



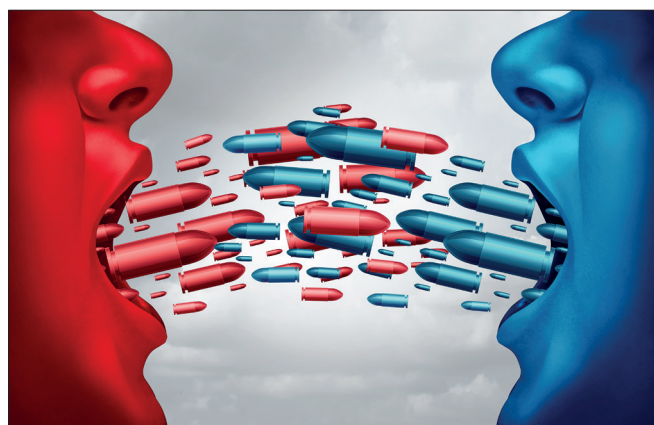
ŠTĚPÁN SÍROVÁTKA

**Možná někdo z vás četl nebo slyšel úryvek z katechismu, kde Tomáš Akvinský vypočítává těžké a lehké hříchy. Mezi lehkými (neboli všedními, které člověk dělá často) Tomáš uvádí například „nevhodný smích“. Vždycky, když jsem to četl, říkal jsem si: Haha! No to je tedy hřích. Ten Tomáš je ale citlivka. A říkal jsem si, co je na tom tak hříšného. Až později mi to došlo – totiž když se někdo nevhodně smál mně!**

Slova (a naše mimoslovní projevy – smích, gesta, zvuky) dokážou totiž druhého pěkně zranit. Vzpomínám na jeden důležitý rozhovor, kdy jsme si s několika lidmi chtěli vyříkat závažný konflikt. Jedna ze zúčastněných dělala v reakci, na cokoliv jsem řekl, významně a hlasitě „tss, tss...“. Byl to jen zvuk, ani to vlastně nebylo slovo. A přesto mě to tehdy hluboce zraňovalo, protože já svá slova myslel upřímně. Nemusíme ale chodit tak daleko. Často bezděky komentujeme jednání, názory a postoje druhých, aniž bychom o tom hlouběji přemýšleli. Máme to tak naučené, prostě vypálíme – a je nám jedno, co naše slova způsobila.

Často to dokonce ani nevíme. Podobně jako v moderní válce voják vypálí a často ani neví, zda někoho zasáhl, nebo ne. Zvláště na sociálních sítích je to nebezpečné. Je dokázáno, že třeba šikana je daleko snazší na Facebooku než v reálném životě. V běžném životě bychom totiž vnímali (i třeba jen podvědomě) citovou reakci druhého člověka a nějaké

věci bychom si prostě netroufli, protože bychom vycítili, že druhého už příliš zraňujeme. Na internetu však nic z toho nevnímáme. V diskusi jsme potom tedy mnohem nelitostnější a tvrdší. Proto sociální sítě lidí tak radikalizují – je to daleko větší „psycho“ s někým debatovat online než tvář v tvář. Vpálíme lidem věci, které bychom jinak v životě neřekli. A zároveň bychom v reálném životě daleko lépe chápali, co druhý říká: vnímali bychom intonaci, tón hlasu, postoje, tedy věci, které tvoří až 80 % komunikace.



Nevím, jestli jste zažili, že i váš kamarád (nebo ten, kterého jste za něj považovali) dá na Facebooku „lajk“ něčemu, co vás osobně zraňuje. Například se s někým online o něco přete v komentářích a někteří kamarádi soustavně lajkují věty, které jsou zcela jasně namířeny proti vám. Představte si, že bychom třeba o přestávce ve škole s někým diskutovali a ostatní by po větách druhého člověka hlasitě volali „bravo“, „dobře jsi mu to řekl“, „jen mu dej!“. Co bychom si o nich pomysleli?

## SLOVA A PŮST

A jak to celé souvisí s půstem? Nevím už, kdo to řekl, ale ten někdo řekl zajímavou větu: „Není pochyb o tom, že nejtěžší půst je půst od mluvení.“ Napadlo mě proto se tuto postní dobu zaměřit tímto směrem. Nezraňuji má slova někoho? Moje lajky, komentáře, postoje? V jedné křesťanské komunitě, jejímž jsem byl kdysi členem, platila krásná zásada: pokud něco sdílíme, zásadně nereagujeme na to, co říká ten druhý. Nijak to nehodnotíme, nerozmlouváme mu to, právě proto, aby se cítil svobodně a bezpečně a dokázal se druhým otevřít. Věřte, že na sebemenší náznak nepřijetí lidé reagují tím, že si příště dají pozor a nikdy se vám už neotevřou.

Někdy samozřejmě potřeba mluvit je – pokud například někdo dělá něco objektivně zlého, asi bych s ním o tom mluvit měl: Ježíš ale říká, že to máme učinit mezi čtyřma očima (kolik z nás to dělá?). Třeba u toho můžeme i něco dobrého pojist nebo popít, vždyť nejde o to druhého zadupat do země, ale konstruktivně ho na něco upozornit. K půstu by ale mohlo patřit i to, že budu rozlišovat, kdy mluvit mám a kdy nemám.

Dalším půstem od mluvení by mohlo být zakázat si mluvit o druhých. Otec jednoho známého kněze měl prý zásadu, že kdykoli před ním někdo mluvil o někom, kdo v místnosti není, rázně prohlásil: „O druhých se nemluví!“ a hovor utnul. Otázka je, zda to na nás dnes už není příliš radikální. Jiná hezká zásada ale je říkat o druhém jen to, co bys mu byl schopen sám říct s láskou do očí.



Pokud bys mu to do očí sám neřekl (a už vůbec ne s láskou), neříkej to vůbec.

Někdy jsme ale něčeho, co druhý udělal nebo řekl, tak plní, že prostě mlčet nedokážeme. Musí to ven, jinak snad praskneme. To je pochopitelné, protože svých emocí se nikdy nezbavíme. Dobrým řešením by mohlo být promluvit o tom jen s jedním dvěma opravdu blízkými lidmi. Tam se vypovídat, využívat, vynadávat, ale zároveň druhé poprosit, ať si vše nechají pro sebe. Aby se to u nich zastavilo a nešířilo to dál. Protože jak známo, říkat o druhých jen tak zůhdarma špatné věci je tzv. hřích „nactiutrhání“ – někomu utrhávám čest, vlastně mu kradu dobrou pověst, na kterou má právo (právo na dobré jméno a pověst je dokonce zakotveno i v naší ústavě). Kdykoli mě tedy svrbí jazyk, abych o někom nepřítomném něco špatného řekl, mohu se vždy sám sebe zeptat: nechovám se v daném okamžiku protiústavně? Nemusíme to hned duchovňovat, ono to vlastně plyne už jen ze zdravého rozumu.

Pokud bys mu to do očí sám neřekl (a už vůbec ne s láskou), neříkej to vůbec. Někdy jsme ale něčeho, co druhý udělal nebo řekl, tak plní, že prostě mlčet nedokážeme. Musí to ven, jinak snad praskneme. To je pochopitelné, protože svých emocí se nikdy nezbavíme. Dobrým řešením by mohlo být promluvit o tom jen s jedním dvěma opravdu blízkými lidmi. Tam se vypovídat, využívat, vynadávat, ale zároveň druhé poprosit, ať si vše nechají pro sebe. Aby se to u nich zastavilo a nešířilo to dál. Protože jak známo, říkat o druhých jen tak zůhdarma špatné věci je tzv. hřích „nactiutrhání“ – někomu utrhávám čest, vlastně mu kradu dobrou pověst, na kterou má právo (právo na dobré jméno a pověst je dokonce zakotveno i v naší ústavě). Kdykoli mě tedy svrbí jazyk, abych o někom nepřítomném něco špatného řekl, mohu se vždy sám sebe zeptat: nechovám se v daném okamžiku protiústavně? Nemusíme to hned duchovňovat, ono to vlastně plyne už jen ze zdravého rozumu.

## PRÁZDNÁ SLOVNÍ SLÁMA

Tomáš Akvinský, kterého jsem zmínil v úvodu, má na seznamu lehkých hříchů ještě druhý: „prázdná slova“. Něco podobného říká i Ježíš: Z každého planého slova jednou bude člověk skládat před Bohem účty. Nepředstavuji si to úplně, že za každé nicotné tlachání člověk ponese odpovědnost. Ježíš to říká v kontextu, že slova člověka navenek odrážejí, co se děje uvnitř v jeho srdci. Ale ani bych to zase nesnižoval. Další zásada by tedy mohla být: Přispívají má slova k něčemu dobrému (to může být samozřejmě i společná legrace, spopolitost, utužení party), nebo jimi působím něco špatného? Jaký mají (a hlavně budou mít!) má slova účinek (který už nevrátím)? Jedno přísloví říká: Jsi pánem slov dosud nevyřčených, ale otrokem těch, která jsi už vyslovil.

Někdy také člověk žvaní a žvaní, i když vlastně nic co říct není. Možná se bojíme ticha, a tak ho zaháníme prázdnými slovy. Mohli bychom tedy ještě přidat: Pokud je mlčení v danou chvíli fajn, nezahánějme ho hned zbytečně jen proto, abychom nemlčeli. Osobně mi třeba velmi vadí, když kněz

po přijímání nebo po kázání hned začne něco říkat (v misále je totiž ticho dokonce v tu chvíli předepsáno!). Jako bychom měli úzkost z každého delšího „prostoje“, kdy se jakoby „nic“ neděje.

Na závěr bych dodal: Jak o tom přemýšlím, takovýto půst je opravdu velmi těžký. Oč



snazší by bylo odřeknout si čokoládu nebo řízek! Jen mi neberte můj výmluvný a pohotový jazyk! Sám jako extrovert vím, že je přirozené mluvit. Určitě však nemám na mysli přelepit si ústa páskou a hrát si na kartuzi-

ánského mnicha (ti mají mluvení zakázáno). Chci jen říct, že bych neměl říkat vše, co mě napadne, co mi slina na jazyk přinese, ale naopak se zamyslet, k čemu má slova pravděpodobně povedou. Těžké to však je proto, že mluvit je tak strašně lehké. Tím spíš ale bychom měli nést za svá slova odpovědnost. Jedna šéfová jednou svému podřízenému řekla: „Vy byste měl mít na svůj jazyk zbrojní pas!“ Není to hezká myšlenka, že bychom směli mluvit až tehdy, když prokážeme, že se svým jazykem umíme správně zacházet, umíme jím správně cílit a zároveň vědět, jak nebezpečnou zbraň v ústech máme?

Kdybychom statisticky spočítali, kolik zla bylo procentuálně vyvoláno nevhodnými či špatnými slovy, obávám se, že by to číslo bylo ohromně vysoké. Slova dokážou znepřátelit, znechutit, ale bohužel i zabít. Stejně tak ale dokážou sblížit, rozesmát a do slova a do písmene život zachránit.

## MLČENLIVÝ POUSTEVNÍK: ODBORNÍK NA MLUVENÍ

Svatý Šarbel Machlúf, libanonský poustevník, který toho za svůj život opravdu přiložil nenamulvil (ale možná právě proto znal cenu slov), to celé už dávno nádherně vystihl: „Slovo je tělem, nikoliv hlasem poletujícím na nebesích. Než slovo vyřknete, svažte ho svým rozumem, vytesejte si ho do duše, znovu si ho předčítejte ve svém srdci a z úst ho vypouštějte, jako byste umísťovali kámen na jeho správné místo do základů. Pokud vaše slovo nepřispívá ke stavbě, vzdajte se ho. Nemluvte, dokud se neukáže, že vaše řeč je hlubší a výmluvnější než vaše mlčení. Nedovolte, aby vám vaše promluvy o širém moři zabránily na něj vyplout.“

A abych šel příkladem a nešířil prázdná slova, svůj článek zde ukončím. Přeji nám všem zdařilou postní dobu a běda tomu, v kom toto zamýšlení vzbudilo nevhodný smích!

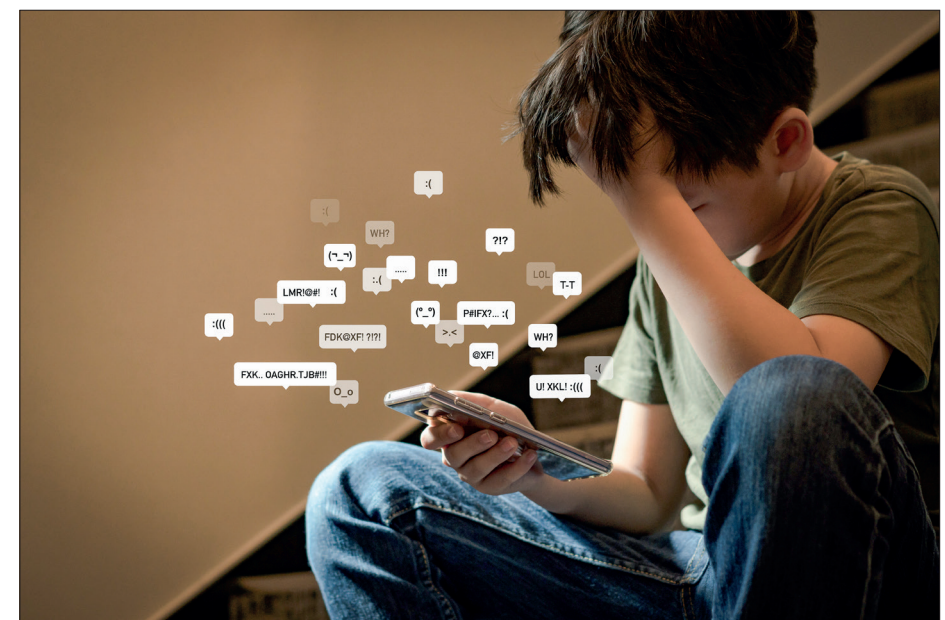


Foto: Nomad\_Soul, freshidea, asiandelight, motortion, myboys.me - Adobe stock