

Agrese a smutek v duchovním životě

Anselm Grün

Náš život mimo jiné provází tři „duševní síly“: agrese, smutek a vnitřní roztržitost (akedia). I ony k nám patří, dávají nám sílu čelit problémům a vzít život do svých rukou. Řídí, koho si pustíme k tělu a od koho si zachováme odstup. Využít agrese jako životní sílu neznamena, že budeme na lidi kolem sebe křičet, ale že stanovíme jasné hranice a že se pustíme do věcí, které je třeba udělat. Jestliže agrese potlačujeme, nebo se jí necháme ovládnout, projeví se tento stav jako zloba, vztek a zášť. Jsme proti všemu a všem, nespokojení, nic nám není dost dobré.

Agrese je přitom vedle sexuality nejdůležitější životní energie. Proto vyžaduje zvláštní péči a způsoby zacházení. Kdo ji potlačuje, tomu chybí živost a často propadá depresím. Kdo si své agrese není vědom, ventiluje ji nevědomě, nezřídka pod pláštěm zbožnosti. Někdy žasnu nad tím, jak agresivní dokážou být věřící lidé. Často odlišně smýšlejícím lidem adresují velmi zlá slova, kritizují své okolí a farnost za nedostatek zbožnosti. Sami však nenabízejí nic k obohacení společného duchovního života. Neradi s nimi nemluvíme, protože kolem sebe šíří nepříjemnou atmosféru. Takoví lidé si často přejí, aby ti, kdo vykládají bibli jinak než oni, byli potrestáni. Svou agrese neintegrovali do vlastního duchovního života, avšak nevědomě, zato velmi tvrdě ji vybíjejí zdálivě ve jménu Božím.

Setkal jsem se také s množstvím lidí, kteří byli na první pohled velmi přátelští, za přátelskou fasádou však byly cítit hroty plné agrese, která z nich vycházela. Jejich agrese je pasivní. Navenek byli skutečně plni úsměvů, ale poté, co jsem s nimi hodinu mluvil, jsem byl agresivní. Nejdříve jsem to dával

za vinu jen sobě, pak jsem si však uvědomil, že se na mě přenesla jejich potlačená agrese.

Evagrius Ponticus popisuje hněv takto: „Zlost je nejsilnější vášně. Znamená vztekání vznětlivých částí duše, které se nasměřuje proti někomu, kdo nás zranil, nebo o kom si to myslíme. Bez přestání dráždí duši člověka, a především při modlitbě se vtírá do vědomí. Přitom člověku vyvstává před očima obraz osoby, která mu způsobila příkoří. Někdy trvá delší dobu a mění se v zášť, která způsobuje noční můry. Většinou přináší oslabení těla a vede k zanedbávání stravy. Člověk jí postižený je bledý a ve snech ho stále usilovněji pronásledují obrazy, v nichž ho napadají divoká, jedovatá zvířata.“

Smutek k člověku patří, nejsme stále jen plni radosti. Smutku bychom se neměli vyhýbat, ať už jde o zármutek nad smrtí blízkých, smutek z toho, že nežijeme svůj život tak, jak bychom si přáli, nebo smutek způsobený ztrátou jiných iluzí o svém životě. Všechny tyto smutky patří k procesu zrání a někdy mohou být živnou půdou pro tvůrčí práci.

Když se však se svým smutkem nevyrovnáme, stane se z něj trudnomyslnost. Evagrius smutek od trudnomyslnosti odlišuje.

Trudnomyslnost chápe jako sebelítost, kdy se zabýváme jen sami sebou, litujeme se, zdá se nám, že je všechno špatně a nikdo se o nás nestará.

Smutek se mění v slzy a ty nás očišťují, trudnomyslnost si pouze naříká.

Evagrius ji přirovnává k malému dítěti, které pláče, protože mu někdo vzal hračku. Trudnomyslný člověk nedokáže Bohu prominout, že mu nesplnil všechna přání. Uvázl v dětinské plačtivosti, namísto aby zkusil využít možnosti, které mu život nabízí. V základu trudnomyslnosti jsou přehnaná životní očekávání a přání. Protože se neplní, reaguje člověk smutkem jako uražené dítě.

z knihy A. Grüna Být úplným člověkem (Karmelitánské nakladatelství 2009) vybrala a upravila -sd-