

DUCHOVNÍ ANTIDEPRESIVUM APOŠTOLA PAVLA

Kázání ze soboty 31. března 2012 – br. Mach Roman

Úvodem mi dovoluje připomenout jednu z charakteristik doby, ve které žijeme.

V USA se vážná deprese týká ¼ obyvatel (70 miliónů). Poslední dekády přinášejí v industrializovaném světě v tomto ohledu nárůst navzdory rozvoji antidepresiv.¹ Tento trend kopírují také ty rozvojové země, které budují ekonomiku západního stylu.²

V ostatních zemích třetího světa představuje výskyt deprese pouhý zlomek západních statistik. Jedinou známou skupinou obyvatel USA, kde se tato epidemie nevyskytuje, jsou Amish People (životní styl 18. století). Pro srovnání: výzkum 2000 osob kmene „Kaluli“ (New Guinea) po dobu téměř 10 let ukázal, že mezi těmito „lovci-sběrači“ je výskyt klinické deprese prakticky nulový (jeden případ). Považte: tvrdý život, drsné podmínky, žádné lékařské zabezpečení... a přece neznají depresi.³

Ale vraťme se do naší západní kultury (americké údaje). První zkušenost velké depresivní epizody se před 40 lety vyskytovala mezi 40. a 50. rokem věku. Dnes se posunula do 20. let věku; významné procento populace ji však prožije již během pozdního dětství či v dospívání.⁴

Není přehnané tvrdit, že v západním způsobu života je něco velmi špatné; žijeme v psychicky unavené době. Proto vás chci pozvat k duchovní cestě, kterou v jiné únavné době ukázal jiným, avšak rovněž utrápeným duším apoštol Pavel. Když jim napsal:

(Radujte se...) Čemu jste se u mne naučili, co jste přijali a uslyšeli i spatřili, to číňte. A Bůh pokoje bude s vámi (Fil 4:9), měl na mysli velmi specifickou vlastnost k naučení a napodobování. Pro porozumění se musíme vydat na malou procházku celým listem Filipským.

Pavlova situace

Patrně počátek 60. let; Pavel je římským vězněm „v okovech“. Jako místo jeho pobytu přichází v úvahu Efez, Caesarea, nebo dokonce Řím:

1:12-13 Chci však, bratři, abyste věděli, že mé postavení bylo spíše k prospěchu evangelia; vřdyť to, že moje pouta jsou pro Krista, se stalo známým v celém praetoriu...

Praetorium – to je zajímavé slovíčko; mohlo označovat palác místního vládce (nádvoří). V Efezu místodržitelství palác nebyl. Pokud by byl Pavel vězněn v Caesareji, nacházel by se přímo v místodržitelství paláci, a bylo by tedy zvláštní takto výslovně zdůrazňovat tuto jednoduchou skutečnost. Pavel nám však naznačuje ještě něco:

4:22 Pozdravují vás všichni svatí, zvláště ti, kteří jsou z císařského domu.

Když k tomu přičteme ten fakt, že původnějším významem slovíčka *praetorium* byla „císařova elitní garda“ (tak také ČSP), smíme se domnívat, že Pavel je vězněn přímo v Římě – čtení Fil 1:12-13 pak dává velmi výrazný smysl: „díky tomu, že jsem

vězněm, už vědí i císařovi pretoriáni, že jsem zde kvůli Kristu...“ To je přece typický apoštol Pavel: prvotní prioritou je evangelium, a o tom se - považte - hovoří už i v císařově domě⁵ – kde už jsou také spolubratři ve víře. (Evangelium začíná prostupovat impériem...).

Dopis přátelství⁶

Řecko-římská kultura Pavlovy doby znala nejméně dvě desítky typů dopisů. Nejznámějším z nich byl tzv. „přátelský typ“, ke kterému patřily také rodinné dopisy.

List Filipským nepatří mezi Pavlovy polemické nebo apogetické listy. Formálně i obsahově nese prvky „dopisu přátelství“. To je čitelné z typu a pořadí jeho jednotlivých částí stejně jako z konkrétních výroků v něm. Tím nechci naznačit, že v ostatních Pavlových epištolách není přítomen osobní vztah k adresátům. Zde však jde o něco specifického: Pavel informuje Filipské o svých záležitostech, hovoří k jejich záležitostem, vyjadřuje opakovaně náklonnost a vzájemnost (partnerství ve službě evangelia) a připojuje povzbuzení/napomenutí. A co více:

1:3-4 Děkuji svému Bohu při každé vzpomínce na vás a vždy v každé své modlitbě za vás všechny prosím s radostí...

4:1 Moji bratři, které miluji a po nichž toužím, jste mou radostí a slávou...

V závěru listu: poděkování za jejich dary - 4:10 Velmi jsem se v Pánu zaradoval, že již zase rozkvetla vaše péče o mne.

Pavel se z Filipských raduje a je příjemcem jejich obětavé pomoci, to hlavní však spočívá jinde:

1:7-8 Jak v mých poutech, tak při obhajobě a utvrzování evangelia jste vy všichni se mnou spoluúčastníky milosti.

Fil 1:29-30 Neboť vám je z milosti pro Krista dáno, abyste nejen v něj věřili, ale i pro něho trpěli; vedete týž zápas, jaký jste při mně viděli a o jakém nyní slyšíte.

Naše čtení tohoto listu se změní, když si uvědomíme, že Pavel a jeho Filipští prožívají velmi podobné zápasy – a že v nich vítězí. Obě strany nesou evangelium a prožívají proto nesnáze z rukou oponentů. Pavel o Filipských svědčí také jinde:

2 Kor 8:1-2 Oznamujeme vám, bratři, Boží milost, která byla dána sborům v Makedonii: Ve veliké zkoušce soužením se rozhojnila jejich překypující radost a jejich hluboká chudoba do bohatství štědrosti.

I zde nacházíme typickou kombinaci z listu Filipským: radost navzdory soužení, štědrost navzdory chudobě; zmiňované soužení mohlo mít i podobu mučednictví; Pavlův list leccos naznačuje. Filipští žijí „uprostřed pokolení pokřiveného a zvráceného“ (2:15), jejich „občanství je v nebesích“ (3:20), a Pavel se chce ujistit o tom, že „pevně stojí v jednom Duchu, jako jedna duše zápasí ve víře evangelia“ (1:27).

Kontext: Město Filippi bylo tehdy velmi pro-římské; za svou existenci v podobě římské kolonie vděčilo zvláštní milosti prvního římského císaře. Proto věnovalo zvláštní pozornost autoritě a kultu císaře; nejvíce mezi východními provinciemi. Nero byl nazýván „pánem a spasitelem“; každá veřejná událost byla zároveň spojena s poctami císaři. Jestliže filipští věřící vyznávali odlišného „Pána a Spasitele“ a odlišné „občanství“, ocitali se opakovaně pod tlakem svých pohanských spoluobčanů.⁷

(Vedle toho Pavel zmiňuje také určitý vnitřní neklid).

Pavel a filipští jsou tedy spolubojovníky a spolutrpiteli pro evangelium; odtud ona blízkost a souznění, odtud onen dialog mezi přáteli; odtud také Pavlova radost z nich samých.

Radost⁸

Linii radosti nelze v listu Filipským ani přehlédnout, ani obejít. *Radost, radovat se* – tato slovní skupina se v listu objeví 16x; Pavel postupně vyjádří svou radost z adresátů (1:4), z toho, že Kristus je zvěstován (1:18), i kdyby měl nakonec on sám zemřít, raduje se spolu s nimi (2:17-18), přeje si, aby tato radost byla naplněna jejich shodným smýšlením v Kristu (2:1-2).

Rád bych ale, abychom zde společně postřehli ještě jednu velmi důležitou linku. Pavel se nachází (již po nějaký čas) ve vězení. S filipskými tento boj blízce sdílí, neboť i oni opakovaně trpí pro evangelium. Je možné, že věznění bude zakončeno popravou:

(2:17-18 *Ale i kdybych byl obětován při oběti a bohoslužbě vaší víry, raduji a spoluraduji se s vámi se všemi; a stejně i vy se radujte a spoluradujte se mnou.*)

Pavel svým spolubojovníkům evangelia od počátku předkládá určitý příklad. Je ve vězení, ale raduje se, protože to slouží evangeliu; hrozí mu smrt, ale raduje se; také oni zápasí, ale mají se radovat:

3:1 *A tak, bratři moji, radujte se v Pánu. Psátí vám stále totéž mně není zatěžko a vám to bude oporou.* (ČEP)

Když to shrneme, *Pavel svým přátelům ve Filipech opakovaně ukazuje, jak ve své tísnivé situaci stále znovu reaguje, a apeluje na ně, aby konali jako on.* V této logice pak zaznívá ona výzva „*Radujte se v Pánu vždycky*“ (4:4) a „*Čemu jste se u mne naučili, co jste přijali a uslyšeli i spatřili, to čiňte. A Bůh pokoje bude s vámi.*“ (4:9).

(Všimněte si: „Bůh pokoje“ – to je paradigma, jako Janovo „Bůh láska jest“...)

Pavel zde tedy vyzývá: konejte to, čemu jste se *naučili*. Skutečnost, že se jedná o vlastnost či reakci „naučenou“ pak zaznívá i dále:

4:11-13 Pavel děkuje za dary a dodává: 11 *To neříkám z nouze; jsem naučen být soběstačný („αὐτάρκης“) za všech okolností; 12 být snížen i mít hojnost (přebytek). Ve všem a vždy jsem zasvěcen do tajemství toho, jak být syt i hladov, mít nadbytek i nedostatek. 13 (Toto) vše mohu v tom, který mi (neustále) dává sílu.*

„Já nemluvím z „ὕστερησις“ – z nouze“ raduji se, že jste mi pomohli, ale není to proto, že bych na tom byl závislý...

„jsem totiž *naučen*“ (tento typ aoristu: lineární děj, který byl završen a je úplný) – tato soběstačnost je součástí Pavlovy křesťanské zkušenosti: být „αὐτάρκης“, to je opak odkázanosti

„αὐτάρκεια“ se takto výslovně objevuje pouze v tomto místě NZ...⁹

„Jsem naučen soběstačnosti (vnější i vnitřní); „Já to zvládám“, ale z vaší pomoci se (opět) raduji (viz v. 10). A této *autarchii* i tomuto druhu radosti jsem se naučil od toho, který mi dává sílu...“

Nikoli úzkost

Radost, ke které se Pavel v listu stále znovu vrací, měla navíc nahradit něco zcela odlišného. Situace Pavlova i situace Filipských nepochybně působila cosi, co i dnes dobře známe. Zaznívá to ve výzvě 4:6 O nic nebud'te úzkostliví, ale ve všem oznamujte Bohu své žádosti v modlitbě a prosbě s děkováním.

V ČEPu jsme přivykli formulaci „netrapte se žádnou starostí“:

μεριμνάω, to be anxious; to be troubled with cares:

(1) in a good sense *care for, be concerned about* (1C 7.32); (2) in a bad sense *be anxious, be overly concerned about, be worried about* (PH 4.6); BW.

Když si konečně propojíme nitky do uceleného obrazu, představte si to prosím se mnou. Pavel pobývá v římském vězení – hodinu za hodinou, den za dnem. Nevím, co byste si mysleli a cítili vy, ale vím, co bych promýšlel a cítil já. Myslel bych na vězení. Na to, jak dlouho ještě? Co bude dnes a co bude zítra? A jak to skončí? A moje mysl by ochotně promýšlela negativní možnosti a souvislosti, které se odvíjejí od tohoto bezútěšného prostředí a vyhlídek.

Pavel však svým přátelům ve Filippi znovu a znovu poukazuje na jinou odezvu, jinou vnitřní reakci na neutěšené vnější podmínky: „Raduji se, a vy – kteří prožíváte podobné boje jako já, se také radujte. Naučil jsem se tomu od Pána a vy se tomu můžete naučit také“.

Proto ono pobývání myslí u čistých a dobrých věcí (ve vězení, možná před popravou). Dnešní psychologie odhalila teprve nedávno, že to jsou tzv. *sekundární* emoce, co nás nakonec přivede do deprese, nikoli ty primární. Napřed reagujeme na konkrétní situaci – strachem, smutkem, hněvem... a to je legitimní. Ale když je těchto emocí mnoho, když se opakují, může se rozběhnout cyklus negativních pocitů, myšlenek a představ, a ten nám nakonec způsobí úzkosti třeba i trvalé. To však lze zastavovat a zastavit, lze se tomu *odnaučit* a něčemu jinému se *naučit*. A toto zjevně ze zkušenosti znal také apoštol Pavel.

Pavlovo „radujte se v Pánu vždycky“ – to je sice postoj *duchovní*, avšak *naučený*. Na Pavla to „nespadlo“ najednou, po modlitbě, ale *naučil* se tomu. Troufnu si říci ještě více: setrvávat ve vězení, nevědět, zda z něj ještě vyjdu, a mít přitom pozitivní výhled – to je více, než naučený postoj, to je něco jako *psychospirituální technika*... Nepřijde to samo, naopak, samy přijdou pouze chmury ☹ – tohle se ve v přetrvávající tísní musí vědomě praktikovat, znovu a znovu. (Někdy si prostě 100x nebo 1000x musíme znovu vědomě říci „Já to zvládnu“). Pamatujme, že také filipští byli vystaveni útlaku opakovaně. Přicházelo to zas a znovu.

Vy i já víme, že i méně závažné okolnosti stačí v životě k tomu, abychom se cítili psychicky hodně nízko; zvláště, pokud se opakují nebo trvají. Vzpomínáte si, jak je to vyjádřeno v evangeliu?

Mat 6:34 (doslova) Nebud'te úzkostliví kvůli zítřku, neboť zítřek bude mít své vlastní úzkosti. Dnešek (každý den) má dostatek zlých věcí. Tady opět hovoří někdo, kdo rozumí životu, souhlasíte?

Stručně řečeno: na zítřejší zlé věci – pokud přijdou – bude dost času myslet zítra ☺

Metafora: Koho k branám?

Ve Fil 4:7 se nachází ještě jedno důležité odhalení. Představte si na chvíli sami sebe jako starověké město s hradbami a branami. U bran města stojí strážce, neboť není žádoucí, aby se kdokoli a cokoli dostal(o) dovnitř. Koho byste si přáli mít u bran jako stráž? Úzkost nám lže, protože se tváří jako strážce hradeb, jako cosi, co nás chrání. Když na něco budu stále myslet, pak mě to už přece nemůže zaskočit? Ve skutečnosti nás trvalé napětí před ničím nechrání; jako by se občané města rozhodli bát se každý den, aby je útok jednou nezaskočil.

4:7 A pokoj Boží, který převyšuje všechno porozumění, bude střežit srdce a mysl každého z vás v Kristu Ježíši.

Skutečným *strážcem bran*, skutečným *ochráncem* je pokoj – přesně toto je zde vyjádřeno slovesem „φρουρέω“ – „střežit, chránit vojenskou gardou“. Pokoj Boží má *střežit* srdce i mysl (byť od Pána víme, že dnešek i zítřek přináší dostatek zlých věcí).

Závěrem

Myslím, že filipští museli kromě opakovaného útlaku a ohrožení snášet ještě cosi, co známe také: tu skutečnost, že svět, který je obklopuje, se řídí hodnotami zcela odlišnými od evangelia; že žije zcela jinak; že se jim jejich vlastní doba pod vládou římských císařů možná vůbec nelíbila; a že to nemohli změnit. Pavel jim však „nedal na vybranou“ 😊, když jim předával svůj duchovní postoj.

Naslouchám tomuto slovu spolu s vámi. Jsou chvíle, kdy potřebujeme ujištění o tom, že Pán od nás neočekává trvalou tíseň, že existuje jiný způsob prožívání, že je legitimní, a že se mu lze naučit.

Společně si tedy můžeme zapamatovat, že:

autarkeia, soběstačnost, je naučenou duchovní vlastností

radostnost je naučenou duchovní vlastností (ba psychospirituální technikou)

že k branám bezpečného města patří pokoj jako strážce

Bůh pokoje buď s vámi.

¹ Ilardi, Stephen S.: The Depression Cure, Ebury Publishing, 2009, kapitola 1.

² The Mindful Way through Depression, Guilford Press, 2007, str. 16.

³ The Depression Cure, chapter 1.

⁴ The Mindful Way, 15-16.

⁵ Oikia – v Pavlově použití obvykle „dům a jeho obyvatelé“.

⁶ Fee, Philipians, NICNT, Eerdmans, 1995, str. 2-7.

⁷ Fee, Philipians, NICNT, 27-32.

⁸ Fee, Philipians, NICNT, 405 a dále.

⁹ Vlastnost, vážená stoiky a kyniky; „nezávislý duch a svobodný výhled, typický pro moudrého člověka“; „člověk má být soběstačný ve všech věcech a má být schopen čelit silou své vůle moci veškerých okolností“. WBC k tomuto textu.