se za to a ujistila děti: „Když mám z něčeho radost, nebo mě něco trápí, mluvím o tom s Ježíšem.“ K mému překvapení ona dívka řekla: „Já to taky pořád dělám, myslela jsem si, že jsem divná.“ Ujistila jsem ji, že vůbec divná není, že to dělá úplně dobře.

### Když na úrodnou půdu dětských srdcí padají semínka Boží pravdy

Už pravidelně několik let bývám hostem na adaptačním pobytu prváků střední průmyslové školy. Jeden den spolu probíráme šikanu a vztahy v kolektivu a hrajeme různé hry.

Další den je na programu povídání o návykových látkách a závislostech. Mám tyto programy obzvlášť rád, protože je to mnohem osobnější, mimo školní prostředí, a učitelé už mě znají dost dlouho na to, aby si mohli dovolit mě nechat se třídou samotného. I díky tomu se často naskytne možnost mluvit více o osobnějších věcech, což se povedlo i letos.

Opět jsem mohl se studenty sdílet své osobní zkušenosti. Mají možnost – a nebojí se – ptát se na cokoli. Letos jsem jim mohl říct, že za to, že nejsem závislý na návykových látkách, vdčím svým věřícím rodičům, kteří se za mě v mém dospívajícím věku denně modlili. Hned se jeden kluk zeptal, jestli jsem se taky stal věřícím. Stručně jsem odpověděl, že



ano a proč, a jelikož nepadly další doplňující dotazy, plynule jsem pokračoval v tématu.

Měl jsem opravu velkou radost, že jsem směl „hodit pár semínek“ na snad úrodnou půdu.

### Pán Bůh je zadarmo

Ve 4. třídě jsem měla program o penězích. V aktivitě „Co je pro tebe nejdůležitější“ se děti shodují: „rodina, kamarádi a mazlíčci“. Ptám se: „A na co potřebujeme peníze?“ Děti vyjmenovávají běžné položky z rodinného rozpočtu. Ve třídě je chlapec z Irska, česky mluví špatně. Najednou s krásným úsměvem pronese: „A taky pampuch!“ Nerozumím tomu, tak ho povzbuzuju, ať to řekne ještě jednou, klidně anglicky. „God!“ vyřkne chlapec. Všem se rozsvítilo. „Ano, Pán Bůh! Ale ten je přece zdarma, ne?“ usmíváme se na sebe. „Jo, pro všechny!“ odpoví chlapec.



## PŘISPĚJTE K PRÁCI LEKTORŮ

I Vy se můžete stát součástí řešení nouze mladých lidí z ČR. Přispějte nám na program „Zdravá mládež“ darem v libovolné výši. Číslo účtu: 2700139555/2010 (Fio banka).

Velmi nám pomůžete, když kromě variabilního symbolu 350 použijete i svůj osobní specifický symbol, který Vám na vyžádání sdělíme. Dary si můžete odečíst od základu daně (sdělte nám své kontaktní údaje).

dárci

finanční dary  
na var. s. 350

**mmp**  
Nadace Mezinárodní potřeby



100 % Vašich darů  
dáváme lektorům  
v programu  
Zdravá mládež



lektori přednášejí  
na českých školách  
a jsou s mladými  
v jejich volném čase



QR kód pro podporu programu Zdravá mládež:



**Nadace Mezinárodní potřeby** ● [www.zdrava-mladez.cz](http://www.zdrava-mladez.cz)

nadace@mezinarodni-potreby.cz ● tel. 732 373 573 ● Jsme na sociálních sítích a YouTube.

# Praxe v ŽIVOTĚ víry

- ✓ Studuješ?
- ✓ Baví tě psát, popř. pracovat s textem nebo grafikou?
- ✓ Chceš nahlédnout pod pokličku a vyzkoušet si práci v redakci?
- ✓ Jsi aktivní křesťan/ka a záleží ti na spolupráci věřících z různých církví?

Zveme tě ke spolupráci – třeba i tím, že vykonáš svou studentskou praxi právě u nás.

Máš-li zájem, kontaktuj nás na e-mailu [redakce@zivotviry.cz](mailto:redakce@zivotviry.cz).



Křižovatka Centrum  
Crossroads Center



## Křesťanská knihovna Praha

Nabízíme anglické a české knihy, přednášky a dětské programy.

Najdete nás blízko Náměstí Míru a I. P. Pavlova, na adrese: **Balbínova 10, Praha 2** ✖ tel. **602 750 610**  
[krizovatkacentrum@gmail.com](mailto:krizovatkacentrum@gmail.com) ✖ [www.christianlibrary.cz](http://www.christianlibrary.cz)

# Život víry 2022

kompletní ročník za skvělou cenu  
(10 běžných vydání + jedno dvojčíslo)

**sleva 60 %!**

### Rozhovory s osobnostmi:

- Pavel Černý ■ Adam Parma ■ Miroslav Kulec ■ Zbyšek Šikula
- Haley a Caleb Pattynovi ■ Marek „Mefo“ Hůšť ■ Jéňa a Renee Pospíšilovi aj.

### Témata:

- Konflikty v manželství ► Křesťanem, ale bez církve? ► Přítel je bližší než bratr ► Bůh je s námi, jsme my sním? ► Umění odpočinku ► Komunikace s teenagery ► Víme, čemu věříme? ► Proč a jak se postit aj.

- ✦ mnoho svědectví • reportáží • biblických studií • rad odborníků
- virtuálních rozhovorů s historickými osobnostmi
- recenzí...

**Celkem 412 stran** povzbudivého čtení za pouhých **249 Kč** (běžná cena 619 Kč). Omezený počet, pouze do vyprodání zásob!

**Objednávky:**  
[knihy.kmspraha.cz](http://knihy.kmspraha.cz)  
[knihy@kmspraha.cz](mailto:knihy@kmspraha.cz)  
tel. 284 841 922



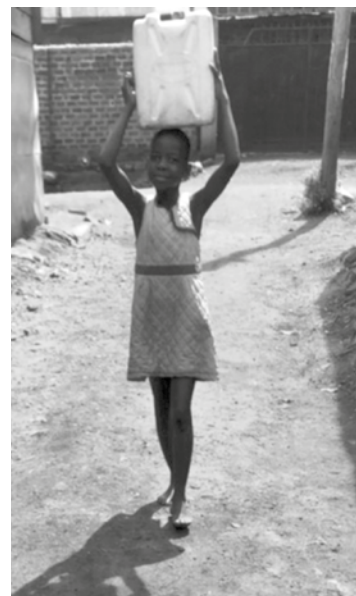
Nemůžete pomoci všem chudým dětem na světě, ale

## můžete pomoci alespoň jednomu.

**„Kdybyste nepodporovali mé vzdělání, musela bych být už několik let vdaná,“ napsala nám žačka 7. třídy Mary z Jižního Súdánu.**

■ Mary je 14 let a má tři sourozence. Děti žijí jen s matkou, protože jejich otec zemřel při násilných střetech v jejich vlasti v Jižním Súdánu. Rodina žije v domku z cihel a suché trávy v uprchlickém táboře v severní Ugandě. Pro svou obživu si pěstují plodiny kolem chýše, která jim byla v uprchlickém táboře přidělena, a nějak přežívají. Nemají ale žádný příjem na vzdělání dětí. Mary se touží stát zdravotní sestrou.

■ **Chcete být jejími pravidelnými dárci a pomoci jí splnit sen o vzdělání?**



QR kód: Přehled dětí k adopci

## Dálková adopce PLUS®

– darujte chudému dítěti možnost chodit do školy.

Vyberte si k podpoře konkrétní dítě z Jižního Súdánu nebo dalších šesti rozvojových zemí na [www.dalkova-adopce.cz](http://www.dalkova-adopce.cz). Čtyřikrát za rok dostanete o dítěti zprávu včetně fotografie. Můžete si s ním i dopisovat.

**Nadace Mezinárodní potřeby • [www.dalkova-adopce.cz](http://www.dalkova-adopce.cz)**

• [nadace@mezinarodni-potreby.cz](mailto:nadace@mezinarodni-potreby.cz) • tel. 483 394 202 • Jsme na sociálních sítích a YouTube.



**Každý člověk má svůj příběh a Vy se můžete stát jeho důležitou součástí.**



Nepřehlédněte! Pro individuální členy KMS sleva 10 % na veškeré objednávky.

## PŘÁVĚ VYŠLO

**Sam Allberry:**

### Zajímá Boha naše tělo?

Pokud jde o postoj k tělu, hrozí nám dvojí nebezpečí: Buď že se na tělo zaměříme příliš, anebo že ho nedoceníme. Sam Allberry vysvětluje, že každý z nás je obdivuhodně stvořen způsobem, který budí úžas a bážeň, a že svou tělesnou stránku můžeme vnímat jako dar. Nabízí nám biblické vodítko pro porozumění své identitě, sexualitě i otázce genderu a pomáhá vypořádat se s výzvami stárnutí, nemoci a smrti. Připomíná naději, kterou máme v Kristu, a budoucnost, která díky němu naše fyzická těla čeká.

**Nakladatelství KMS, 224 stran, 289 Kč**



Ke každé objednávce nad 600 Kč nyní dostanete zdarma knihu **Nickyho Gumbela Šifra mistra Leonarda: Dekódováno**

co mě akorát naučil lhat a vůbec všemožný lotroviny. Já si teda nemyslím, že lhaní je tak zlé. Člověku občas pomůže, ne? Jenomže pak se Beno připlét k obrovskému průšvihů a já jsem musel zmizet z města, od našich, od bráchy, od kámošů a lidí, co mám rád.

**Křesťanský život, 228 stran, 275 Kč**

## DOPORUČUJEME

**Neil T. Anderson:**

### Vítězství nad temnotou

„Poznáte pravdu a pravda vás osvobodí.“ Tak zní Ježíšovo zaslíbení pro náš život. Co nám brání, abychom skutečně žili a chodili v radosti, kterou nám Ježíš připravil? Každý den na nás útočí síly temnoty. N. T. Anderson ve své knize ukazuje, že máme k dispozici moc je překonat tím, že budeme vědět, kým jsme v Kristu. Nové, doplněné vydání světového bestselleru nabízí praktické kroky, jak lépe porozumět své identitě v Kristu, osvobodit se od břemen minulosti a vítězně stát proti duchovním mocnostem tohoto světa.

**Nakladatelství KMS, 206 stran, 297 Kč**



**Kay Arthurová:**

### Zlomit pouta strachu

V životě se potýkáme s mnoha obavami, které útočí na naši mysl i srdce. Strach a s ním spojený stres si na našich životech vybírá fyzickou, emocionální i mentální daň. V sevření strachu ale nemusíme zůstat. V této šestidenní studijní příručce se naučíte, jak reagovat na životní okolnosti s vírou a odvahou a žít v bázni před Bohem. Jen tento druh bázně totiž přemáhá každý strach a přináší život ve svobodě.

**Nakladatelství KMS, 112 stran, 159 Kč**



**Tony Kalmová:**

### Najít svou cestu

Autorka, která je v ČR známá mj. jako iniciátorka konferencí o vnitřním uzdravení, zve ke sledování své životní cesty, na které hledala Boha i to, kým vlastně je. Prošla mnoha zklamáními, dlouhá léta jí v těžkých situacích její víra nedávala vůbec nic. Postupně se jí ale



## Nejprodávanější tituly v prosinci

1. Richard Brunton: **Úžasná moc žehnání**
2. Neil T. Anderson: **Vítězství nad temnotou**
3. Dan Drápal: **Poznávat věčného Boha**
4. Pavel Bosman: **Co napsal anděl do hlášení**
5. Nicky Gumbel: **Proč Bůh dovolí utrpení?**
- 6.–7. Nicky Gumbel: **Jde v životě ještě o víc?**
- 6.–7. **Studijní Bible s výkladovými poznámkami**

V žebříčích nejsou zařazeny evangelizační materiály a materiály k Alfě a dalším kurzům.

## NOVINKY V NAŠÍ DISTRIBUCI

**Pavel Raus:**

### Jak porozumět emocím

Emoce nejsou zrovna nepřehlédnětější oblastí našeho života. Často je těžké se v nich vyznat. Dokonce někdy můžeme emoce vnímat jako nevídané narušení a překážku, která nám komplikuje život. Avšak stejně jako jsou emoce komplikované, jsou také důležité. Pomáhají nám respektovat nejskrytější hlubiny naší bytosti a také hlubiny bytosti našich nejbližších. Pokud se nám podaří emocím porozumět a začneme žít v souladu s nimi, přinesou nám do života pestrost, pravdivost a blízkost. (Viz také článek na str. 15.)

**Nakladatelství Návrat domů, 238 stran, 290 Kč**



**Ann Spangler, Lois Tverberg:**  
**Učedníkem rabína Ježíše**

Jaké by to asi bylo, kdybychom se mohli přenést do prvního století a sedat u nohou rabína Ježíše, stejně jako jeho židovští učedníci? Jak by znalost zvyků, představ a tradic tehdejší židovské kultury ovlivnila naše chápání evangelia?

**Institut W. Wilberforce, 237 stran, 390 Kč**



**Kamila Rosůlková:**  
**Dlouhá cesta**

Jmenuji se Josi. Narodil jsem se v Súsách, což je jedno z hlavních měst říše Peršanů. S kámošem Benou jsme ho prozkoumali i tam, kam by mě naši nikdy nepustili. Můj táta nemá Benu rád. Říká, že je to lump,



odkryl nový pohled na Boha jako milujícího Otce a ona se začala otvírat jeho lásce, přijímat sama sebe a používat svá obdarování k povzbuzení druhých. Zjistila, že v každé situaci si může zvolit, co se svým životem udělá, a radovat se z toho, co dobrého život právě nabízí. (Viz také článek na str. 20.)

**Nakladatelství KMS, 223 stran, 279 Kč**

**Marek Macák:**

### Minoritní sexualita v pastorační věřících

Přestože je homosexualita v naší společnosti dnes již do velké míry přítomna viditelně, v církvi má mnoho lidí dojem, že křesťanovi se něco takového nemůže stát. O homosexualitě se v církvi mluví jen málo a o homosexuálních lidech jako o „těch druhých“, od křesťanů bytostně odlišných. Jen zřídka se v běžném církevním životě setkáváme s příběhy lidí, kteří se s homosexualitou potýkají a jejichž životní příběh se odvíjí v rodině vřívě.

Kniha je odpovědí na potřebu hlubšího pochopení výzev a pastoračního doprovázení těchto lidí a jejich rodin.

**ČEA, 148 stran, 229 Kč**



**Dan Drápal:**

### Poznávat věčného Boha

Pokud věříme v Boha, který stvořil svět, není nic důležitějšího než se snažit tohoto Boha hledat a porozumět mu. Protože nikdo jiný než on nemůže dát smysl našemu životu. V 52 krátkých zamyšleních nad verši z Bible zve autor k poznávání Boha, který přesahuje lidské chápání, a který přesto touží po vztahu s lidmi. Lze využít jako každodenní pomůcku k osobnímu tžisení.

**Nakladatelství KMS, 136 stran, zmenšená A5, pevná vazba, 189 Kč**



## Mimořádná akce – sleva 50 %

Vybrané knihy od **Dana Drápala**

**Večere Páně** – 72 stran, běžná cena 69 Kč, **nyní 34,50 Kč**

**Být pastýřem** – 85 stran, běžná cena 90 Kč, **nyní 45 Kč**

**Co s penězi** – 40 stran, běžná cena 55 Kč, **nyní 27,50 Kč**

**Inspirovanost Písma** – 102 stran, běžná cena 99 Kč, **nyní 49,50 Kč**

**Návod k použití světa** – 59 stran, běžná cena 75 Kč, **nyní 37,50 Kč**

**Jak je to se křtem v Duchu?** – 58 stran, běžná cena 65 Kč, **nyní 32,50 Kč**



## PŘIPRAVUJEME

**Josef Potoček:**

### Kristus ve svědectví Písma

Kde jinde se můžeme o Božím synu dozvědět víc než v příručce od samotného Stvořitele? Kniha biblických úvah přináší přehled o učení Písma o Ježíši Kristu a jeho díle spásy. V jejím základu je poctivá práce s Biblí, s důrazem na společnou řeč obou jeho částí – Starého a Nového zákona. V pečlivém zkoumání a hledání souvislostí autor ukazuje na spolehlivé základy křesťanské víry, které existují i v obdobích životních bouří.

■ Komplettní nabídku najdete na: <http://knihy.kmspraha.cz>. ■ Na objednávky z webu sleva 3 %. ■ Při objednávce nad 1000 Kč neplatíte poštovné a balné (do 1000 Kč je poštovné a balné 60–90 Kč). ■ Možnost osobního odběru na naší adrese zdarma. ■ Při osobním odběru a prodeji na akcích akceptujeme platbu kartami VISA a MasterCard. ■ Nakladatelství KMS, Primátorská 41, 180 00 Praha 8, tel.: 284 841 922, knihy@kmspraha.cz



## Podpora preventivních a etických programů na základních a středních školách

- 100 % darů je použito na podporu lektorů
- 100 Kč = podpora jedné hodiny etického a preventivního programu

Pomozme mladé generaci odrazit se do života.



Lektoři na základních a středních školách pomáhají mladé generaci nalézat hodnoty vycházející z křesťanského základu. Jdou za hranice standardní výuky a dávají studentům své srdce, projevují o mladé lidi opravdový zájem, který tolik potřebují.



### Fond Najdilektora od F-nadace

Kontaktní e-mail: [f-nadace@f-nadace.cz](mailto:f-nadace@f-nadace.cz)

NADACE

Více o lektorech a vyučovacích programech se můžete dozvědět na [www.najdilektora.cz](http://www.najdilektora.cz)

## Pomozte darem

ČÍSLO ÚČTU: 52523663 / 2010 VS: 3



QR Platba



### Zkus to s námi.

Tréninkový program „**Summit Nepál**“ je učednickým projektem, který tě posune ve tvém křesťanském životě. Zažiješ život v mezinárodním týmu, zažiješ treky do nepálských hor, kde budeš s místními obyvateli sdílet svoji víru, a mnohem, mnohem více.

Napiš si o informační brožuru: [info.cz@om.org](mailto:info.cz@om.org)

## ALEŠ HANZLÍČEK REALITY

REALITNÍ MAKLEŘ S DLOUHOLETOU ZKUŠENOSTÍ



✉ [info@aleshanzlicek.cz](mailto:info@aleshanzlicek.cz)

🌐 [www.aleshanzlicek.cz](http://www.aleshanzlicek.cz)

☎ +420 731 651 575

📍 Praha, Čechy, Morava

- prodej nemovitostí - **byty, domy, pozemky**
- konzultace a investiční **poradenství**
- **hypotéky**, stavební spoření, úvěry
- řešení **exekucí**, oddlužení, výkup nemovitostí
- **odhady** nemovitostí
- právní a **daňová** asistence
- **investice** do nemovitostí od 10 000 Kč s výnosem od 7 % ročně

## Pronájem hájenky na samotě v Beskydech

Kapacita: 29 osob  
více na [www.hajenkakolibiska.cz](http://www.hajenkakolibiska.cz)



# Vidíš mi až do žaludku...

(parafráze žalmu 139)

**B**ože, ty mě zkoumáš do hloubky a víš o mně všechno.

*Hlava mi to nebere, ale ty jsi měl pod kontrolou už můj vznik,  
moje zrození i dětství.*

*Když se tak ohlížím za svým životem, jímá mě závrať, protože vidím,  
že jsi od počátku všechno směřoval k tomu,  
abychom se my dva mohli seznámit.*

*I o tom, co prožívám a dělám teď, máš dokonalý přehled,  
víš o mých denních aktivitách i o mém spánku.*

*Vidíš mi zkrátka až do žaludku, neexistuje nic, co bys o mně nevěděl.*

*O to víc mě udivuje, že o mě stále stojíš.*

*Je pro mě záhada, že i když mě tak dobře znáš,  
jsi ochoten být stále se mnou, starat se o mě, chránit mě a vést.*

*Když takto vidím tvou věrnou lásku ke mně, nemám ani potřebu  
něco před tebou skrývat nebo se dělat lepším, než jsem.*

*A tak na závěr říkám: Ano, Bože, můj Pane a Příteli, pokračuj v tom, co děláš.  
Zkoumej mě do hloubky – a kdyby někdy hrozilo, že se na tebe vykašlu  
nebo na tebe zapomenu, rychle zasáhni.*

*Bez tebe život opravdu nestojí za nic. Chci s tebou zůstat navěky.*

■ Vít Šmajstrla

