

gary **ch**apman



H N E V

Gary Chapman

HNEV

Biblické citáty, ak nie je uvedené v texte inak, sú prevzaté z Biblia:
Slovenský ekumenický preklad. Banská Bystrica: Slovenská
biblická spoločnosť, 2012.

KAT – katolícky preklad, SSV

ROH – Roháčkov preklad

Všetky preklady sú prevzaté z www.biblia.sk

This book was first published in the United States by Moody
Publishers, 820 N. LaSalle Blvd., Chicago, IL 60610 with the title
Anger, copyright © 1999, 2007, 2015 by Gary D. Chapman.
Translated by permission. All rights reserved.

Všetky práva slovenského prekladu vyhradené.

Preklad © Kamila Dudášová

Obálka a sadzba: Karol Prudil - karolprudil.sk

ekniha : Radovan Rumanovič

Vydala Porta libri Bratislava v roku 2020 ako svoju 159.
publikáciu.

Z anglického originálu Anger preložila Kamila Dudášová.

Jazyková úprava: Jana Lučeničová

Žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováná, uložená do
informačných systémov ani inak rozširovaná (elektronicky alebo
mechanicky) bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

Porta libri
Legionárska 4
81107 Bratislava

tel.: 02 – 55 64 08 68

ISBN 978-80-8156-182-5

porta@porta.sk

www.porta.sk



NÁŠ ROZHNEVANÝ SVET

Hnev je všade okolo nás. Manželia sa hnevajú jeden na druhého. Zamestnanci sú nahnevaní na šéfov. Tínedžeri sa hnevajú na rodičov (a naopak). Občania vyjadrujú svoj hnev na vládu. V televíznych správach bežne vidíme zábery nahnevaných demonštrantov, hlasno prejavujúcich svoje rozhorčenie. Skúste niekedy stráviť čas na letisku, keď pre zlé počasie došlo k zrušeniu letov, a môžete sledovať hnev v priamom prenose.

Mnohí z nás sa hneváme sami na seba. Niekedy pociťujeme hnev a napomíname sa, že „toto by sme nemali cítiť“. Alebo pri pohľade na deti, ktoré svoj hnev prejavujú nevyberavým spôsobom, premýšľame, ako ich naučiť ovládať sa.

Je zrejmé, že väčšina z nás má s hnevom problémy. Kresťania navyše pri tejto mocnej a zložitej emócii často zakúšajú zmätok. Existuje vôbec prijateľný spôsob vyjadrenia hnevu pre tých, čo nasledujú Krista? Čo hovorí Biblia? Môže byť hnev *dobrý*?

Ak sa v snahe nájsť odpovede na tieto otázky obrátite na internet a zadáte do vyhľadávača heslo „hnev“, zaplaví vás množstvo informácií. Väčšina z toho, čo bolo na túto tému napísané, však neodpovedá na dve zásadné otázky: Aký je *pôvod* hnevu a aký je jeho *zmysel*? Prečo muži a ženy zažívajú hnev? Aby sme mohli porozumieť zmyslu hnevu, musíme pochopiť, odkiaľ sa berie. A až keď budeme rozumieť, aký má hnev zmysel, môžeme sa naučiť spracovať ho konštruktívnym spôsobom.

Tých niekoľko kníh a článkov, ktoré sa zaoberajú pôvodom hnevu, ho zväčša vníma ako techniku prežitia, ktorá sa objavila v raných štádiách evolučného vývoja. Hnev je nástrojom „prírody“, ktorý

umožňuje ľuďom zareagovať v prípade ohrozenia. Ako vyštudovaný antropológ považujem tento pohľad za žalostne nepostačujúci. Takýto naturalistický výklad ignoruje kresťanský pohľad na svet; no ak by sme ho aj prijali, nedokáže uspokojivo vysvetliť psychologické aspekty hnevu.

Veľa neistoty medzi kresťanmi plynie z nesprávneho pochopenia pôvodu hnevu. Kresťanská literatúra sa tradične zameriava skôr na ovládnutie hnevu bez primeraného pochopenia toho, ako hnev vzniká. Som však presvedčený, že ak by sme jasnejšie chápali pôvod hnevu, boli by sme v našom úsilí ovládnuť hnev omnoho úspešnejší.

Odkiaľ sa teda berie hnev? Aký je jeho pôvod? Odpoveď, ktorá vás možno prekvapí, nájdete v prvej kapitole. Od nej sa spoločne prepracujeme k zmyslu hnevu, ktorý je predmetom druhej kapitoly.

Už roky poskytujem poradenstvo párom a rodinám. So stovkami rodín sme riešili množstvo rodinných problémov a takmer vždy sa ukázalo, že súčasťou ich problémov sú aj ťažkosti so spracovaním hnevu. Keď sú dospelí schopní zaobchádzať so svojim hnevom zdravým, pozitívnym spôsobom, vytvárajú bezpečný priestor pre svoju rodinu a navyše učia pracovať s hnevom aj svoje deti. Nemenej dôležité je, že dokážu vytvárať plodné pracovné prostredie a efektívne komunikovať so svojimi spolupracovníkmi. Keď sa však dospelí *nenaučia* svoj hnev ovládať, obvykle zažívajú v manželstve i v rodine napätie, ktoré sa môže rozšíriť aj na pracovisko či do ďalších vzťahov.

Dospelí sa najčastejšie začínajú učiť zvládať svoj hnev v pracovni poradcu. Bohužiaľ, obvykle sa na to podujmú až vtedy, keď sa im hnev natoľko vymkne spod kontroly, že sa dostanú do vážnych problémov. Tisíce ďalších ľudí, hoci zažívajú vážne problémy, poradenstvo nevyhľadajú vôbec.

Možno pre vás nie je riešením poradenstvo – nemáte dost' času či peňazí, prípadne vám bránia vaše obavy. Som presvedčený, že ak by dospeli mali potrebné informácie, veľkú časť toho, čo sa naučia v priebehu poradenstva, by zvládli aj sami doma. V tejto knihe sa preto snažím zrozumiteľným spôsobom predstaviť užitočné poznatky a techniky zvládania hnevu, ktoré sa osvedčili stovkám párov i jednotlivcom. Mená ľudí, ktorých spomínam, sú zmenené, uvedené situácie a rozhovory sú však reálne. Môže sa preto stať, že pri ich čítaní zachytíte ozvenu vlastných problémov a reakcií. Všetci sa môžeme veľa poďakovať, ako svoj hnev zvládnuť lepšie.

Ak vy sami alebo niekto z vašich blízkych zápasíte s hnevom, pevne dúfam, že táto kniha vám pomôže získať nový – a pritom kresťanský – pohľad na vec. Zároveň získate aj porozumenie, odkiaľ sa hnev berie, a návod, ako naň reagovať. Navyše dúfam, že táto kniha poslúži ako vhodný podklad na skupinové diskusie a workshopy na tému hnevu. Na stránke www.5lovelanguages.com nájdete sprievodné materiály, ktoré vám pripomenú kľúčové myšlienky a pomôžu vám ich aplikovať v živote. Som presvedčený, že o hneve sa toho dá veľa naučiť nielen v poradenských miestnostiach, ale aj v iných prostrediach prajných učeníu, ako sú malé skupinky, nedeľné školy či workshopy a semináre. Dokonca si dovoľím tvrdiť, že ak máme zvrátiť epidémiu slovnej a fyzickej hrubosti, takej príznačnej pre našu generáciu, musíme o hneve učiť všade, kde sa to len dá.

Keď svoj hnev odovzdáme Kristovej vláde – keď sa necháme poučiť svätým Bohom o pôvode hnevu a o jeho zmysle –, potom môžeme uzdraviť naše vzťahy. A čo je ešte dôležitejšie, môžeme naplniť plány, ktoré s nami má Boh.

Gary Chapman

KAPITOLA 1

ODKIAL' SA BERIE HNEV?

Možno sa dokážete stotožniť s Brooke.

Brooke má doma dvoch predškolákov a za manžela Glenu, nádejného advokáta, ktorého miluje. V manželstve žijú osem rokov. Brooke je certifikovaná audítorka, svoju kariéru však zavesila na klinec do času, kým deti nenastúpia do školy.

„Myslím, že som urobila chybu,“ povedala mi. „Nemyslím si, že som stvorená pre materstvo. Vždy som chcela mať deti. Teraz ich mám, ale nepáči sa mi, ako s nimi zaobchádzam. A nepáči sa mi ani to, ako sa ony správajú ku mne. Kým som nemala deti, ani si nespomínam, že by som sa niekedy rozčúlila alebo stratila nervy. Vždy som sa považovala za človeka, ktorý svoje emócie dokáže kontrolovať. Musím však priznať, že pri deťoch sa mi to často nedarí. V takých chvíľach sa nenávidím.“

„Čo robíte, keď pri deťoch stratíte nervy?“ opýtal som sa.

„Rôzne veci,“ povedala. „Niekedy na ne kričím. Niekedy ich ozaj silno udriem. Minule som Ginger schmatla a zatriasla ňou. To ma fakt vydesilo. Len deň predtým v televízii dávali reportáž o matke, ktorá triasla svojou dcérou a tá na následky zomrela. Nechcem svojim deťom ubližovať. Lúbim ich, ale jednoducho strácam kontrolu. Najradšej by som bola, keby sa o deti staral Glen a ja by som si načas mohla vydýchnuť. Ale on má také stresy v práci, že starať sa o deti je preňho nepredstaviteľné. Možno by som si k nim mala niekoho nájsť a vrátiť sa do práce.“

Keď som sa s Brooke rozprával ďalej, zistil som, že ju nerozčuľuje len správanie detí, ale tiež Glen, pretože jej dosť málo pomáha. Hnevá sa tiež sama na seba za to, že sa rozhodla byť mamou na plný úväzok,

a v konečnom dôsledku bola nahnevaná aj na Boha, že dopustil, že sa stala matkou. „Mal predsa vedieť, že to nezvládnem,“ povedala.

V tomto bode už Brooke plakala. Ak mám byť úprimný, tiež mi bolo do plaču, keď som si spomenul na stovky matiek, ktoré za tie roky prešli mojou pracovňou: matky plné pocitov viny, osamelosti, nelásky k svojim deťom aj k sebe samým.

Ďalej tu je Rich, ktorý do mojej pracovne vstúpil prvotriedne oblečený, no bez topánky na pravej nohe. Dôvod mi zanedlho objasnil.

„Potrebujem pomoc,“ začal. „Už dosť dlho mi je jasné, že svoj hnev veľmi nezvládam, ale v sobotu pohár pretiekol. Pätnásť minút som sa snažil naštartovať kosačku. Skontroloval som naftu aj olej, vymenil som sviečku, ale za nič na svete nechcela naskočiť. Nakoniec ma tá mašina tak vytočila, že som do nej kopol. Zlomil som si dva prsty, tretí mám porezaný. Sedel som s tou bolesťou na schodoch a nadával som si, aké je to celé hlúpe.“

Cítim sa strašne trápne. Nemôžem predsa priznať, čo sa stalo, tak všetkým hovorím len to, že som mal nehodu s kosačkou.“

Rich pokračoval v rozprávaní ďalej: „Nebolo to prvý raz, čo som stratil nervy. V minulosti som svojej žene a deťom povedal veľmi škaredé veci. Nikdy nedošlo k tomu, že by som im fyzicky ublížil, ale nebol som od toho ďaleko.“

Počas rozhovoru som sa dozvedel, že Rich je vzdelaný človek. Absolvoval vysokú školu, je ženatý, má dve deti, dobre platené zamestnanie a krásny dom na predmestí. Aktívne sa zapája do života cirkvi a susedia ho považujú za úctyhodného človeka. Napriek tomu všetkému má sklón vybuchnúť a vyvrátiť sa na druhých.

V Richovi sa spoznajú tisíce mužov. Bohužiaľ, len nemnohí prejavia rovnakú úprimnosť a ešte menej ich je ochotných vyhľadať pomoc.

Rich so zlomenými prstami a Brooke so svojím zlomeným srdcom nečelia rovnakým problémom. Spája ich však ľudská skúsenosť s intenzívnym hnevom a vlastná neschopnosť zvládnuť ho. Obaja vedia, že hnev ich vedie k neprijateľnému správaniu, ani jeden si s tým však nevie poradiť. Pre svoje deštruktívne reakcie trpia fyzicky aj emocionálne – a ich milovaní trpia tiež.

ČO SA DEJE, KEĎ SA HNEVÁME?

Hnev zažívajú ľudia bez ohľadu na vek či spoločenské postavenie. Brian, vysokoškolák, sa hnevá na učiteľku, ktorá mu zapísala nedostatočnú. Liz, Brianova učiteľka, sa hnevá na svojho bývalého partnera, pretože neposiela načas výživné. Maria, osemdesiatpäťročná babička, sa hnevá na svojho najstaršieho syna, ktorý ju len zriedka navštevuje; jej syn Alex sa hnevá len tak všeobecne, pretože si nedokáže nájsť prácu a cíti sa spoločnosťou opomenutý. Marvin, pastor, sa hnevá na vedúcich cirkevného zboru, ktorí vždy šmahom ruky zavrhnú jeho najlepšie nápady. Bethany má len tri roky, no hnevá sa na mamu, pretože jej vzala jej obľúbenú hračku.

Čo však máme na mysli, keď sa povie hnev? Slovník definuje *hnev* ako „silnú vášeň alebo pocit nevôle vyvolaný pocitom ujmy alebo urážky, často sprevádzaný odporom“.¹ Hoci o hneve bežne premýšľame ako o emócii, v skutočnosti je to zhluk pocitov, ktoré zasahujú telo, myseľ aj vôľu.

Neprebieha to tak, že by sme si sadli a povedali si: „Myslím, že teraz sa ma zmocní hnev.“ Hnev je *reakciou* na určitú udalosť alebo situáciu v živote, ktorá v nás vyvolá podráždenie, frustráciu, bolesť či iný prejav nevôle. Existujú tisíce udalostí a situácií, ktoré majú potenciál vzbudiť náš hnev. Postaršia príbuzná vysloví netaktnú poznámku o váhe vášho

dieťaťa. Šofér na diaľnici sa na vás príliš tlačí. Priateľ na Facebooku neustále vypisuje komentáre k politickej situácii. V detstve sa na vás otec stále kvôli niečomu hneval a teraz máte sami ťažkosti ovládať svoj hnev.

Hnev je sýtený pocitmi rozčarovania, ublíženia, odmietnutia a zahanbenia. Popudzuje nás proti určitej osobe, miestu či veci, ktoré v nás tieto pocity spúšťajú. Hnev je opakom pocitu lásky. Láska nás vedie smerom k druhému; hnev nás stavia proti nemu.

Hneď od začiatku je však zaangažovaná aj myseľ, ako to objasnia nasledujúce príklady. Becky požiada svojho manžela Tima, aby pokosil trávnik, kým bude s deťmi nakupovať. Keď sa o štyri hodiny neskôr vráti a trávnik je v rovnako žalostnom stave, môže si pomyslieť: *Ak by mu na mne záležalo, trávnik by pokosil. Vie, ako mi na tom záleží. Nežiadam predsa tak veľa. Čo robil miesto toho? Len to, čo sa mu hodilo! Egoista!* Ale Tim by v duchu reagoval takto: *Nevidí, čo všetko som spravil? Opravil som podlahu, vyniesol smeti a vyvenčil psa. Čo ešte chce?!*

Na inom mieste sedí Ken u šéfa v pracovni a cíti, ako to v ňom začína vriieť. Šéf ho informuje, že jeho výsledky za posledný kvartál poklesli, a ak sa mu nepodarí zvýšiť produkciu, môže sa stať, že firma ho prepustí. *Istotne je to preto, že mám už vyše päťdesiat*, hovorí si Ken. *Chcú sa zbaviť všetkých starých. Šéf má koľko, tridsaťpäť? Čo ten môže vedieť?!*

Becky, Tim aj Ken zažívajú silné negatívne pocity - vo svojich hlavách. To však nie je všetko. Na prežívaní hnevu má svoj podiel aj telo. Vegetatívny nervový systém automaticky začne vylučovať adrenalín. V závislosti od úrovne hnevu môže dôjsť k spusteniu jednej alebo viacerých reakcií organizmu. Nadobličky vylučujú dva hormóny:

epinefrín (adrenalín) a norepinefrín (noradrenalín). Tieto dve látky navodzujú stav nabudenia, napätia, vzrušenia a silného pocitu hnevu. Zároveň ovplyvňujú tep, krvný tlak, funkciu pľúc a činnosť zažívacieho traktu.² Takže kým Ken sedí a počúva šéfa, pociťuje, ako ho zalieva červeň, krúti sa mu žalúdok a zovierajú sa mu päste. Presne tieto fyziologické zmeny dávajú ľuďom pocit, že hnev ich natoľko zmáha, že ho nedokážu ovládnuť.

V konečnom štádiu hnev pretečie a prejaví sa konaním: Brooke trasie svojou malou dcérou, Bethany chytí záchvat, Rich kope do kosačky a Ken sa vráti do svojej kancelárie a v zúrivosti sa pustí do písania emailu.

Nedokážeme kontrolovať, ako na hnev reaguje naše telo; svoje duševné a fyzické reakcie však ovládať *môžeme*. Budeme sa tomu venovať v ďalších kapitolách.

PREČO PRICHÁDZA HNEV?

Najskôr však zamerajme pohľad na pôvod hnevu: odkiaľ sa vlastne berie a prečo ho zažívame?

Som presvedčený, že ľudská schopnosť prežívať hnev má pôvod v Božej prirodzenosti. Prosím, nemyslite si, že som voči Bohu neúctivý. Opak je pravdou: moje tvrdenie, že hnev človeka má korene v božskej prirodzenosti, vychádza z postoja hlbokej úcty. Navyše netvrdím, že hnev tvorí podstatu Božej povahy. Naznačujem, že hnev vychádza z dvoch aspektov Božej prirodzenosti: z jeho svätosti a z jeho lásky.

Písmo vyhlasuje, že Boh je svätý (pozri napríklad 1. Petrov 1:16; Levitikus 11:44-45). Slovo *svätý* znamená „oddelený od hriechu“. Či hovoríme o Bohu Otcovi, Bohu Synovi alebo Bohu Duchu Svätom, v Božej prirodzenosti nieto hriechu. Autor listu Hebrejom povedal

o Ježišovi, že „vo všetkom prešiel skúškami podobne ako my, avšak bez hriechu“. (Hebrejom 4:15)

Druhá základná charakteristika Božej prirodzenosti je láska. Apoštol Ján zhrnul všetko učenie Písma v jednoduchej vete: „Boh je láska.“ (1 Jánov 4:8, kurzíva autor) Nemožno povedať, že láska rovná sa Boh; skôr platí, že Boh je vo svojej najvlastnejšej prirodzenosti milujúci. Toto nie je len novozákonné chápanie Boha. Písmo nám od prvej po poslednú kapitolu odhaľuje obraz Boha, ktorému leží na srdci blaho všetkých jeho stvorení. Božou prirodzenosťou je milovať.

Z týchto dvoch základných Božích vlastností je odvodený aj hnev. Uvedomte si, že nikde v Písme nie je napísané: „Boh je hnev.“ Toto tvrdenie nie je pravdivé. Hnev nie je hlavnou súčasťou Božej povahy. Biblia však často naznačuje, že Boh *zažíva* hnev. Slovo *hnev* nachádzame v Starom zákone 455 ráz; na 375 miestach sa pritom spája s Božím hnevom. Žalmista dokonca napísal: „Boh sa hnevá na bezbožného každý deň.“ (Žalm 7:12, ROH)

Boží hnev sa neobmedzuje výlučne na starozákonné obdobie. Pri čítaní o Ježišovom živote nájdete veľa situácií, keď prejavil svoj hnev (pozri napríklad Marek 3:1–5; Ján 2:13–17). *Pretože* Boh je svätý a *pretože* je láska, nevyhnutne zakúša hnev. Jeho láska usiluje len o dobro jeho stvorení. Jeho svätosť nemenne stojí proti hriechu. Všetky Božie morálne zákony sú založené na jeho svätosti a láske; to znamená, že sú vždy v súlade s tým, čo je správne, a vždy sa zameriavajú na dobro jeho stvorení.

Boh túži po tom, aby ľudia robili, čo je správne, a tešili sa z úžitku, ktorý z toho plynie. Izraelitom povedal: „Pozri, dnes som ti predložil život a dobro, smrť a zlo. Keď ti dnes prikazujem, aby si miloval Hospodina, svojho Boha, aby si chodil po jeho cestách a zachovával

jeho príkazy, ustanovenia a právne predpisy, potom budeš žiť a rozmnožíš sa. Hospodin, tvoj Boh, ťa bude požehnávať v krajine, ktorú ideš obsadiť.“ (Deuteronómium 30:15-16)

Boh si je vedomý škodlivých účinkov ľudského hriechu a to je dôvod, prečo sa v ňom prebúdza hnev. Vzniká ako prejav toho, že mu záleží na práve a spravodlivosti (oboje pramenia z jeho svätosti a lásky). Preto keď Boh vidí zlo, hnev je jeho logickou reakciou na nepravosť a nespravodlivosť.

„TO NIE JE SPRÁVNE“

Čo má všetko toto spoločné s ľudským hnevom? Písmo hovorí, že sme stvorení „na Boží obraz“. (Exodus 1:27) Hoci vďaka pádu je tento obraz deformovaný, nie je úplne zmazaný. Ľudia si stále hlboko v duši nesú odtlačok Božieho obrazu. Preto aj po páde v nás zostáva určitá túžba po práve a spravodlivosti. Vyhládajte najväčšieho pohana, akého poznáte, a týždeň ho sledujte. Z jeho úst budete počuť vety typu: „To nie je správne. Nemal jej to spraviť. Zachovala sa k nemu škaredo.“ Ukradnite mu auto a sledujte, či prejaví svoj hnev. Očiernite jeho dcéru, manželku či priateľku a zrazu zistíte, že je z neho extrémne morálna bytosť, ktorá odsudzuje nesprávne činy druhých.

Načúvajte dieťaťu, ktoré sa ešte len učí spájať slová, a zakrátko budete počuť vetu: „Mami, to nie je fér!“ Odkiaľ sa v dieťati berie schopnosť morálneho úsudku? Myslím, že je hlboko vtlačená do jeho prirodzenosti. Isteže, vplyv má aj rodičovská výchova, no dieťa veľmi dobre vie, kedy sa mu udialo príkorie, a suverénne to dá najavo.

Hnev je teda emócia, ktorá sa prebudí v situáciách, keď sme zažili niečo, čo považujeme za nesprávne. Keď sa stretneme s nespravodlivosťou, do popredia sa v nás dostávajú prejavy hnevu na

úrovni pocitov, telesných reakcií aj myšlienok.

Prečo sa žena hnevá na svojho manžela? Pretože v jej predstavách ju sklamal, zahanbil, ponížil alebo odmietol, jedným slovom „ukrivdil“ jej. Prečo sa tínedžeri zlostia na svojich rodičov? Pretože to vnímajú tak, že rodičia neboli féroví, milujúci, láskaví – že im skrátka ukrivdili. Prečo dospelý chlap kopne do kosačky? Pretože kosačka „nefunguje tak, ako má“. Kosačka alebo jej výrobca mu zapríčinili príkorie. Prečo šoféri zvyknú trúbiť, keď naskočí zelená? Pretože, ako by dôvodili, ten človek pred nimi „mal sledovať semafor namiesto mobilu a *mal* vyštartovať o dve sekundy skôr“.

Skúste si vybaviť situáciu z nedávnej minulosti, keď ste zažili hnev, a položte si otázku: Čo ma nahnevalo? Je pravdepodobné, že odpoveď bude zahŕňať nejakú formu krivdy. Nieкто alebo niečo sa k vám zachoval neférovो. Niečo nebolo tak, ako má byť. Mohli ste sa hnevať na osobu, vec, situáciu, seba samých alebo na Boha, ale v každom prípade nieкто alebo niečo sa nezachoval správne. Nerozoberáme teraz to, či je vaše vnímanie objektívne alebo nie. O tom budeme hovoriť v ďalších kapitolách. Formulujeme tu tvrdenie, že hnev vychádza zo subjektívneho vnímania, že došlo k niečomu nesprávnemu. A toto naše morálne vnímanie (niečo je správne a niečo je nesprávne) má svoj pôvod v skutočnosti, že sme stvorení na obraz Boha, ktorý je svätý a ktorý ustanovil morálny zákon pre dobro svojich stvorení.

Hnev nie je zlý. Hnev nie je hriešny. Hnev nie je súčasťou našej padlej prirodzenosti. Hnev neznamená, že v našom živote pôsobí diabol. Práve naopak: hnev je dôkazom, že sme stvorení na obraz Boží. Je dôkazom toho, že aj v našom stave po páde nám stále záleží na práve a spravodlivosti. Schopnosť hnevu je silným dôkazom toho, že sme viac než len živočíchy. Odhaľuje našu túžbu po spravodlivosti,

spravodlivosti a férovosti. Skúsenosť hnevu je dôkazom našej ušľachtilosti, nie mravnej skazenosti.

Mali by sme ďakovať Bohu za našu schopnosť prežívať hnev. Človek, ktorý prestáva zakúšať hnev, stratil zmysel pre morálku. Bez morálneho usudzovania by sa svet stal vskutku desivým miestom. To nás privádza k druhej dôležitej otázke: Aký je zmysel hnevu? Alebo presnejšie: Aký je zmysel ľudského hnevu v *Božom* chápaní?

KAPITOLA 2

KEDY

JE HNEV PROSPEŠNÝ

Keď sa práve hádame s manželom či manželkou alebo šomreme na pomalý internet, otázka o Božom účele hnevu môže vyznievať veľmi teoreticky. Skôr nám napadne, že náš hnev Boha zarmucuje.

Ja však verím, že *hnev nám dal Boh na to, aby nás pobádal konštruktívne reagovať* v situáciách, keď sme svedkami zla a nespravodlivosti.

Tomuto Božiemu chápaniu veľmi nerozumieme, pretože hnev sa nás obvykle zmocní v situáciách, keď veci nejdú podľa našich predstáv – napríklad keď potrebujeme poslať životopis a webová stránka nie a nie sa načítať. Neskôr budeme hovoriť o oprávnenom a neoprávnenom hneve, no teraz sa chceme vrátiť k zásadnej otázke: Aký je zmysel hnevu z Božieho pohľadu? Odpoveď znie: Poslaním hnevu je motivovať nás, aby sme reagovali na nespravodlivosť konštruktívnym spôsobom. Verím, že príkladom je nám v tom sám Boh.

PRE NAŠE DOBRO: BOŽIA ODPOVEĎ NA HNEV

Biblia načrtáva jasný vzťah medzi Božím hnevom a Božou láskou. V Starom zákone Boh obvykle posielal proroka, aby ľuďom oznámil Božiu nespokojnosť s ich zlým počínaním a volal ich k pokániu. Keď nasledovalo pokánie, Boží hnev pominul a všetko bolo v poriadku. Keď však pokánie neprišlo, Boh pristúpil k ďalším krokom. Príklad vidíme u Jeremiáša, ktorému povedal: „Chod', volaj tieto slová smerom k severu a hovor:

„Vráť sa, izraelská odpadlíčka! znie výrok Hospodina. Veď ja som milostivý, nebudem sa hnevať navždy. Len uznaj svoju vinu. Vráťte sa, odpadlíci, znie výrok Hospodina, lebo ja som váš Pán.“ (Jeremiáš 3:12-14) Izrael opustil pravdu a nasledoval lži. Hnev viedol Boha k tomu, že poslal Jeremiáša, aby volal ľud k pokániu.

Podobne Boh konal, keď poslal Jonáša do Ninive. Obyvatelia Ninive vedeli, aký Boh je a ako koná. Jonáš ich prišiel varovať, že o štyridsať dní bude ich mesto zničené. V Písme sa ďalej píše: „Ninivčania uverili Bohu, vyhlásili pôst a obliekli sa do vrecoviny od najväčšieho až po najmenšieho. Nato kráľ vyhlásil: „Na základe nariadenia kráľa a jeho hodnostárov nech ani ľudia, ani zvieratá, ani dobytok, ani ovce nič neokúsia, nech sa nepasú a nepijú vodu! Nech sa aj ľudia, aj zvieratá oblečú do vrecoviny a nech hlasno volajú k Bohu. Nech sa každý odvráti od svojej zlej cesty a od násilia, ktoré má na rukách. Ktovie? Boh môže zmeniť svoj zámer, aby sa zmiloval a môže sa odvrátiť od svojho páľčivého hnevu, aby sme nezahynuli.“ Ninivčania vedeli, že Boží hnev je vždy poháňaný láskou. Ako je zaznamenané v Písme: „Boh videl ich konanie, že sa odvrátili od svojich zlých ciest. Potom

Boh oľutoval zlo, o ktorom povedal, že ho vykoná nad nimi, a neurobil to.“ (Jonáš 3:5, 7-10)

Boh svoj hnev prejavil konštruktívnym konaním - oznámil páchatelom zla, že všetko zlo bude potrestané. Pre svoju lásku k ľuďom nemohol Boh ponechať nespravodlivosť nepotrestanú. Keď však Ninivčania konali pokánie a odvrátili sa od svojich zlých skutkov, súcit viedol Boha k odpusteniu. Zlo bolo napravené; Boží hnev poslúžil pozitívnemu cieľu.

V súčasnosti niektorí čitatelia Biblie spochybňujú tvrdé Božie súdy nad Izraelom a okolitými národmi. Do obrazu Boha vkladajú svoje vlastné predstavy pomstychtivého a ničivého božstva. Pri bližšom skúmaní však odhaľujeme, že aj keď Boh použil drastické metódy, slúžilo to vždy na konečné dobro ľudí, ktorých stvoril. Boh je svätý, a tak sa nemôže nečinne prizerať, keď jeho deti konajú zlo. Jeho láska pritom vždy hľadá spôsob, ako vyjadriť hnev tak, aby to bolo na dobro celého ľudstva.

ČO VYVOLÁVALO JEŽIŠOV HNEV?

Prejdime teraz k Novému zákonu. Pri skúmaní Ježišovho života môžeme vidieť, že aj on na zlo, ktoré vyvolalo jeho hnev, reagoval konštruktívne. Asi najznámejšia príhoda sa odohrala v Jeruzalemskom chráme, kde zbadal kupcov obchodovať s býčkami, baránkami a hrdličkami. Ježiš povedal: „Je napísané: Môj dom sa bude volať domom modlitby. Vy však z neho robíte pelech lotrov!“ (Matúš 21:13) Už aj v minulosti Ježiš káral peňazomencov: „Nerobte tržnicu z domu môjho Otca!“ (Ján 2:16) Apoštol Ján zaznamenal, že Ježiš si uplietol z povrazov bič, povyháňal ich z chrámu a „peňazomencom rozhádzal mince a poprevracal stoly“. (v. 15)