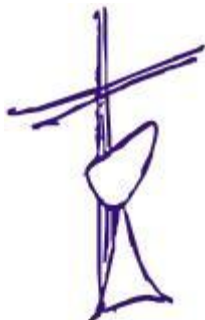


**UČEDNICKÉ PORADENSTVÍ—  
ÚROVEŇ TŘI  
“Pokročilé otázky”  
Podzim 2011**

Dr. Bill Shannon

**Sbor Bratrské jednoty  
baptistů Kroměříž**



**Občanské sdružení  
Didasko**



**DIDASKO**

**Kroměříž  
21.-24. září 2011**

## Obsah

Rozhodování v souladu s Biblií .....	1-7
Strach a úzkost .....	8-14
Biblické vnímání sebe sama.....	15-19
Biblické poradenství hříšně rozlobených lidí .....	20-23
Poradenství lidem v depresi .....	24-35
Biblická ochrana pro zneužívané členy rodiny.....	36-41
Nespavost a chronická únava.....	42-50
Hyperaktivita s poruchou pozornosti (ADHD).....	51-55
Utrpení & zármutek .....	56-64
Sexuální Deviace .....	65-81
Poruchy příjmu potravy .....	82-95
Sborová kázeň.....	96-98
Užívání drog a jiné závislosti.....	99-102

## Rozhodování v souladu s Bibli<sup>1</sup>

### I. Důležitost

- A. Biblické rozhodování v Písmu
  
- B. Biblické rozhodování v našem každodenním životě

### II. Klíčové definice

- A. Boží dekretivní (skrytá) vůle
  - 1. Boží svrchovanost (Žalm 33:1-10, 16:33; Př 21:1; Pláč 3:37; Iz 46:10; Dan 4:35; Sk 2:23, 4:27-28; Řm 9:19-21; Ef 1:11)
  - 2. Boží prozřetelnost
  
- B. Boží preceptivní (zjevená) vůle
  - 1. Není mysticismus
  - 2. Biblické principy (Ezd10:11; Mt 7:21, 12:50; Mk 3:31-33; Řm 2:17-18; J 7:17; 1 Tes 4:3-8, 5:18; Ef. 5:15-17)
  - 3. Moudrost

### III. Předpoklady

- A. Dříve, než učiníme rozhodnutí, nepotřebujeme znát Boží dekretivní (skrytou) vůli a to, jakým způsobem jí Bůh ve své prozřetelnosti dosáhne (Dt 29:29).
- B. Úkolem Ducha Svatého je nás obviňovat, vyučovat a proměňovat – to vše skrze Boží Slovo (J 16:8; 17:17).
- C. Bůh směřuje a vede svůj lid dnes pouze skrze:
  - 1. Prozřetelnost (to víme až poté, co jednáme) – Př 21:1
  - 2. Písmo (můžeme to vědět před tím, než jednáme) – Ž 73:24

---

<sup>1</sup> Sestavil Bill Shannon

- D. Bůh je milostivý Bůh, který nám daroval všechno co potřebujeme k tomu, abychom dělali to, co On chce (2 Pt 1:3).
- E. Bůh nás činí plně zodpovědnými za to, abychom hledali a poslouchali Jeho preceptivní vůli (zjevenou v Božím Slově) v celém našem životě (2 Tm 2:15).
- F. Když učiníme rozhodnutí pouze na základě biblických přikázání a principů, můžeme si být jisti, že Bohu děláme radost. (Ž 119:30; Př 16:9).
- G. Abychom mohli správně vykládat a aplikovat Boží Slovo, musíme tak činit s modlitbou a používat doslovný, historický, kontextuální a gramatický způsob studia Písma (2 Tm 2:15; 2 Pt 1:20).
- H. Nikdo není nikdy mimo Boží deketivní (skrytý) plán (Pláč 3:37-38; Řm 8:28-29).
- I. Každý věřící potřebuje pastýřský dohled a tělo Kristovo, které mu pomáhá zůstat věrným Božím Slovu (Př 18:1-2; Žd 13:17).

“Bible musí být naší normou. Kdykoliv narazíme na otázku související s křesťanským životem, musíme na ni odpovídat podle Bible. Někdy se daným problémem bude Bible zabývat přímo a pak se musíme řídit biblickým vyučováním. Často se ale Bible nebude zabývat naším konkrétním problémem a pak musíme hledat obecné principy, které nás povedou. Není důležité, co si myslí jiní lidé. Jejich chování není naší normou. Ale Bible naší normou je a my musíme žít podle Ní.” (J.C. Ryle, *Walking with God*).

#### IV. Jak správně vykládat Boží zjevenou vůli

Principy:<sup>2</sup>

1. Doslovný princip
2. Historický princip
3. Gramatický princip
4. Princip synteze
5. Praktický princip

#### V. Metody a motivy, na které je třeba dát pozor při biblickém rozhodování:

- A. Nesprávné používání Bible
- B. Osobní rady

---

<sup>2</sup> John MacArthur, *How to Get the Most from God's Word*.

- C. Okolnosti / důsledky
- D. Vytváření podmínek
- E. Otevřené a zavřené dveře
- F. Myšlenky, vnitřní pocity, touhy a dojmy
- G. Hlas, který ke mně mluví
- H. Nesprávné používání modlitby
- I. Vnitřní pokoj
- J. Plány
- K. Znamení
- L. Sny
- M. “Čekání” na Pána
- N. Svědomí
- O. Rozum
- P. Víra
- Q. Půst
- R. “Povolání”
- S. Malá skupinka (“...kde dva neb tři se sejdou...”)

## VI. Biblické principy a doporučená metoda

### A. Nezbytné předpoklady pro biblické rozhodování

1. Mít správný vztah s Kristem (2 K 5:14-21)
2. Usilovat o život, který uctívá Boha (J 4:23-24; 2 K 5:9; Fp 1:21; 3:10-14)
3. Přijmout Boží svrchovanost nade vším (Ž 115:3,8; Ef 1:11; Ef 5:17; Jk 4:13-16; Př 16:9; Řm 8:28-29)

### B. Principy

1. Písmo ovlivňuje každé rozhodnutí, ať tak či onak (např. nasměrování, motivy, chování, atd.)
2. Moudrost
3. Smysluplná svoboda
  - a. Mt 22:37-40
  - b. Fp 2:1-5
  - c. 1 K 6:12; 10:23-24
  - d. Ga 5:13
4. Touha
  - a. Ž 37:4
  - b. Fp 2:12-13
  - c. “Přání” (1 K 7:36, 39; 10:27)

## C. Postup (tyto všechny jsou vzájemně propojeny)

1. Měj stále pokornou, poddanou a na Bohu závislou vůli (Řm. 12:1-2).
2. Stále se modli za moudrost (Jk. 1:5).
3. Shromáždí veškeré konkrétní informace (Př 18:13).
4. Nastuduj všechny přímé příkazy ohledně dané věci v Písmu (2 Tm 2:15).  
Použij biblickou konkordanci, biblický slovník (s obezřetností) a jiné biblické příručky.
5. Nastuduj všechny nepřímé principy/výroky v Písmu týkající se dané věci (2 Tm 2:15).
6. Zvaž smysluplné využití svobody (Ga 5:13; 1 K 8)
  - a. Je na této činnosti něco špatného? Je legální? (1 K 10:23)
  - b. Je výhodná pro mě na úkor někoho jiného? (Řm 15:1-2; 1 K 10:33; Ga 5:13; Fp 2:1-4)
  - c. Je to něco, za co mohu Bohu děkovat? (Řm 14:6; 1 K 10:30; Ko 3:17)
  - d. Je to něco, co oslaví Boha? (1 K 10:31; 2 K 5:9)
  - e. Je to hodno napodobování? (1 K 11:1; Fp 4:9)
  - f. Je to následování Kristova příkladu? (Řm 15:7-8; 1 K 11:1; 1 J 2:6)
  - g. Bude mé rozhodnutí mít vliv na ostatní kolem mne? Pokud ano, tak jaký?
  - h. Je to prospěšné? Podporuje to můj duchovní život?
  - i. Je to věc, která bude mít tendenci mě za nějaký čas ovládat? Bude podněcovat touhu, kterou budu těžko ovládat?
  - j. Je to konstruktivní? „Pokud tuto věc, která je pro mě přípustná budou dělat jiní věřící, povede to k jejich duchovnímu zdraví?” —Jerry Bridges (*The Discipline of Grace*, 213)
7. Ujistí se, že tvoje touhy uctívají Boha (Ž 37:4).
  - a. Co chceš udělat? Přinese to Bohu slávu? (1 K 10:31)
  - b. Je toto příležitost, kdy se moje “tělo” (hříšnost) snaží prosadit? (Ga 5:13)
8. Pokud se stále ještě nemůžeš rozhodnout:
  - a. Řm 14:23; Žd 11:25 (“princip kamene úrazu” = pokud se týká svědomí)
  - b. Shromáždí více informací (začni znovu)

## VII. Studie konkrétních případů z “The Christian Counselor’s Casebook”

- A. #6 str. 12
- B. #18 str. 36
- C. #21 str. 42
- D. #26 str. 52

## VIII. Další zdroje

## A. John MacArthur

1. *Ashamed of the Gospel* (Wheaton: Crossway Books, 1993)
2. *Found: God's Will* (Wheaton: Victor Books, 1978)
3. *Our Sufficiency in Christ* (Dallas: Word Publishing, 1991)
4. *Reckless Faith* (Wheaton: Crossway Books, 1994)

## B. Jay Adams

1. *A Call to Discernment* (Eugene: Harvest House, 1987)
2. *What to do on Thursday* (Hackettstown, NJ: Timeless Texts, 1995)
3. *A Christian's Guide to Guidance* (Woodruff, SC: Timeless Texts, 1998)

C. Gary Friesen, *Decision-Making and the Will of God* (Portland: Multnomah Press, 1980)D. Arthur Johnson, *Faith Misguided: Exposing the Dangers of Mysticism* (Chicago: Moody Press, 1988).E. Jim Petty, *Step by Step: Divine Guidance for Ordinary Christians* (Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 1999).

## Strach a úzkost<sup>3</sup>

### I. Úzkost

A. Biblická obava (1 K 12:25)

B. Hříšná obava (Fp 4:6)

### II. Obava

A. Definice obavy

1. Čím není

a. Obava není patřičná péče a starost, která tě vede ke zodpovědnému chování

(1) 2 K 11:28

(2) Fp 2:20

(3) Ga 4:19

b. Obava není oprávněné plánování —Jk 4:13

2. Čím je

a. Obava je příliš úzkostná starost ohledně budoucnosti a časných věcí —Mt 6:25.

b. Řecké slovo zdůrazňuje jak obava působí a jaké má dopady

(1) Mt 12:25

(2) Mk 6:41

(3) Mk 4:19

B. Kdy se obava stává hříšnou

C. Proč je obava špatná - Mt 6:21–34

1. Je neproduktivní.

2. Je zbytečná.

---

<sup>3</sup> Sestavil Dr. Stuart W. Scott.

3. Je nevhodná.

D. Otázky ke zkoumání srdce:

1. Je něco, co tě momentálně zneklidňuje?
2. Vzpomeň si na 5 posledních případů, kdy ses o něco obával. Vysvětli situaci, které se to týkalo.
3. Jak jsi uvažoval v každé situaci, zmíněné v bodě 2?
4. Jak jsi reagoval na svoje úzkosti? Co jsi dělal, nebo nedělal?
5. Jaké byly důsledky takové hříšné úzkosti (pokud jsi ji měl)?
6. Jakým způsobem jsi nedůvěřoval Bohu?
7. Co jsi od té doby udělal ohledně těch věcí, situací, nebo úzkostí?
8. Jaké věci většinou přidávají na tvých úzkostech?
9. Jakých hříchů máš tendenci se dopouštět kvůli úzkosti? Lžeš? Selháváš v tom, co Bůh chce? Jsi nezodpovědný? Rozhoduješ se nemyslet na ostatní nebo jim neprokazovat lásku?
10. Potřebuješ v příštích několika týdnech sledovat kdy a proč se stáváš úzkostlivým?
11. Jsi si jistý, že jsi zadobře s Bohem, protože jsi v Kristu? Jsi si jistý, že jsi Božím dítětem? Na jakém základě stavíš svoji jistotu?
12. Máš ve svém životě nějaký nevyznaný hřích?

E. Jak se zbavit obavy

1. Špatné způsoby
  - a) Bagatelizovat ji
  - b) Zbožné (nesplnitelné) přání
  - c) Vlastní úsilí
  - d) Manipulace
  - e) Činnost
  - f) Mluvit o tom
  - g) Špatný způsob modlení
2. Jak správně zvládat obavu —Mt 6:33; Fp 4:6–9

- a. Správná radost—vv. 4-5
- b. Správná modlitba—vv.6-7
- c. Správné přemýšlení—v. 8
- d. Správné konání—v. 9

#### F. Možné domácí úkoly:

1. *Trusting God* - Jerry Bridges
2. *Anxiety Attacked* - John MacArthur
3. Deník
4. Deník na zapisování myšlenek
5. Učení se zpaměti a přemýšlení o klíčových oddílech Písma

### III. Strach

#### A. Definice strachu

1. Biblický strach
2. Hříšný strach (Žalm 115:11)

#### B. Vysvětlení

1. Hříšný strach přímo souvisí s tím, na co myslíme (Gn 12:11-13; Př 4:23; Fp 4:8).
2. Když máme hříšný strach, jsme soustředěni více na okolnosti, než na Boha (Gn 32:7-12; Nu 13:25-14:5; Ž 55:22; Ž 77:4-14; Mk 4:35-41).
3. Když se bojíme, soustředíme se sami na sebe (Dt 7:17-18; Iz 51:12-13; Fp 2:4).
4. Když máme z něčeho hříšný strach, bojíme se něčeho jiného víc než Boha (Jb 1:13-20; 3:25; Př 14:26-27; 29:25; Mt 6:31-33; 10:28; Ga 1:10; 2:12; Žd 13:5-6; 1 Pt 3:13-14).

Věci, kterých se možná bojíme více než Boha:	Věci, které možná chceme nebo milujeme víc než Boha:
<i>Člověk</i>	<i>Uznání od lidí</i>
<i>Nežádané okolnosti</i>	<i>Jednoduchý, pohodlný život bez bolesti</i>
<i>Ztráta něčeho nebo někoho nám blízkého</i>	<i>Peníze, zdraví, člověk, věci</i>
<i>Fyzické utrpení</i>	<i>Bezpečí, žádné utrpení</i>

- Hříšný strach pravděpodobně povede k dalším hříchům (Gn 26:7; 1 S 15:24; Mt 26:69-70; Ga 2:12).
- Hříšný strach nedosáhne ničeho hodnotného (Př 13:15; Mt 6:27).
- Nesmíření s Bohem může vést ke strachu a k úzkosti (Ž 38:17-18; Př 4:32; Př 28:1; Žd 9:27).

#### B. Otázky ke zkoumání srdce

- Je něco, co tě momentálně zneklidňuje?
- Vzpomeň si na 5 posledních případů, kdy ses o něco obával. Vysvětli situaci, které se to týkalo.
- Jak jsi uvažoval v každé situaci, zmíněné v bodě 2?
- Jak jsi reagoval na svoje úzkosti? Co jsi dělal, nebo nedělal?
- Jaké byly důsledky takové hříšné úzkosti (pokud jsi ji měl)?
- Jakým způsobem jsi nedůvěřoval Bohu?
- Co jsi od té doby udělal ohledně těch věcí, situací, nebo úzkostí?
- Jaké věci většinou přidávají na tvých úzkostech?
- Jakých hříchů máš tendenci se dopouštět kvůli úzkosti? Lžeš? Selháváš v tom, co Bůh chce? Jsi nezodpovědný? Rozhoduješ se nemyslet na ostatní nebo jim neprokazovat lásku?
- Potřebuješ v příštích několika týdnech sledovat kdy a proč se stáváš úzkostlivým?
- Jsi si jistý, že jsi zadobře s Bohem, protože jsi v Kristu? Jsi si jistý, že jsi Božím dítětem? Na jakém základě stavíš svoji jistotu?
- Máš ve svém životě nějaký nevyznaný hřích?

#### D. Věci, které je dobré dělat předtím, než se tě zmocní strach

- Ujisti se, že máš vyřešenou otázku spasení a čiň pokání z každého hříchu, který ti přijde na mysl. (Ž 32:5; 1 J 5:10-13)

2. Vyznej svůj hříšný strach Bohu a všem, koho tvůj strach mohl ovlivnit (Ž 50:1-4; Mt 5:23-24).
3. Požádej Boha, aby v této oblasti tvého života konal své dílo a pomohl ti vyvinout veškeré potřebné úsilí ke změně (2 K 9:8).
4. Rozhodni se pro správné myšlenky a skutky, které ti pomohou překonat ty, které jsou ti obvykle vlastní (podívej se na svoje výše zmíněné odpovědi). Nechť jsou tvoje myšlenky plné díky, naděje, důvěry a lásky. Zahrň do nich Písmo. Zkus svoje nové myšlenky formulovat v modlitbě (Ž 119:59-60).

Myšlenky plné strachu	Myšlenky plné díky, naděje, důvěry a lásky
Ale ne! Víím, že to letadlo spadne. To nezvládnu. Nechci zemřít!	Děkuji Ti Pane, že jsem ve Tvých rukou. V letadle jsem ve stejném bezpečí jako na zemi. Ty máš všechny věci pod kontrolou. Můžu Ti věřit, že mi pomůžeš ať se bude dít cokoliv.
Za chvíli končím ve své práci a ještě jsem nenašel novou. Co budu dělat? Skončíme na ulici!	Děkuji Ti Pane, že znáš naše potřeby. Budu dělat co je potřeba, abych našel novou práci, ale víím, že nám pomůžeš, ať se bude dít cokoliv. Prosím Tě, pomoz mi najít novou práci. Ty máš všechny věci pod kontrolou. Budu Ti důvěřovat a spokojím se se vším, co nám poskytneš.
Když jí řeknu o jejím hříchu, tak se naštve a nevím co všechno bude dělat, ale bude to fakt hrozné.	Když jí to řeknu, tak se možná naštve, ale vydržím to, protože chci dělat, co se Tobě Pane líbí. Prosím Tě, aby reagovala správně, ale výsledek nechávám na Tobě.

5. Nauč se z paměti pár veršů, které ti pomohou obnovovat tvou mysl (Řm 12:2).
6. Prostuduj si oddíly o Boží svrchovanosti (Iz 46:9-11; Gn 50:20; Jr 32:27; Řm 8:28).
7. Prostuduj si oddíly o Boží dostačující milosti (pomoci) v těžkých dobách (Iz 41:10; 2 K 12:9; Žd 4:16).
8. Měj více Boží bázně. Studuj, modli se a rozhodni se milovat Boha celým svým srdcem (Dt 10:12, 20; Ž 119:2).
9. Měj se na pozoru a buď připraven se ovládat a bojovat se svými myšlenkami (1 Pt 1:13).

1. Co je dobré dělat, když mám strach:
  - a. Vroucně hledat Pána a Jeho pomoc (Ž 34:4; Ž 46:1-3).
  - b. Svléknout hříšný strach (Iz 12:2; Ef 4:22).
    - (1) Ptej se sám sebe, "Čeho se bojím víc než Boha?"
  
    - (2) Ptej se sám sebe, "Ubírají se moje myšlenky špatným směrem? Jsou:
      - Zaměřeny na budoucnost?
      - Zaměřeny na věci pomíjivé?
      - Zaměřeny na věci nepravdivé?
      - Zaměřeny na mě?
      - Bezbožné a postrádající Boží pravdu?
      -
  - c. Obléct důvěru, zodpovědnost a lásku.
    - (1) Nejvíc se soustřeď na Boha a Jeho zaslíbení (Ž 18:1-2).
    - (2) Zaobírej se správnými myšlenkami a veršemi, které ses naučil z paměti (Ef 4:23).
      - Zůstávej v přítomnosti.
      - Přemýšlej o věcech, které jsou věčné a které jsou pro Boha důležité.
      - Přemýšlej o věcech, které jsou pravdivé.
      - Přemýšlej o věcech, které jsou užitečné.
    - (3) Ptej se sám sebe, "Jak mohu nyní dělat to, co je správné?"
      - Co je tou zodpovědnou věcí, kterou bych měl právě teď dělat?
      - Co je tou láskyplnou věcí, kterou bych měl právě teď dělat?
      - Co konstruktivního chce Bůh, abych v této věci dělal?
  - d. Pokud na tebe přijde pokušení bát se, snaž mu odolat, abys tak miloval Boha a ostatní (2 Tm 2:3-4).
  
2. Co je dobré dělat po té, co jsem propadl hříšnému strachu:
  - a. Ptej se sám sebe, "Jak jsem zhřešil?" Buď konkrétní ohledně svých myšlenek a skutků.
  - b. Ptej se sám sebe, "Kdybych tím měl projít znovu, jak bych přemýšlel a co bych dělal?"
  - c. Vyznej svůj hřích a pros o odpuštění Boha a kohokoliv dalšího, kdo byl tvým hříšným strachem ovlivněn nebo byl jeho svědkem (Jk 5:16; 1 J 1:9).

STRACH (Nedověra)	MILUJÍCÍ DŮVĚRA
Soustředěnost na sebe	Soustředěnost na ostatní
Ochrana sebe (Co se mnou bude?)	Dávání se ostatním (J 3:16) (Jak můžu milovat a sloužit druhým?)
Co ztratím?	Co můžu dát Bohu a druhým?
Utíká od problému	Přibližuje se k problému (pere se s ním, aby našel řešení)
Izoluje se	Obětuje se, jde za druhými
Váhá	Jde do toho
Velmi podezíravý	Věří a nepočítá křivdy (1 K 13)
Nezkusím to	Jedná poslušně a po celou dobu je závislý na Boží milosti
Může selhat	Ikdyž selže, nevzdává se
Doufá v sebe a v člověka	Doufá v Boha

### **Biblické vnímání sebe sama**

Přestože Bible učí, že bychom se měli více zaměřovat na Boha než na sebe, je důležité, abychom správně rozuměli tomu, kdo jsme. Verš, který nám přikazuje, abychom měli takové správné vnímání je Římanům 12:3, “*Skrze milost, která mi byla dána, pravím každému, kdo je mezi vámi: Nesmýšlejte výš, než je třeba smýšlet, ale smýšlejte tak, abyste jednali rozumně, podle toho, jakou míru víry udělil každému Bůh.*”

#### A. Příkaz ke Kristově pokoře

Pavel v podstatě říká, “Nesmýšlejte výš, než je třeba smýšlet” (jinými slovy, “Kdo si myslíte, že jste?!! “). Tento příkaz byl v Pavlově době důležitý ze dvou důvodů a ze stejných důvodů je stejně tak důležitý i dnes:

##### 1. Sklon k sebelásce.

- a) Odhalena v Zahradě (Gn 3:7, 10-12; 4:1-7)
- b) Vysvětlena v Písmu

(1) Matouš 22:38-40 a paralelní biblická místa (např. Efezkým 5:29)

(2) 2 Timoteovi 3:1-2

##### c) Projevovaná ve společnosti

(1) Započata sekulárními mysliteli

Myšlenka sebeúcty jako uzdravující nástroj nepochází z Bible, ale je výsledkem lidské moudrosti. (např. 1 K 2; Ko 2:8)

(2) Opakována oblíbenými náboženskými učiteli

(a) Robert Schuller, *Self-Esteem: The New Reformation [Sebeúcta: Nová reformac]* :

i) "Klasická teologie pochybila, když trvala na tom, aby teologie byla zaměřená na Boha a ne na člověka" (str. 64). "Reformační teologii se nepodařilo ukázat, že podstatou hříchu je nedostatek sebeúcty." (str. 98)

ii) "Hřích je jakýkoliv skutek nebo myšlenka, která okrádá mě nebo jinou lidskou bytost o sebeúctu." (str. 14)

iii) "Je nám přirozené mít strach, ne být zlí .... Nazvěte to ‘špatným vnímáním sebe sama,’ ale neříkejte, že podstatou lidské duše je hříšnost." (str. 65)

## (b) James Dobson

i) "Kdybych mohl předepsat lék všem ženám na světě, dal bych jim zdravou dávku sebeúcty a vnímání vlastní hodnoty.... Nepochybuji o tom, že je to jejich největší potřeba." (*What Wives Wish Their Husbands Knew about Them [Co si manželky přejí, aby jejich manželé věděli]*, str. 35)

ii) Citát z Dobsonových Odpovědí na otázky *Dr. Dobson Answers Your Questions*:

Otázka: "Vy věříte, že většina Američanů má do určité míry nízké sebevědomí. Pokud je to pravda, jaké má toto špatné vnímání sebe sama důsledky na celou společnost?"

Odpověď: "Má to veliký dopad na stabilitu americké společnosti, protože zdraví celé společnosti je závislé na tom, jak je pro jednotlivce snadné dosáhnout osobního přijetí. Proto kdykoliv je pro velké procento lidí těžké dosáhnout sebeúcty, tak jako tomu bylo v Americe dvacátého století, zcela jistě se rozšíří psychické nemoci, neurotismus, nenávisť, alkoholismus, užívání drog, násilí a sociální nepokoje. Sebeúcta není něco, co si lidé mohou vzít nebo odmítnout. Musíme ji mít a když jí nemůžeme dosáhnout, všichni trpíme ...."

"Nedostatek sebeúcty vytváří více psychických problémů než cokoli jiného."

## (c) Anthony Hoekema

"Znamená to (pád člověka), že člověk teď nemá žádnou hodnotu? Nic by nemohlo být vzdálenější pravdě. I po hříchu měl člověk nesmírnou hodnotu." (*The Christian Looks at Himself*, 22) [*Křesťanský pohled na sebe sama*].

## 2. Boží princip zapírání sám sebe

a) Bible mnohokrát zdůrazňuje nebezpečí pýchy (Př 11:2, 16:18; Jk 4:6; 1 Pt 5:5) a požehnání pramenící z pokory (Ž 37:11; Jk 4:6; 1 Pt 5:5)

b) Bible nám znovu a znovu přikazuje, abychom byli pokorní (Př 6:3; Fp 2:3-4; Jk 4:10; 1 Pt 5:6).

c) Bible nám předkládá dokonalý příklad Kristovy pokory (Mt 11:29; Fp 2:5-8).

## B. Biblická antropologie

## 1. Člověk před pádem

V Genesis 1:26-31 je čtyřikrát zmíněno, že člověk byl stvořen “podle obrazu Božího.” Tento pojem v podstatě naznačuje, že člověk byl stvořen se schopností zrcadlit nebo odrážet Boží character. Lidská přirozenost zjevila něco o tom, jaký Bůh je, protože jsme Mu byli nějakým způsobem podobní.

a) Co znamená “podle obrazu Božího”

(1) Člověk vládne.

(2) Člověk je zaměřený na vztah.

(3) Člověk je zodpovědný.

b) Co neznámá “podle obrazu Božího”

(1) Hospodinova velebnost v Žalmu 8

(2) Boží schopnost stvoření v Žalmu 139

(3) Pokračující Boží podoba v Genesis 9:6 a v Jakubovi 3:9

(4) Citace Jay Adamse v *The Biblical View of Self-Esteem, Self-Love, and Self-Image*, 82 [Biblický pohled na sebehodnotu, sebelásku a vnímání sebe]

2. Člověk po pádu bez Krista

a) Biblický popis neznovuzrozených lidí

(1) Genesis 6:5

(2) Římanům 1:18-32

(3) Římanům 3:10-18

b) Často kladené otázky ohledně neznovuzrozených lidí

- (1) “Copak za nás Ježíš nezemřel, protože jsme pro Něj měli nějakou cenu?”  
(např. Řm 5:6-8)
  - (2) “Pokud nespasení lidé nemají žádnou cenu, znamená to, že bychom s nimi měli zacházet jako s onucí?”
3. Člověk přicházející ke Kristu
- Bůh radikálně mění vnímání sebe sama u těch, které si k sobě povolává svým Duchem Svatým. (Podstata těchto změn má velký dopad obzvláště na evangelizaci).
- a) Rozpoznání naší beznaděje
    - (1) Ezechiel 6:9, 20:43 a 36:31
    - (2) Lukáš 9:23 a paralelní pasáže
    - (3) Lukáš 18:9-14
    - (4) Filipským 3:7-9
    - (5) (Citace z Don Matzat, Christ Esteem, str. 52-53)
  - b) Rozpoznání naděje v Kristu
4. Člověk v Kristu
- a) Nový pohled na křesťana

Když se na sebe podíváme jako na křesťany, je náš obraz lepší než dřív? Je na nás nyní něco dobrého? Odpověď je ano, protože Bůh pracuje v našich životech následujícími způsoby:

    - (1) V Kristu máme nové postavení. (Římanům 4-5).
    - (2) V Kristu máme novou přirozenost. (Římanům 6-8).
    - (3) V Kristu máme novou jedinečnost. (Římanům 9-11).

- (4) V Kristu máme novou prospěšnost. (Římanům 12-16).
- (5) POZNÁMKA: Klíčová slova ve výše zmíněných tvrzeních jsou “v Kristu”.

b) Stejná závislost na Kristu

- (1) Veškerá sláva náleží Bohu
  - (a) Naše nové postavení se zakládá na nám přičtené Kristově spravedlnosti.
  - (b) Naše nova přirozenost je Jeho život a Jeho Duch v nás.
  - (c) Naše nova jedinečnost pramení z Božího svrchovaného a nepodmíněného vyvolení.
  - (d) Naše nová prospěšnost pochází z Jeho moci konající skrze nás.
- (2) Veškerá opravdová jistota pochází z Boha

C. Závěr

Písmo nikde neříká, že bychom měli usilovat o zvětšení našeho sebevědomí, ale spíše bychom se měli učit, jak si více vážit Krista a ostatních. Středem naší pozornosti by měli být oni a ne my. A když o sobě přemýšlíme, mělo by to být za účelem sebezkoumání a sebezpytování podle Písma tak, abychom mohli zjistit co je potřeba změnit tak, abychom dělali Pánu větší radost.

*Kdo si myslíš, že jsi?*

## Biblické poradenství hříšně rozlobených lidí<sup>4</sup>

Úvod

PROVOKACE → REAKCE → DŮSLEDKY

Tři další důsledky:

1. Rozhovor
2. Vnímání sám sebe
3. Vnímání druhých

### I. Hříšný hněv se Bohu nelíbí

A. Žalm 37:8

B. Přísloví 14:29

### II. Definice

A. Spravedlivý hněv

1. 2 Korintským 11:29
2. Efezským 4:26
3. Marek 11:15-18
4. Žalm 7:12

B. Nespravedlivý hněv

1. Vylévání zlosti
2. Doutnající hněv

---

<sup>4</sup> Sestavil Bill Shannon

Vylévání zlosti	Doutnající
Křičení/ječení	Zmlknutí / náladovost
Třískání věcmi	Frustrovaný
Klení	Podrážděný
Hubování někoho	Znechucený
Ústní útoky / nadávání	Zlostný
Bití	Rozmrzelý / supějící

### 3. Rozeznání hříšného hněvu

- a. Je to skutek těla (Ga 5:19-20)
- b. Hněv je lidskému srdci přirozený (Gn 6:5; Mt 15:18-19; Tt 3:3).
- c. Hněv v sobě vždycky zahrnuje myšlenky a záměr (Př 4:23; Ef 4:17-18).
- d. Hněv je způsoben neschopností dosáhnout našich hrdých a/nebo sobeckých cílů (Jk 4:1-3).
- e. Hněv nikdy nedosáhne Boží spravedlnosti (Př 11:23; Jk 1:20).
- f. Hněv někdy odvádí pozornost od problému poukazováním na to, co dobrého nebo správného by se mělo udělat (Ž 119: 4, 9, 15, 16; Př 14:8).
- g. Hněv se projevuje našimi myšlenkami, řečí těla, ústy a skutky (Ž 19:15; Ř 6:12-13).
- h. Hněv v sobě zahrnuje nedostatek sebeovládání (Př 17:27; 25:8; 29:11; 2 Pt 1:6).
- i. Pokud je hněv tolerován, je vždy doprovázen dalšími hříchy (Př 29:22).
- j. Pokud se s hněvem něco nedělá, povede k horším věcem (Job 4:8; Ez 18:30).

#### C. Časté příčiny hříšného hněvu

1. Frustrace
2. Utrpení
3. Strach

### III. Pokud chceš s hněvem nakládat biblicky, ptej se sám sebe (Ž 139:23-24):

- A. Jsem momentálně na někoho nazlobený?

- B. Kvůli čemu se na něj zlobím?
- C. Jak jsem s tímto člověkem (nebo s těmito lidmi) jednal a jak jsem na něj reagoval?
- D. Co většinou dělám, když jsem nazlobený? Jakým způsobem se mi možná Bůh snaží ukázat, že mám problem s hněvem?
- E. Jaké byly některé důsledky mého hněvu?
- F. Vidí mě ostatní jako kritického nebo netrpělivého? (Zeptej se jich!)
- G. Vzpomeň si na pět posledních situací, kdy jsi se hněval. Kdy se odehrály?
- H. Jak jsem v tu chvíli uvažoval?
- I. Jaký druh věcí ve mně vyvolává hněv?
- J. Potřebuji si v následujících týdnech zapisovat kdy a proč se hněvám? (Když se cítíš podrážděný a frustrovaný, jako kdyby jsi pěníl uvnitř nebo byl blízko k vybuchnutí, napiš si na co v tu chvíli myslíš.)
- K. Kolik z těchto situací je vyvoláno tím, že dělám ještě něco jiného špatného? (Moje nezodpovědnost, lenost, špatné nakládání s časem nebo s penězi, špatné zacházení s ostatními lidmi, atd.)

#### IV. Jak se změnit – Opravdové pokání

- A. Dříve než – Předtím než hněv znovu udeří
  1. Vyznej Bohu a ostatním situace, kdy jsi v minulosti hřešil hněvem (Mt 5:23-24).
  2. Modli se za Boží pomoc (2 K 9:8).
  3. Vypiš si biblické myšlenky, abys nahradil ty špatné (Řm 12:2).
  4. Nauč se zpaměti vhodné verše (Ef 4:23).
  5. Usiluj o milující a pokorné myšlenky a skutky (J 13:35; 1 K 13:4-7; 1 Pt 5:5).
    - Udělej si seznam jak často a jakými způsoby můžeš prokazovat lásku a pokoru
  6. Urči si zbožné touhy a cíle, na které se můžeš upnout (Ž 40:9; 1 K 10:31)
  7. Studuj Boží trpělivost a shovívavost (Nu 14:18; Ž 145:8; 2 Tm 2:15; použij Biblický slovník a hledej hesla Boží trpělivost, shovívavost a milost).
  8. Měj se na pozoru, připraven ovládat se a změnit své smýšlení. Dávej si pozor na situace a myšlenky, které jsi objevil. Napiš si stručný seznam každé takové myšlenky (1 Pt 1:13).
  9. Požádej ostatní, aby ti byli zpovědníky v oblasti hněvu (Ga 6:1-2; Žd 10:24-25).

10. Nescházej se s hněvivými lidmi pokud se nesnaží změnit (Př 22:24).
- B. Během – Ve chvíli, kdy jsi v pokušení se rozlobit nebo se začínáš zlobit
1. Modli se za Boží pomoc (Žd 4:16)
  2. Odlož hněv (Př 14:17)
  3. Obleč se v mírnost, trpělivost a pokoru (Př 16:32; Jk 1:19)
    - a. Ptej se sám sebe, "Na co bych měl myslet?" Využij svých nových myšlenek a Písma
    - b. Ptej se sám sebe, "Jaký je správný cíl?"
    - c. Ptej se sám sebe, "Jak mohu být trpělivý a myslet na ostatní?"
    - d. Ptej se sám sebe, "Co Bůh a ostatní chtějí?" a "Jak jim mohu sloužit?"
    - e. Ptej se sám sebe, "Je něco správného co bych měl v té věci udělat?"  
(Nazvat pravým jménem něčí hřích, vymyslet řešení, požádat o radu, atd.)
- C. Poté – Když selžeš a hříšně se rozlobíš
1. Ptej se sám sebe, "Jak jsem zhřešil?" Buď konkrétní.
  2. Ptej se sám sebe, "Kdybych tím měl projít znovu, jak jinak bych měl přemýšlet a jednat?"
  3. Vypořádej se se svým hříchem hněvu co nejdříve (Ef 4:26).
  4. Vyznávej a žádej o odpuštění Boha a kohokoliv dalšího, kdo mohl o tvém hříchu vědět nebo na koho jsi se hněval. Buď konkrétní ohledně toho jak ses hříšně hněval: špatné přemýšlení, zlé skutky, nedostatek lásky, atd. (Ž 32:5; Jk 5:16).
  5. Řekni Bohu a ostatním co se chystáš příště udělat namísto hříšného hněvu (Ž 119:59-60).
  6. Měj se znovu na pozoru (1 Pt 5:8).

Další otázky k zamyšlení:

- 
- 
- 
- 
- 
-

## Poradenství lidem v depresi<sup>5</sup>

I. Úvod—Popis deprese člověkem, který trpěl depresí (53 letá křesťanka, vdaná 32 let se 3 dětmi)

Deprese je tvoje soukromé peklo, o kterém víš pouze ty, Pán a Satan, který je také součástí. Je to velmi bolestivé, nejzničující zkušenost, kterou jsem kdy prošla. Člověk se cítí bezmocný a zoufalý. Bolest je někdy neuvěřitelně velká a kdyby nebylo Boží milosti – neúnosná. Neodejde jen tak, časem. Je to opravdový zápas a mnohdy už zápasit nechcete. Deprese je velmi únavná a skoro všechno co děláte vás stojí neskutečné úsilí – někdy dokonce i vyléz z postele.

Deprese tě okrádá o energii, lásku, štěstí, spokojenost, rozum, atd. Nechává tě zmateným, popleteným, smutným, nazlobeným, někdy rozčileným, někdy plačtivým, úzkostlivým, nervózním, se sevřeným žaludkem. Ovlivňuje tě fyzicky (zhubla jsem o 9 kilo), měla jsem 3 roky hroznou kožní vyrážku. Ovlivňuje tě psychicky – nemyslíš na nic jiného než na to, jak je ti zle a jak je tvůj život zbytečný. Ovlivňuje tě duchovně. Někdy jsem téměř ztratila veškerou jistotu. Cítila jsem se Bohem zapomenutá a zamítnutá. Je těžké se modlit a když se modlíš, tak se někdy zdá, že se modlitba nedostane dál než do stropu.

V depresi vede jedna smutná myšlenka k další a za chvíli se ocitneš v hlubokém zoufalství. Kromě nepříjemných myšlenek je dalším prvkem deprese pláč – je velmi těžké se ho zbavit. Pláč od bolesti neuleví. Ve skutečnosti ji zvětší a důsledkem je ještě větší zoufalství.

Pane Bože, tak moc to bolí. Slyšela jsem o lidech, kteří zemřeli na zlomené srdce, ale toto je horší. Žiju se zlomeným srdcem. Jsem tak opuštěná – prosím Tě Bože, nech mě zemřít. Nejsem tím, kým jsem si myslela, že jsem. Když jsem si myslela, že jsem dobrou manželkou, můj manžel potřeboval někoho jiného na rozptýlení – někoho opravdu zajímavého. Víím, že v tom nebylo nic nestoudného, ale mě to velmi zranilo a jemu to bylo úplně jedno.

Když jsem si byla tak jista naším manželstvím a naším velmi dobrým vztahem – bylo to, jako kdybych byla nikdo a teď jsem přesvědčená, že jsem pouze obyčejná, nudná manželka a babička. Jak jsem o sobě mohla smýšlet tak vysoko? Nejvíc mě zaráží to, že jsem si celou dobu myslela, že se snažím být poddanou manželkou tak, jak to učí Bible. Byla jsem poddaná tak, jak jsi mi to Ty (Bůh) řekl a místo, aby to bylo přínosem, stalo se to nevýhodou.

Nemohla jsem soutěžit s tou zajímavou osobou ze světa a protože patřím Tobě, nemohla jsem se měřit s její podlostí. Stejně jsem nemohla – choval se k ní jinak než k ostatním, tak jak se dříve choval pouze ke mně. Nevěřím, že mě miluje. Zcela mě přesvědčil, že ani já, ani náš vztah není jeho prioritou.

Moje srdce mě tíží a zapomínám jaké to je, být šťastná a spokojená. Víím, že se nemáme ptát “proč”, ale přeji si, abych bývala zemřela v roce 1960, kdy jsem stejně umírala. Těch 20 let mezitím nestály za ty 3 roky utrpení. Víím, že Ti máme zcela

---

<sup>5</sup> Tato kapitola je souhrnem různých přednášek členů National Association of Nouthetic Counselors

věřit, ale jsem si jistá, že máme věřit i našemu partnerovi – to je součást lásky. 1 Korintským 13:7 říká, že láska vždy věří. Myslím, že jsem věřila příliš, vzkládala jsem příliš mnoho důvěry v člověka. Už to nedělám. Myslím, že už nikdy nebudu zcela milovat. Nemůžu, protože se tak moc bojím. Prosím, pomoz mi.

## II. Rozpoznání deprese

### A. Definice

1. Vysilující (oslabující) nálada, pocit nebo beznaděj, která se člověku stane důvodem, proč nezvládá nejdůležitější životní úkoly.
2. Jiná než skleslost
  - a. V depresi člověk přestává fungovat.
  - b. Když je člověk skleslý, funguje dál.
3. Dočasná záležitost

### B. Popis

1. Seznam vlastních údajů—jak charakterizují sami sebe
  - a. Náladový, často ve splínu, vážný, stydlivý, introvertní, dobrácký, tichý, nesmělý, osamocенý, citlivý
  - b. Nervózní, netrpělivý, impulzivní, popudlivý, plný různých představ
2. “Halo” údaje—jak se jeví tobě
  - a. Postoj “jaký to má smysl”, ovzduší beznaděje (budou se tě snažit přesvědčit, že nic nemá smysl)
  - b. Můžou se jednoduše rozplakat, vzdychají, dívají se do země, nehybně sedí
  - c. Celkově svěšené tváře, neupravený zjev
  - d. Zřídka se smějí
  - e. Fyzické zpomalení
3. Stížnosti nebo stěžejní fakta—informace, které ti poskytnou
  - a. Často unavený, špatně spí nebo spí příliš, jde spát unavený a vstává unavený
  - b. Nikdy nemá dost času, aby udělal, co je třeba
  - c. Víc než běžné nemoci, bolesti zad a hlavy
  - d. Nechutenství; příležitostně se možná přejí

- e. Nadměru častý sex nebo masturbace
- f. Mluví o problémech, ale nic s nimi nedělá
- g. Duchovně se uzavírá

#### 4. Celkové zhodnocení

- a. Lidé v depresi mají často pocity viny kvůli své pasivitě ve vztahu s Bohem
- b. Únava se zvětšuje kvůli obavám z nedokončených úkolů, nedostatku spánku, přejídání se, držení diet, drogám, hrůzy z práce, atd.

### III. Proč se lidé dostávají do deprese? Vývoj deprese

#### A. Sekulární teorie o depresi

1. Škola psychoanalýzy
  - a. Zloba a odmítnutí obrácená dovnitř
  - b. Ztráta cíle
  - c. Ztráta sebeúcty
2. Škola behavioristů
  - a. Naučená bezmocnost a beznaděj
  - b. Nedostatek náležitě pozitivní podpory
3. Škola kognitivní: Špatný, dysfunkční způsob vnímání sebe sama, světa kolem sebe nebo zkušenosti a budoucnosti; člověk je v depresi, protože špatně zpracovává informace.
4. Škola sociologická: Ztráta postavení, prestiže, moci, identity
5. Škola existenční: Ztráta smyslu existence
6. Školy biologické:
  - a. Genetická zátěž
  - b. Chemická nerovnováha: nenormální metabolismus
  - c. Selhání látky přenášející nervové impulzy (neurotransmitru): chemické změny v mozku
  - d. Fyzické onemocnění
  - e. Nedostatek vitamínů nebo stopových prvků nebo jiné abnormalnosti
  - f. Reakce na léky/drogy (reserpin, některé antikoncepční pilulky, steroidy, atd.).

#### B. Biblický pohled na vývoj deprese

1. Všeobecná biblická stanoviska

- a. Deprese je možná pouze v hříšném světě (Gn 3; Řm 5:12–21).
  - b. Deprese je jediný logický a racionální důsledek života bez Boha (Ef 2:11,12; Tt 1:2; 1 Tm 1:2; Řm 15:4,13).
  - c. Vysvobození z deprese, která je jednou z důsledků pádu je možné skrze vykupitelské dílo Ježíše Krista.
  - d. Praktické a na zkušenosti založené vysvobození z deprese a z mnohých dalších důsledků pádu není automatický, bezděčný důsledek znovuzrození a vykoupení (Fp 2:12,13; Ga 5:22,23; 1 K 3:16; Fp 2:5; 2 K 4:16–18; Žd 12:1,2; Jk 1:2–5).
  - e. I věřící mohou být v depresi, protože stále:
    - (1) Zápasíme s hříchem
    - (2) Jsme zcela *neodložili* starého člověka s jeho starým lidstvím a skutky a *neoblekli* nového člověka, který je obnovován ve spravedlnosti a svatosti
    - (3) Jsme v pokušení pramenící z těžkých okolností a lidí kolem nás
    - (4) Vidíme pouze zastřené a poznáváme částečně
    - (5) Vlastníme pouze závdavek našeho dědictví
    - (6) Bojujeme se světem, tělem a ďáblem (Řm 12:2; Ef 6:10–18; Ga 5:16; 1 P 2:12)
  - f. Věřící zakusí vysvobození (Zj 21,22; Ž 16)
  - g. Hříšné návyky, které si necháváme nás svážou ještě víc (Př 5:21-22)
  - h. Deprese je forma utrpení (1 S 2:6-7)
2. Konkrétní biblické příklady
- a. Kain (Gn 4:1–14)
    - (1) Údaje v tomto textu
      - (a) Kainova oběť—vv. 3–4
      - (b) Boží odmítnutí—v. 5
      - (c) Reakce Kaina—v. 5
      - (d) Boží rada (velmi důležité)—vv. 6–7
      - (e) Kain vraždí—v. 8

- (f) Boží zásah—v. 9
- (g) Kainův vzdor—v. 9
- (h) Boží trest—vv. 11–12
- (i) Kainova deprese

- b. Eliáš (1 Kr 19)
- c. Žalmista (Žalm 42, 43)
- d. Jonáš (Jon 4)
- e. Jób
- f. David (Žalm 32,38)
- g. Pavel (2 K 4)

### 3. Závěry & Příčiny

- a. Deprese je důsledek nebiblické reakce na vědomí vlastního hříchu a selhání.
  - b. Deprese je důsledek neschopnosti dosáhnout určitých cílů, které jsou považovány za žádoucí a nutné k tomu, aby byl život hodnotný a šťastný.
  - c. Deprese je důsledek nebiblického uvažování.
  - d. Deprese je důsledek nebiblických reakcí na těžké a nepříjemné okolnosti.
  - e. Deprese může být zhoršena fyzickým vyčerpáním a/nebo nemocí.
  - f. Může být způsobena hříšnou reakcí lidí v mém okolí.
  - g. Deprese může být důsledek strachu, hněvu a sobeckých tužeb.
  - h. Deprese může být důsledek více příčin a proto ve snaze lidem pomoci nečiňte unáhlené závěry.
  - i. Deprese může být důsledek žárlivosti a hněvu.
- C. Následující ukazatele mohou být známkou toho, že se na vzniku deprese podílely biologické a fyziologické okolnosti:
- 1. Vážné poškození rozumové způsobilosti
  - 2. Extrémně rychlý počátek (náhle se objeví těžká deprese aniž by se v minulosti vyskytla) nebo extrémně pomalá (sotva postřehnutelná změna)
  - 3. Žádný významný traumatický zážitek nebo zjevné vybočení z normálu v době rozvoje deprese
  - 4. Rychlé výkyvy emocí
  - 5. Všeobecně známý jako relativně pevný, stabilní, jistý, vyrovnaný, realistický člověk
  - 6. Žádná historie chronického svalování viny na druhé a vymlouvání se

7. Somatické stížnosti se objevují zřídka a jsou konkrétní a v podstatě nepřetržité
8. Žádná historie iluzorních somatických stížností
9. Smyslové a nepronásledující, obviňující halucinace
10. Extrémní, nevysvětlitelné falešné představy (ne pouze kvůli nedostatku komunikace nebo nepochopení, bez jakéhokoliv opodstatnění)
11. Pokročilý věk
12. Biblický způsob života a opravdová snaha udělat správnou věc
13. Užívání léků na předpis, volně prodejných léků nebo ilegálních drog, u kterých je deprese vedlejším účinkem

IV. Tak zvaná manio deprese (bipolární): Podivné chování, které přechází z extrémní euforie do extrémní deprese

A. Nemocní často používají bizarní chování jako zástěrku, aby zmátli okolí.

#### MANICKÉ/DEPRESIVNÍ SYMPTOMY

MANICKÉ	DEPRESIVNÍ
<b>Emocionální, efektní projevy</b>	
V radostné náladě Větší spokojenost Má rád sám sebe Větší angažovanost Více smyslu pro humor	V depresi Ztráta spokojenosti Znechucen sám sebou Ztráta angažovanosti Ztráta humoru
<b>Kognitivní projevy</b>	
Pozitivní vnímání sebe Pozitivní očekávání Obviňuje druhé Popírání osobních problémů a chyb Svévolné rozhodování podle nálady Falešné představy: vyvyšování sebe, prestiž	Negativní vnímání sebe Negativní očekávání Obviňuje sebe Zveličování problémů Nerozhodný Falešné představy: sebeponižující
<b>Motivační projevy</b>	
Ambiciózní a nutkavé Touhy orientované na činy Touha po nezávislosti Touha po povýšení	Bez motivace Touha uniknout Nepřiměřeně závislý Touha zemřít
<b>Fyzické projevy</b>	
Hyperaktivita Neúnavný Mění se chuť k jídlu Zvýšený sexuální zájem Nespavost	Zpomalení Únava Ztráta chuti k jídlu Ztráta sexuálního zájmu Nespavost nebo nepřiměřená spavost

B. Lidé v depresi se často snaží dosáhnout uzdravení hříšnými prostředky.

1. Euforie jako přehnaná náprava (reakce, atd.)
2. Euforie jako řešení
3. Euforie jako popírání
4. Euforie jako zběsilé chytání se stébla
5. Euforie jako součást kyvadlového způsobu života

V. Identifikace problému

A. Fakta o lidech v depresi:

1. Při řešení nejdůležitějších problémů zůstávají pasivní
2. Pouze mluví o problému, nikdy s ním nic nedělají
  - a. Přísloví 10:19
  - b. Skutky 20:20
3. Nebiblické záchytné body
4. Orientovaný na pocity—v rozporu s 1 K 9:27
5. Moje situace je jedinečná—1 K 10:13

B. Prezentace problému

1. Jejich porozumnění problému
2. Příklad—“Jsem skoro pořád unavená. Hodně plaču. Jsem nervózní. Nikdy nic neudělám. Můj manžel mi nerozumí a křičí na mně.”
3. Poznámka—Nemocný tento fakt prezentuje jako příčinu problému, ale poradce to musí vidět spíše jako důsledek než příčinu.
4. Přísloví 20:5

C. Interpretace problému

1. Pátrej po tom, jaké myšlenky a činy způsobují tyto pocity.
2. Příklad—“Přestala jsem doma uklízet. Není vyžehleno. Ve dřezu je nádobí. Už nevařím. Můj manžel křičí.”
3. Poznámka—Část příčiny deprese je, že skutky přestaly být správné, což ústí v nesprávné pocity.
4. Pátrej po přáních, tužbách, modlách.

## D. Předcházející okolnosti

1. Jak daleko problém sahá? Jaké byly utvořeny návyky, které vedou člověka k tomu, že je na tom tak, jak je?
2. Příklad—“Před 3 lety jsem přestala dělat některé domácí práce.” Protože byla nespokojená v manželství, zvolila si “nechce se mi” postoj k práci. Teď už jenom mluví o problémech.

VI. Jak nejednat s lidmi v depresi<sup>6</sup>

- A. Pouze podporovat = Bůh nemá řešení
- B. Minimalizovat myšlenky nepřátelství a viny = Poradce mi nerozumí
- C. Poznámka: A i B odnímají z nemocného člověka zodpovědnost před Bohem a tím odnímají naději. Bez naděje vede deprese do zoufalství a následně k sebevraždě.

## VII. Jak pomoci lidem v depresi

- A. Nasbírej dostatek informací.
  1. Aby ses dozvěděl co nejvíce o problému
  2. Aby ses stal součástí
  3. Používej deníky
  4. Ujisti se, že v nedávné době podstoupil lékařskou prohlídku
- B. Vysvětli dynamiku deprese a jak se točí ve spirále směrem dolů.
  1. Nastuduj si životy Kaina, Saula a Elijáše
  2. Dodávej naději.
    - a. 1 K 10:13; 2 P 1:3
    - b. Na chvíli budou žít z naděje, kterou jim dáš.
  3. Nahrad' staré zvyky biblickými zvyky.
    - a. Touhy (motivы)
    - b. Myšlení
      - (1) Nemohu—Ještě ses nenaučil jak.
      - (2) Nejsem vůbec dobrý—Máš Kristovu spravedlnost.
      - (3) Jsem osamělý—Sám, ale ty sis zvolil osamocení.
      - (4) Koptám—Ex. 4:10–12

<sup>6</sup> Paul Huston, *Handbook of Psychiatric Therapies*, ed. Jules H. Masserman (New York: J. Aronson, 1973) 230-231.

c. Skutky—Přiměj člověka v depresi, aby si dal fyzicky a duchovně zabrat.

D. Změň směr spirály.

1. Správné touhy (motivy)
2. Správné myšlení
  - a. Ř 6:11
  - b. 1 K 6:9–11
3. Vyznávej, rozluč se s modlami

Co jsi chtěl tak moc, že zalíbit se Bohu v dané oblasti se stalo tak nepodstatné?
4. Správné konání, nehleď na pocity
  - a. Jan 13:17
  - b. Jakub 1:25
  - c. Lukáš 9:23
5. Vyzvi ostatní, aby tě povzbuzovali a hlídali tě, aby ses nevymlouval, když nic neděláš.
6. Když se dostaneš do skluzu, nedopřej si žádné radosti, dokud to nedohoníš. (televize, návštěvy, atd.)
7. Najdi si souseda nebo kamaráda, který bude pracovat s tebou.
8. Pečlivě se vyhýbej snění s otevřenýma očima, dívání se na TV a sebelítosti. Když vidíš, že k tomu sklouzáváš, dej se do práce.
9. Správně pojmenuj opravdové příčiny těchto depresivních pocitů a správně s nimi nalož.
  - a. Definuj problém
  - b. Co na to říká Bible?
  - c. Kdy, kde a jak začnu?
  - d. Kdy mám v plánu skončit?

E. Nápady na holistickou službu lidem v depresi

1. Fyzicky
  - a. Navrhni vhodnou aktivitu, cvičení
  - b. Nutričně: zkontroluj stavbu jídelníčku; informuj o možnostech nebo ho objednej u nutričního poradce
  - c. Spánek: pravidelnost; relaxační cvičení, dechová cvičení, poradenství ohledně problémy se spánkem

- d. Poradenství/informace o lécích, kávě, čaji, čokoládě a dalších stimulujičích nebo tlumících prostředcích
- e. Lékařská pomoc k léčbě fyzické nemohoucnosti

## 2. Teologicky

- a. Kapitoly z *Spiritual Depression: Its Causes and Cure* [Duchovní deprese: její příčiny a léčba]
- b. *Knowing God*, J.I. Packer
- c. Biblické studie nebo tématické studie (konkordance nebo připravené) o Boží milosti, lásce, věrnosti, atd. a jaké jsou aplikace
- d. *Trusting God*, Jerry Bridges
- e. *Forgiven Completely*, C. John Miller
- f. *Repentance and the Twentieth Century Man*, C. John Miller

## 3. Kognitivně

- a. Deníky zachycující myšlenky
- b. *You Can Overcome Despondency*, Mack
- c. CD na téma deprese, hněv, stres, strach, úzkost, osamocení, biblický přístup k řešení problémů, spokojenost, posilování víry, modlitby, naděje, atd.
- d. Studijní materiály o Kristu
- e. Jay Adams – *Kristus a vaše problémy, Cesta ke zbožnosti*
- f. Vybrané kapitoly z *Spiritual Depression*
- g. Vybrané studie z *Homework Manual, Vol. 1*
- h. Přemýšlej o verši z Filipským 4:8
- i. “Stop” kartičky
- j. Denní čtení Písma, učení se veršům zpaměti, rozjímání nad nimi

## 4. Behaviorální

- a. Týdenní projekty a rozvrhy (studijní poznámky str. 50-51); Mastery Journal
- b. Hodnocené úkoly
- c. Seznam věcí, které je potřeba udělat
- d. Seznam zodpovědností
- e. Vhodné studie z *Homework Manual, Vol. 1*
- f. “What to Do About Depression,” Adams
- g. Prospěšné skutky nebo deník, jak sloužit druhým

- h. Nacvičování chování a přehrávání rolí
- i. Studium knihy Přísloví na téma jak jednat, pracovat, atd.
- j. *Four Weeks With God and Your Neighbor*, Adams

#### 5. Emocionálně (touhy a pocity)

- a. Týdenní rozvrh, zhodnocení příjemných pocitů
- b. Deník hodnotící náladu
- c. Deník myšlenek, pocitů
- d. Časově omezená doba, kdy mohou být vhodně vyjádřeny emoce
- e. Vhodné úkoly na různé emoce z *Homework Manual, Vol. 1*
- f. Udělej si seznam toho, co tě baví a těší
- g. Uskutečni alespoň dvě věci ze seznamu zábavy a potěšení a vyhodnoť je na stupnici 0-10
- h. Poslouchej vhodná CD zabývající se různými emocemi
- i. Seznam chvály a díky
- j. Vybrané kapitoly z *Spiritual Depression*
- k. *Defeating Despair and Depression*, Nortveldt
- l. Kapitoly z konkordance na téma emoce a pocity

#### 6. Sociálně/vztahově

- a. Vhodné studie z *Homework Manual, Vol. 1*
- b. Vhodná CD o vztazích (Mack or others), *Getting Along With Other People, How to Handle Loneliness, Developing An Attitude of Gratitude, Servanthood*, etc.
- c. *You Can Overcome Interpersonal Conflicts*, Mack
- d. Studie na téma mezilidských vztahů
- e. Úseky z Přísloví a další biblická místa na téma mezilidských a sociálních vztahů
- f. Biblické studium o družnosti a přátelství
- g. Nacvičování dovedností ve vzájemných vztazích v potřebných oblastech
- h. Praktický seznam známých a přátel

#### 7. Motivačně

- a. Udělej si seznam všech výhod, které poplynou ze změny a seznam strádání nebo nevýhod, které nastanou, když ke změně nedojde; napiš si seznam biblických důvodů proč věřit, že se můžeš změnit

- b. Knihy o Kristu
- c. Knihy o Božích zaslíbeních
- d. Studie o naději
- e. Studie o Božím smyslu života
- f. Studie o smyslu zkoušek a utrpení
- g. Zavaž se, že vytvářáš během celého procesu proměny
- h. Vhodné kapitoly z *Spiritual Depression; Defeating Despair and Depression*, Nortveldt

## Biblická ochrana pro zneužívané členy rodiny

### Úvod

#### I. Definice domácího zneužívání

##### A. Co je zneužívání?

##### A. Kdo je zneužívaný?

#### II. Rozpoznání rozdílů v rodině

##### A. Kdo je křesťan?

### Manželské rozložení v rodině

	Manžel (M)	Manželka (Ž)
Křesťan (K)	KM církevní & Občanské autority	KŽ církevní & občanské autority
Nevěřící (N)	NM Občanské autority	NŽ občanské autority

*Čtyři možné scénáře*

		Nejvíce nadějně	Nejméně časté	
1.	KMKŽ	↓	↑	Matouš 18:15-17
2.	KMNŽ			1 Petrova 3:7
3.	NMKŽ			1 Petrova 3:1-6
4.	NMNŽ			Genesis 3:16b
		Nejméně nadějně	Nejčastější	

## B. Kdo je ten, kdo zneužívá?

1. Zneuživatel v křesťanské rodině (KMKŽ)
  - a. zneužívající manžel
  - b. zneužívající manželka

Pokud nejsou podrobeni sborové kázni, zneužívaný partner zůstává bez ochrany.

2. Zneuživatel ve smíšené rodině
  - a. KMNŽ – zneužívající manžel
  - b. KMNŽ – zneužívající manželka
  - c. NMKŽ – zneužívající manžel

- d. NMKŽ – zneužívající manželka
- 
- 3. Zneuživatel v nekřesťanské rodině (NMNŽ)
    - a. zneužívající manžel
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
    - b. znenužívající manželka

### III. Nesnáze a cíle při poradenství v oblasti zneužívání

#### A. Co o cílu říkají psychologové a integrationalisté?

- 1. Jejich cílem je zastavit \_\_\_\_\_.
  - a. naučit \_\_\_\_\_ právech
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  - b. učí principy “\_\_\_\_\_”
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  - c. vezmi \_\_\_\_\_ za svůj život
  
- 2. Jejich cílem je zastavit \_\_\_\_\_.
  - a. uniknout do \_\_\_\_\_.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  - b. odloučit od \_\_\_\_\_.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  - c. \_\_\_\_\_ partnera

3. Jejich cíl při poradenství nerozlišuje mezi \_\_\_\_\_.

4. Jejich cílem při poradenství je pouze zdraví \_\_\_\_\_.

B. Co o cíli říká Bible?

1. Cílem při biblickém poradenství je být \_\_\_\_\_ dokonce uprostřed \_\_\_\_\_.

2. Cílem při biblickém poradenství je hledat \_\_\_\_\_ a získat \_\_\_\_\_ ke \_\_\_\_\_.

3. Biblické poradenství vidí velký rozdíl mezi rodinou, která má \_\_\_\_\_ a tou, která má \_\_\_\_\_.

4. Tento cíl se zaměřuje na \_\_\_\_\_ pro dobro jak \_\_\_\_\_ tak i \_\_\_\_\_.

IV. Pomáhání a dávání naděje zneužívaným

A. Kde je Bůh?

1. Bůh \_\_\_\_\_ příčinu \_\_\_\_\_.

2. Bůh nás nezbaví \_\_\_\_\_.

3. Bůh poskytne vše, co \_\_\_\_\_ během \_\_\_\_\_.

B. Co Bůh chce?

1. Chce, abys Mu \_\_\_\_\_ .

2. Chce, aby ses spoléhal na Jeho svrchovanou \_\_\_\_\_.

3. Chce, abys praktikoval \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_.

4. Chce, abys hledal zbožné \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_.

5. Chce, aby ses naučil, jak překonávat \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_.

6. Chce, abys byl moudrý ve svých \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_.

C. Jakou ochranu Bůh poskytuje?

1. Instituci \_\_\_\_\_.
  
2. Instituci \_\_\_\_\_.

Doporučení k domácím úkolům:

1. Abused? How You Can Find God's Help!, Richard and Lois Klempel, Fairway Press.
2. Znamení žena, Martha Peace, Poutnikova četba, kap. 13-14.
3. "Biblical Protection for Abused Wives", Timothy Pasma, tapes of the Biblical Counseling Institute, May 10, 1996 in Garrettsville, Ohio.
4. The Biblical Counselor, "What if Your Father Didn't Love You?", David Powlison (May, 1991).

## Nespavost a chronická únava<sup>7</sup>

### I. Úvodní myšlenky

- A. V průměru strávíme jednu třetinu našeho života spánkem.
- B. Spánek je pro naše zdraví stejně důležitý jako vyvážený jídelníček a fyzické cvičení.

### II. Nespavost

#### A. Pozorování ohledně nespavosti

1. Nespavost je subjektivní záležitost
2. Může zahrnovat potíže s usínáním, se spaním bez přerušení nebo s pocitem odpočatosti po spánku
3. Obvykle může být způsoben mnoha příčinami
4. “Nedostatek spánku” je spojován s divným chováním
5. Po 3 až 5 dnech nedostatečného spánku se v krvi objeví chemikálie podobné LSD
6. Způsobuje výpadky paměti, oslabuje bystrost, snižuje schopnost udržet pozornost
7. Běžným jevem jsou halucinace (možná způsobeny látkami podobnými LSD)
8. Při nedostatku spánku mohou tělesné funkce vyžadovat 10 dní, aby se vrátily do normálu
9. Existuje spojitost mezi spánkem a dobrým imunitním systémem
10. Spánek se během lidského života mění
11. K nespavosti mohou přispívat různé opravdové organické problémy
12. Nespavost je ovlivněna věkem a pohlavím
13. V roce 1995, 49% dotázaných dospělých řeklo, že má v průměru nejméně 5 nocí v měsíci problém se spánkem; 12,5 řeklo, že má problémy často (průměrně 16 nocí za měsíc). Z toho vyplývá, že 87 miliónů lidí má problémy se spánkem.
14. Nejčastěji uváděnými příčinami jsou stres a obavy.
15. 31 procent lidí se přiznalo, že během řízení na chvíli usnulo; 12% z nich mělo nehodu

#### B. Náklady spojené s nespavostí

V roce 1990 byly odhadnuty přímé náklady vynaložené lékařskou péčí nebo samotnými pacienty (zahrnuje náklady hrazené pacienty, lékařskými institucemi, pojišťovny, nebo vládou) na 10.9 miliard dolarů. V roce 1993 stouply náklady na 15.4 miliard dolarů. V roce 1994 se nepřímé náklady jako snížená produktivita v práci, zdravotní potřeby, újmy na majetku kvůli nehodám a lékařské náklady spojené s úmrtími odhadovaly na 70 až 92 miliard dolarů ročně.

---

<sup>7</sup> Sestavil Carey Hardy.

### C. Definice nespavosti

Je těžké určit přesnou definici, protože každý člověk potřebuje jiný počet hodin spánku, aby mohl fungovat na sto procent. Některé studie navrhuji tato čísla: Novorozenci 16–18 hodin; Děti (do 10let) 9–10 hodin; Děti nad 10 let a dospělí 7.5–8 hodin; Starší lidé 6.5 hodin. Ale existuje příliš mnoho výjimek, které vybočují z těchto pravidel.

### D. Řešení nespavosti

1. Mnozí to řeší lékami
2. Spánková hygiena<sup>8</sup>
  - a. Urči si pravidelnou dobu, kdy půjdeš spát a kdy budeš vstávat—snaž se ji dodržovat co nejpečlivěji, ikdyž jsi v cizím prostředí. Snaž se večeret v dobu, kdy jsi normálně zvyklý. Nechoď spát brzy. Vylez z postele, ikdyž ses moc nevyspal.
  - b. Ujisti se, že pokoj, kde spíš je tichý, temný a chladný.
  - c. Pravidelně brzy ráno cvič—nebo ještě lépe pozdě odpoledne—ale ne večer (necvič 3 hodiny předtím, než jdeš spát).
  - d. Nespi odpoledne nebo navečer—když máš problémy spát v noci, potřebuješ spát v kuse v noci, ne přes den.
  - e. Nehádej se s nikým těsně před tím, než jdeš spát; nedělej nic, co by tě před spaním rozrušovalo, jako například kontrola stavu účtu.
  - f. Nejez večer kořeněná nebo těžká jídla.
  - g. Nejez pozdě večer velká jídla (malé svačiny k zahnání hladu jsou v pořádku) a nepij moc tekutin.
  - h. V posteli si nečti, nepracuj, nejez, ani se nedívej na televizi; postel by měla být vyhrazena pouze spánku a věcem s ním spojeným.
  - i. Pokud během krátké chvíle (20-30 minut) neusneš, odejdi z postele a nevracej se dokud se nebudeš zase cítit ospalý (někteří navrhuji opak... zůstaň ležet v posteli se zavřenýma očima).
  - j. Spi jen tak dlouho, jak potřebuješ, aby ses při probuzení cítil odpočatý a čilý; “nepřespávej se”.
  - k. Vyhybej se nebo minimalizuj příjem kofeinu (káva, čaj, nealko nápoje), alkoholu, tabáku, obzvláště před spaním—ještě konkrétněji, vyhybej se kofeinu nejméně 6 hodin před spaním (také některým lékům jako je Sudafed, atd.).
  - l. Když se brzy ráno nebo odpoledne cítíš unavený, udělej si svižnou procházku. To pomůže tvým biologickým hodinám přizpůsobit se.

### E. Biblické myšlenky o nespavosti

1. Příklady nespavosti
  - a. Ester 6:1
  - b. Daniel 2:1
2. Co je potřeba pro dosažení dobrého spánku

<sup>8</sup> *Pharmacy Times* (August 1996): 67-76.

## a. Biblické myšlení (Př 3:13–26)

- (1) “dívání se na život z Boží perspektivy ”
- (2) “přemýšlet stejně jako Bůh”
- (3) v. 24—žádný strach v noci
- (4) v. 26—jistota v Bohu
- (5) Změna myšlení ovlivňuje každou oblast mého života.
- (6) Fp 4:8—A tak ponořte svou mysl do Písma.

## b. Boží bázeň (Př 19:23)

- (1) “Vědomí Boha”
  - (a) Uznání Jeho dokonalé svrchovanosti a Jeho dokonalé dobroty
  - (b) Úžas a úcta před Ním, která vede k postoji chváli jako způsobu života
  - (c) Zahrnuje důvěru v Boha — když doopravdy rozumíš tomu, Kým je a jsi tím veden ke chvále jako způsobu života, rosteš v důvěře v Něj (Př 3:5–8).

## c. Poslušnost a svatost (Př 6:20–23)

Vina → břímě

## a. Spokojenost

- (1) Kaz. 5:12
- (2) Příklad Fp 4:11
- (3) Ž 4:8

### 3. ALE ... CO MÁM DĚLAT, KDYŽ PROSTĚ NEMŮŽU USNOUT? NEBO KDYŽ SE PROBUDÍM UPROSTŘED NOCI A NEMŮŽU ZNOVU USNOUT?

Musím vidět tuto neschopnost spát ve světle Boží prozřetelnosti. Věř, že tyto chvíle dává Bůh jako příležitosti.

## a. Příležitost ke zkoumání

- (1) Pocit viny? Hřích? Málo důvěry v Boha? Málo biblického postoje?
- (2) Ž 139:23–24

## b. Příležitost k meditaci

- (1) Ž 119:148
- (2) Ž 16:7
- (3) Ž 77:6
- (4) Ž 77:11–12
- (5) Ž 4:4

## c. Příležitost k rozhovoru

(1) Ž 4:1

(2) Ž 77:1–2

(3) Fp 4:6–7

(a) Modlitba za věci, které tě tíží

(b) Modlitba za ostatní – odvrátí se pozornost od sebe sama

## 4. Shrnutí

## a. Pojmenuj možné duchovní příčiny nespavosti:

(1) Životní styl neustálých obav a úzkostí a nedůvěry Bohu

(2) Pocit viny kvůli neposlušnosti

(3) Nedostatek tvrdé práce...dělání toho, co umím, abych vyřešil problém...ale nic víc

(4) Nebiblické postoje, mysl není natolik ponořena v Písmu, že by biblické myšlení bylo mým životním stylem

(5) Postoj nespokojenosti – s lidmi, okolnostmi, Bohem

## b. A potom, když “Bůh nedovolí tvým očím spát,” to můžeš vidět jako příležitost ke zkoumání, meditaci a přimlouvám.

## III. Chronický únavový syndrom

## A. Pozorování

1. Není smrtelný (obvykle)
2. Není progresivní
3. Neexistuje léčba
4. Někteří říkají, že jím trpí až 24% populace
5. Symptomy trvají 2 ½ roku a potom odezní
6. Dvě třetiny tvoří ženy (15–34 let; 2:1 k mužům)

## B. Lékařské zprávy

1. Neexistuje žádná prokázaná diagnóza nebo terapeutický přístup.
2. Hlavním záměrem je úleva od příznaků skrze cvičení, jídelníček, léky (Prozac, Xanax, placebo)
3. V minulosti se předpokládalo, že je způsoben virem Epstein-Barr (ale 90% američanů má protilátky)

4. Další navrhované příčiny:
    - a. Toxiny z životního prostředí
    - b. Jiné viry
    - c. Zvýšení stresu
    - d. Dědičnost
    - e. Příliš mnoho cvičení
    - f. Sliny
- C. Kritérium (Musí být přítomny obojí)
1. Hlavní kritéria
    - a. Náhlý výskyt trvalé nebo vracející se ochromující únavy nebo rychlá unavitelnost u člověka, který v minulosti neměl podobné symptomy. Únava, které nepomůže odpočinek na lůžku a která je natolik vyčerpávající, že snižuje nebo znemožňuje průměrnou denní aktivitu pod 50 procent z běžně vykonávané činnosti po dobu alespoň 6 měsíců.
    - b. Vyloučení jiných klinických onemocnění, která by také mohla mít za následek podobné symptomy, včetně:
      - (1) zhoubný nádor
      - (2) autoimunní choroba
      - (3) onemocnění bakteriální, plísňová nebo onemocnění způsobená parazity
      - (4) místní infekce
      - (5) nemoc související s virem HIV
      - (6) chronické zánětlivé onemocnění
      - (7) nervomuskulární onemocnění
      - (8) endokrinní onemocnění
      - (9) užívání drog
      - (10) vedlejší účinky léků nebo jiných toxických prostředků
  2. Druhořadá kritéria
    - a. Ke splnění symptomatických kritérií se musí symptomy objevit v době počátku nebo po výskytu zvýšené únavy a musí být přítomny nebo se vracet po dobu nejméně 6 měsíců (jednotlivé symptomy se mohou nebo nemusí objevovat současně). Musí se objevit alespoň 8 z následujících symptomů:
    - b. Kritéria symptomů
      - (1) Mírně zvýšená teplota—teplota kolem 37 stupni nebo zimnice
      - (2) Bolest v krku
      - (3) Bolavé lymfatické uzliny v přední nebo zadní části krku nebo v jiné části těla
      - (4) Nevysvětlitelné celkové oslabení svalstva
      - (5) Svalová bolest nebo myalgie (mírná svalová bolest)
      - (6) Celková únava trvající nejméně 24 hodin po přiměřeném cvičení

- (7) Bolesti hlavy dříve neznámého charakteru
  - (8) Stěhovavá bolest kloubů aniž by klouby natékaly nebo zarudly
  - (9) Neuropsychologické stížnosti (jedna nebo více z následujících: světloplachost, krátkodobý výpadek části zorného pole, zapomnětlivost, nadměrná podrážděnost, zmatenost, těžkosti s přemýšlením, neschopnost se soustředit, deprese)
  - (10) Narušený spánek
  - (11) Výskyt řady základních symptomů během několika hodin či dnů
- c. Fyzická kritéria—alespoň dvakrát musí být zdokumentována lékařem s nejméně měsíčním odstupem.
- (1) Mírná teplota (viz poznámka 1 u kritéria symptomů)
  - (2) Zánět hltanu
  - (3) Patrné nebo citlivé lymfatické uzliny v přední nebo zadní části krku

#### D. Postup

##### 1. Fyzické vyšetření

- a. Pokud jsou zjištěny organické potíže, pacient bude potřebovat pomoci, jak se naučit reagovat na nemoc biblickým způsobem
- b. Pokud zjištěny nejsou, poradce se bude muset podívat detailně na problémy, tlaky a nepříjemné okolnosti v životě pacienta

##### 2. Shromažďování informací

- a. Příjemné/nepříjemné okolnosti
  - (1) Co je na nich dobrého nebo špatného
  - (2) Zhodnoť jejich reakci. Co si o nich myslí?
  - (3) Dívají se na ně Božíma očima? Rozlobení?
  - (4) Kolik času stráví přemýšlením o nich?
- b. Hledej faktory, které mohou přispívat k únavě; únava může být vyvolána reakcemi na život.
- c. Časté myšlenky o tom, jak moc je únava nepříjemná.
  - (1) To, co se děje je “nespravedlivé”
  - (2) Přání si něčeho lepšího
- d. Strach/obava
  - (1) Strach o své zdraví
  - (2) Obava, že kvůli obavě nezvládnou práci
  - (3) Obava, že únavu překonám
  - (4) Strach z možných nařčení kvůli únavě
  - (5) Nedostatek dobrého spánku: Na co myslí, když leží v posteli?
- e. Postoj

- (1) Možná byl obviněn, že symptomy jen předstírá
- (2) Je pro něj důležitější chvála od lidí nebo od Boha? (J 12:43)

f. Pocit viny

- g. Zneužívá únavy?
  - (1) Přehnané reakce
  - (2) Snaha manipulovat

3. Možné příčiny

- a. Únava může být důsledkem reakcí na problémy v životě.
  - (1) “Psychosomatické”—lidé si vytváří symptomy kvůli svým nebiblickým reakcím na problémy.
  - (2) Nejsou organické, ale návykové
  - (3) Organické, ale neznámé
- b. Nebiblické reakce
  - (1) Energie je využívána nekostruktivně, aniž by docházelo k úlevě od únavy.
  - (2) Příklady nebiblických reakcí:
    - (a) Obava — starost o budoucnost; špatný den
    - nemůžu ohledně budoucnosti nic udělat
    - Místo, aby využívala energii produktivně, vyvolává energii, která není využita.
    - (b) Soustředění se na nevyřešené problémy a z nich plynoucí nepokoj je také plýtvání energií a brání dobrému spánku
- c. Velká touha zbavit se únavy může také přispívat.
  - (1) Stane se hlavním tématem života
  - (2) Zvětšuje nepříjemný pocit
  - (3) Může se stát modlou

E. Rada

- 1. Jdi za doktorem.
- 2. Věnuj hodně času shromažďování informací.
  - a. Neminimalizuj problém tím, že si únavu jen představuje.
  - b. Je to reálný symptom.
- 3. Důvody nemoci
  - a. Prokletí hříchu

- b. Způsobený hříchem (Jk 5:15, 16)
  - c. Zabránit hříchu (2 K 12:7)
  - d. Oslavit Boha (J 9: 1–4)
4. Pokud neexistuje organická příčina
- a. Pátrej po nebiblických reakcích na život.
  - b. Pomož mu vidět, že když má větší touhu zbavit se únavy než se zalíbit Bohu a být zodpovědným navzdory únavě, tak se mu to stává modloslužbou.
  - c. Pamatuj si, že symptomy jsou reálné
  - d. Možná bude potřebovat pomoc s plánováním, kázní, držením myšlenek na uzdě.
  - e. Soustřeď se na to, jak může oslavit Boha a zefektivnit službu.
5. Pokud je příčina organická
- a. Je možné zalíbit se Bohu, ikdyž únava neodejde.
  - b. Zaměř se více na to, jak se zalíbit Bohu než jak se zbavit únavy.
  - c. Jejich reakcí je teď mám problém.
  - d. Jak může být použit k oslavě Boha?
    - (1) J 9:3
    - (2) 2 K 12:9, 10
    - (3) Jk 1:2–4
  - e. Vzdej za něj dík Bohu. (Ef 5:20)
  - f. Vnímej problémy jako něco, co Bůh používá, aby člověk rostl do Kristovy podoby.
    - (1) Ř 8:28, 29
    - (2) Hledej způsoby jak sloužit. (Mt 20:28)
  - g. Ovládej své myšlenky a svou mysl a uživej je produktivně. (2 K 10:5)
    - (1) Zaměstnávej svou mysl modlitbou, čtením ... a jinými dobrými věcmi
    - (2) Když jsi v noci vzhůru—medituj nad Písmem a nepřemýšlej nad tím jak je to nepříjemné...
    - (3) Nahraď návyk soustředění se na symptomy na soustředění se na to, jak věci doopravdy jsou... (Fp 4:8, 9)
    - (4) Hlavním cílem by mělo být zalíbit se Bohu (2 K 5:9); nesnaž se Bohem manipulovat.
6. Nauč se mít nový pohled na život.
- a. Ž 118:24
  - b. 2 K 9:8

- c. 2 K 12:8–10
  - d. Fp 4:13
7. Uvědom si, že opravdové vítězství přijde pouze tehdy, když se budeš na problém dívat z biblické, věčné perspektivy.
- a. 2 K 4:16–18
  - b. Petr se radoval uprostřed nesnází.

**HYPERAKTIVITA S PORUCHOU POZORNOSTI (ADHD)<sup>9</sup>****ÚVOD****I. Kategorie nepozornosti****A. Symptom 1**

1. Chování: Často nevěnuje pozornost detailům nebo dělá chyby z nepozornosti ve škole, v práci nebo při jiných aktivitách
2. Rada
  - a. Když dítě udělalo chybu z nepozornosti, jaký byl jeho cíl? (2 K 5:9; 1 K 10:31)
  - b. Proveď zhodnocení vytvořením seznamu nejčastějších chyb (Ko 3:22, 23; Př 22:29)

**B. Symptom 2**

1. Chování: Má často problém udržet pozornost při úkolech nebo hrách
2. Rada
  - a. Správcovství mysli, kterou ti Bůh dal. (1 P 1:13, 14; Př 1:8-9)
  - b. Snaž se prodloužit dobu pozornosti

**C. Symptom 3**

1. Chování: Často se zdá, že neposlouchá, když se na něj mluví
2. Rada

---

<sup>9</sup> Sestavil Bill Shannon.

- a. Neschopnost naslouchat je sobectví a neúcty ke druhému. (Ř 12:10; Př 19:20, 21; Př19:27)
- b. Získej pozornost dítěte, dávej mu jasné vizuální a verbální instrukce, vypočítávej na prstech a dohlédni na plnění úkolu.
- c. Vyžaduj verbální reakce pokaždé, když se na dítě mluví. (Př 16:23)
- d. Komunikuj s ním rozmanitým způsobem.
  - (1) Hra a dramatizace
  - (2) Záhada, fascinace
  - (3) Pochvaly během činnosti

#### D. Symptom 4

1. Chování: Často nesplní pokyny a nedokončí domácí úkoly, domácí práce nebo povinnosti v práci (ne protože by odmítal poslechnout nebo protože by nerozuměl instrukcím).
2. Rada
  - a. Nestačí, když děti dobře začnou, ale musí i dobře dokončit. (Ga 6:9; 2 Tm 4:7)
  - b. Rodiče se musí na problém dívat z Boží perspektivy.

#### E. Symptom 5

1. Chování: Často těžko zvládá zorganizovat si úkoly a činnosti
2. Rada
  - a. Uspořádanost je zbožná vlastnost. (1 K 14:33, 40; Ko 2:5)
  - b. Všechno má své místo a všechno musí být na svém místě, když se to nepoužívá.

#### F. Symptom 6

1. Chování: Často se vyhýbá, nemá rád nebo se neochotně účastní úkolů, které vyžadují soustředěné duševní úsilí (jako je práce ve škole nebo domácí úkoly)
2. Rada
  - a. “Těžké” neznamená nemožné.
  - b. Děti se musí naučit být zodpovědné. (Fp 4:13)
  - c. Aby to dítě nevzdalo, rodiče musí být odhodlaní pomáhat, trvat na dokončení, musí být trpěliví a laskaví dokud dítě neuvěří, že “ON TO DOKÁŽE”.

#### G. Symptom 7

1. Chování: Často ztrácí věci potřebné k úkolům nebo činnostem ve škole nebo doma
2. Rada
  - a. Učte jej biblické doktríně správcovství. (1 K 4:2)
  - b. Co očekávám, to zkontroluji. (Řm 14:10; 2 K 5:10)

#### H. Symptom 8

1. Chování: Často je rozptýlen vnějšími irelevantními podněty
2. Rada
  - a. Rychle se podívám, pak se vrátím ke své zodpovědnosti. (Lk 9:62)
  - b. Děti potřebují postup, aby se mohly změnit. (Ef 4:22-24)

#### I. Symptom 9

1. Chování: Je často zapomnětlivý při denních činnostech
2. Rada
  - a. Pracuj na duševních prioritách. (Ko 3:2)
  - b. Pro Boha je důležité, abych si to zapamatoval, tak pro mně to bude taky důležité. (Ef 6:1-3)
  - c. Využijte systému příčina a důsledek, ne “vykoupení se”. (Ga 6:7)

### II. Hyperaktivita – Kategorie impulzivita

#### A. Symptom 1

1. Chování: Často si hraje s rukama nebo s nohama, nebo se vrtí na sedadle
2. Rada
  - a. Uč jej kvalitu pozornosti.
  - b. Používejte celé tělo k naslouchání druhých. (1 K 9:27)

#### B. Symptom 2

1. Chování: Často opouští své místo ve třídě nebo v jiných situacích, kdy se očekává, že bude sedět
2. Rada
  - a. Uč ho, aby byl poslušný, i když se mu nechce. (J 13:17)
  - b. Bůh přikázal dětem, aby poslouchaly své rodiče. (Ko 3:20)

### C. Symptom 3

1. Chování: Často pobíhá kolem nebo lozí v nevhodných situacích (v pubertě nebo u dospělých se to může omezovat na subjektivní pocity nebo neklid)
2. Rada
  - a. Uč jej principu zasévání a sklizení, příčiny a důsledku. (Ga 6:7-9)
  - b. Připrav své dítě dopředu podle záměru obléct/svléct. (Ef 4:22-24)

### D. Symptom 4

1. Chování: Má často problém hrát si v tichosti nebo s jinými odpočinkovými aktivitami
2. Rada
  - a. Urči hranice, které může dodržet i při odpočinkových aktivitách. (Př 21:23)
  - b. Uč jej správnému používání “vnitřního” a “vnějšího” hlasu. (Kaz 3:7)

### E. Symptom 5

1. Chování: Je často velmi aktivní a často se chová, jako kdyby byl poháněn motorem
2. Rada
  - a. Toto chování může být důsledkem neustálé frustrace
    - (1) Propadá ve škole? V jakém předmětu? V jaké situaci?
    - (2) Jsou v jeho životě nevyřešené konflikty?
    - (3) A co vztahy s kamarády? Má nějaké kamarády?
    - (4) Jaké další změny se v jeho životě odehrávají?
  - b. Rozvrhni mu den rozumně a důsledně.

### F. Symptom 6

1. Chování: Často příliš mnoho mluví
2. Rada
  - a. Mluv s ním o přerušovaném rozhovoru, který je v rozporu s budováním druhých. (Ef 4:29)
  - b. Buď nositelem pokoje, ne pomluvač. (Př 26:22; Řm 12:1, 2)
  - c. Nauč své děti soustředit se na druhé tím, že se budou učit pomáhat. (Mk 10:43-45)

### G. Symptom 7

1. Chování: Často vystřelí odpověď dříve než otázka byla dopovězena
2. Rada
  - a. Ber ohledy na druhé tím, že budeš naslouchat. (Př 18:13)
  - b. Nedovol, aby tě přemohla pýcha.

#### H. Symptom 8

1. Chování: Má často problém s čekáním, než na něj přijde řada
2. Rada
  - a. Tento problém pramení ze sobeckosti. (Fp 2:3-4)
  - b. Rodiče, ujistěte se, že jste opravdovým příkladem v upřednostňování druhých.

#### I. Symptom 9

1. Chování: Často přerušuje nebo se vměšuje do druhých (např. vstupuje do rozhovorů nebo her).
2. Rada
  - a. Buď rychlý k naslouchání a pomalý k mluvení. (Jk 1:19)
  - b. Přestaň se soustředit na to, co ty chceš říct. (J 4:34)

## Utrpení & zármutek<sup>10</sup>

### I. Úvod

“Radujte se s radujícími, plačte s plačícími.” (Římanům 12:15)

### A. PŘÍPRAVA NA SMRT

#### 1. Pomáhej křesťanům připravit se na život po smrti:

##### a. Duchovně

##### (1) Smrt Božího dítěte:

(a) Je v Božích očích vzácná (Ž 116:15)

(b) Znamená jít rovnou do ráje (Lk 23:43)

(c) Znamená jít do Otcova domu (J 14:2)

(d) Znamená být s Kristem (Fp 1:23)

(e) Znamená být doma u Pána (2 K 5:8)

(f) Je ziskem (Fp 1:21)

(g) Je mnohem lepší (Fp 1:23)

##### b. Hmotně

(1) Pomož jim dát si všechny věci do pořádku. (Sežeň si materiál “Preparing for Heaven” [Příprava na nebe].)

### II. PRAVÁ CHVÍLE PRO ZÁRMUTEK

A. Žal je patřičným vyjádřením emoce nad ztrátou. Je vyjádřením bolestivého nebo hlubokého zármutku, zármutku ze ztráty, která bolí!

Není nic špatného na vyjádření opravdového zármutku pramenícím ze ztráty těch, které jsme milovali a kteří zemřeli a také zármutku nad jejich bolestí a utrpení, které před smrtí možná podstoupili. Někdy si křesťané myslí, že když se rmoutí nad ztrátou bratra nebo sestry, tak tím prokazují nedostatek víry. Ale Písmo

---

<sup>10</sup> Sestavil Jim Pile

takový názor nepodporuje, protože čteme, že když byl Štěpán ukamenován, tak “Zbožní muži Štěpána pochovali a velmi nad ním nařikali.” (Sk 8:2)...

Jejich žal byl projevem opravdového zármutku, který prožívali kvůli ztrátě společenství s někým koho milovali a tyto projevy zármutku nebyly špatné – byly správné.

Dokonce Ježíš “plakal” u Lazarova hrobu (J 11:35), protože prožíval smutek nad tím, že Lazar zemřel, že jeho sestry a ostatní se rmoutili a také jistě kvůli tomu, že vůbec existuje smrt, protože smrt je konec konců nepřírozená a neměla by být na světě, který byl stvořen Bohem.<sup>11</sup>

1. Ježíš plakal u Lazarova hrobu (J 11:35). Jako soucítící velekněz Marie a Marty, rozuměl bolesti a utrpení, které prožívaly. Tak, jak prorok Izajáš předpověděl, byl “muž bolestí, který znal nemoci...” (Iz 53:3).
2. První Tesalonickým 4:13 vyjadřuje oprávněnost žalu mezi křesťany, “Nechceme vás, bratři, nechávat v nevědomosti o těch, kdo zesnuli, abyste se nermoutili jako ti ostatní, kteří nemají naději.”

### III. ZVYKY V BIBLICKÝCH DOBÁCH

#### A. Smutek byl vyjadřován:

1. Pláčem (J 11:33–35)
2. Hlasitým bédováním (Jr 9:17–18)
3. Trháním oblečení (Gn 37:34; 2 S 1:11, 3:31)
4. Nošením žiněného roucha (Gn 37:34; Ž 35:13)
5. Posypáváním se popelem (2 S 13:19; Jr 6:26; Jb 2:12)
6. Holením si hlavy (Jr 16:7; Jb 1:20)
7. Půstem (2 S 1:12)
8. Zasazováním ran (Jr 16:6–7) a ležením na zemi (2 S 12:16; 13:31)
9. V biblických dobách existovaly tak zvané plačky, které se najímaly k vyjádření zármutku (2 Kr 35:25; Jr 9:17; viz také Mt 9:23)

<sup>11</sup> Wayne Grudem, *Systematic Theology: An Introduction to Biblical Doctrine* (Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1994) p. 814

Jeremiáš 9:17–18—“Ať si pospíší a začnou nad námi bědovat. Ať z našich očí plynou slzy, ať se z našich víček řine voda, vždyť ze Sijónu je slyšet hlas bědování: Jak jsme zničeni! Velmi se stydíme, neboť jsme opustili zemi, protože strhli naše příbytky.”

- B. Doba držení smutku za zesnulé se v biblických dobách měnila podle zvyku konkrétního národa.
1. Izraelité většinou drželi smutek 7 dní. Když se Josef a jeho rodina vrátili z Egypta do Kanánu, tak se kvůli Jákobovi rmoutili 7 dní. (Gn 50:10)
  2. Když byl Josef se svojí rodinou v Egyptě, tak podle Egyptského zvyku drželi smutek 70 dní. (Gn 50:3)
  3. Za Árona (Nu 20:29) a Mojžíše (Dt 34:8) to bylo 30 dní
  4. Za Saula trval smutek 7 dní (1 S 31:13)

#### IV. POHŘEB

##### A. ÚČEL POHŘBŮ

1. Pohřby dávají lidem příležitost rmoutit se společně
2. Pohřby jsou příležitostí k vyjádření křesťanské lásky a podpory
3. Pohřby pomáhají lidem přijmout ztrátu
4. Pohřby jsou příležitostí k připomenutí si nejdůležitějších událostí v životě zesnulého
5. Pohřby jsou skvělou příležitostí ke zvěstování naděje evangelia

##### B. DEN POHŘBU

###### 1. KDYŽ SE POHŘEB KONÁ V KREMATORIU:

- a. Přijed' nejméně 20-30 minut před začátkem pohřbu
- b. Pozdrav se s rodinou

- (1) Utěš je
- (2) Pokud je to vhodné, podívej se s rodinou na tělo zesnulého
- (3) Pokud je to možné, modli se s nimi
- (4) Podepiš knihu hostů

## 2. POKUD BUDE POHŘEB UKONČEN U HROBU:

- a. Dbej pokynů pracovníků pohřební služby. Obvykle pojedete k hrobu autem za pohřebním vozem.
- b. Zajdi za rodinou u hrobu a potom se účastni oběda (nebo večeře) nebo se vrať zpátky do sboru.
- c. Nabídni rodině další pomoc

## C. MOŽNÁ OSNOVA A DÍLČÍ PRVKY POHŘBU:

- Celkový čas by měl být kolem 30–40 minut; kázání 10–15 minut.
- Pamatuj si: Buď *flexibilní*; každý pohřeb je jiný.

### 1. *Předehra na varhanech*

### 2. Přivítání

### 3. Čtení z Písma

- a. Obvyklé biblické oddíly:

- (1) Ž 23; 90; 91; 116; 121
- (2) 2 K 5:1–9
- (3) J 14:1–6
- (4) Zj 21:1–5; 22:1–5
- (5) 1 K 15:50–58
- (6) Ř 8:28–39

### 4. Modlitba

### 5. Písně

- a. Navrhované písně:

- (1) Amazing Grace – Už z hor zní zvon
- (2) How Great Thou Art – Ó velký Bože

- (3) I Am His and He Is Mine
- (4) What a Friend We Have in Jesus – Ó, jak vzácné štěstí pro mne
- (5) My Savior, First of All
- (6) It Is Well with My Soul
- (7) Like a River Glorious
- (8) Great Is Thy Faithfulness
- (9) Finally Home
- (10) No More Night

## 6. Eulogie

- a. *Nevěřící*: Požádej člena rodiny, aby napsal o zesnulém dva až tři odstavce. Například o jeho vzdělání, pracovních úspěších, o pěkných vzpomínkách, o tom, koho po sobě zanechal, atd. Pokud je to možné, projdi s ním to co napsal, aby nedošlo k nějakým nevhodným poznámkám.
- b. *Křesťan*: Zázemí, svědectví, služby, pěkné vzpomínky, atd. Pokud chce člen rodiny něco říct, ať je to dopředu domluvené (ne otevřené komukoliv z přítomných) a ať jich není moc, třeba 1-3. Víc než 2-3 není dobré. Projdi s nimi jejich poznámky a řekni jim, ať to má každý z nich do 3 minut.

## 7. Kázání (může předcházet píseň)

- a. *Nevěřící*: Vysvětli evangelium na základě vybraných pasáží (Ř 6:23; Ž 90) nebo vhodných témat (např. Nebe, naděje, čemu se můžeme naučit ze smrti milované osoby).
- b. *Křesťan*: Při hledání materiálu na kázání si projdi Bibli zesnulého. Sdílej evangelium na základě jeho duchovních vlastností.

### (1) Příklady poznámek z Bible zesnulého:

- (a) Jsem pravdomluvný? Efezkým 4:25
- (b) Jsem věrný? Žalm 31:23–24
- (c) Jsem svatý? 1 Petrova 1:16
- (d) Jsem horlivý? Marek 12:29–31
- (e) “Nikdo není moudrý, pokud nezná Písmo.”
- (f) “Pověst je to jaký si lidé myslí, že jsi. Povaha je to jaký Bůh ví, že jsi.”

## 8. Zpěv

## 9. Požehnání

## 10. Epilog

## V. PRAKTICKÉ TIPY PRO ČAS ÚMRTÍ

### A. Co bys neměl říkat, když někdo zemře:

1. *Neříkej nic banálního (klišé nebo odpovědi).* Nezpůsobuj více bolesti necitlivými nebo špatně načasovanými slovy, jako jsou:
  - a. “No, je to vůle Páně!”
  - b. “Neboj se. Bůh ti dá další děti.”
  - c. “Bůh má své zvláštní cesty.”
  - d. “Mysli na všechna další požehnání, které ti Bůh dal.”
  - e. “Vím, jak se cítíš” nebo “Rozumím ti!”
  
2. *Neříkej nic nevhodného:*
  - a. “Plánujete mít další děti?”
  - b. “Jsi pořád ještě mladá – myslíš, že se ještě vdáš?”
  
3. *Neříkej nic netaktního:*
  - a. “Příliš si to bereš.”
  - b. “Existuje spousta jiných.”
  - c. “To miminko mělo asi nějakou vadu – asi proto vám ho Bůh vzal, aby vás ochránil.”
  - d. “Vím, jak se cítíš. Minulý týden mi zemřel pes.”
  - e. “Je mi líto, že zemřel jako nevěřící a teď je v pekle – ale Bůh má vše ve svých rukou.”
  - f. “Budeš překvapená, jak rychle si zvykneš na nový způsob života.”
  - g. “Možná tě Bůh za něco trestá.”

### B. Místo toho:

1. *Řekni co je v tu chvíli vhodné*<sup>12</sup>—např. vhodný biblický oddíl, slovo útěchy, atd..
  - a. Obzvláště utěšující jsou Žalmy.<sup>13</sup>
  - b. Další vhodné Biblické pasáže pro ty, kdo se rmoutí:
    - (1) Přísloví 3:5–6
    - (2) Jan 14:1–6

<sup>12</sup> Přísloví 15:23

<sup>13</sup> Žalm 23; 46; 90; 100; 103; 116; 119; 121; 145

- (3) Římanům 8:28–39
- (4) 1 Korintským 15:50–58
- (5) 2 Korintským 1:3–5; 5:1–9
- (6) Zjevení 21:1–5; 22:1–5

- c. *“Modlím se za tebe.”* Modli se s ním nebo mu řekni, za co konkrétně se za něj přimlouváš. Manžel, kterému zemřela manželka řekl, *“Největším přínosem pro mě byly modlitby mnohých.”*
- d. Když mluvíš o zesnulém, použivej jeho jméno—např., *“Určitě ti \_\_\_\_\_ chybí, že?”*
- e. *“Jak se dnes máš?”* *“Myslel jsem na tebe.”* Nevyhýbej se jeho zármutku<sup>14</sup>, ale nechávej otevřené dveře k rozhovoru.
- f. Někdy neříkej vůbec nic—sdílené ticho, objetí a slzy jsou často nejlepším rozhovorem.

#### C. Co bys v čase úmrtí dělat neměl:

1. Nenuť člověka, který přišel o někoho, koho miloval, aby reagoval povrchně—např., *“Jak se máš?”* *“Dobře.”* Nech ho, aby vyjádřil své pocity, aniž bys ho hodnotil. Jedna mladá žena řekla, *“Byla jsem příliš veselá a myslím, že se jí to dotklo, protože ještě tak moc trpí.”*
2. Bud' informovaný o zesnulém. Pokud něco nevíš, zeptej se vhodného člověka. Nikdy pouze něco nepředpokládej.
3. Neunáhluj se v dávání rad ohledně toho, co by měl pozůstalý dělat. Tvoje rada by mohla být úplně “mimo”.

#### D. Místo toho:

1. *Nech místo pro zármutek.* Některým lidem bude trvat déle než všechno zpracují.
2. *Zavolej mu nebo ho navštiv co nejdřív.* Bud' s ním a utěšuj ho (Řm 12:15). Možná bude v šoku. Pokud bude potřeba, dávej mu pokyny.
3. *Opravdově mu naslouchej.* Každý prožívá zármutek jinak. Vyzvi truchlícího, aby sdílel své pocity a myšlenky, místo abys předpokládal, že znáš jeho

<sup>14</sup> Římanům 15:13

problémy. Jedna mladá dívka, která ztratila matku mi řekla, “*Lidé si možná myslí, že o tom nechci mluvit, ale já chci.*”

4. *Opravdově mu pomáhej.* Při neurčité nabídce se často neočekává, že by jí někdo doopravdy využil (např. *Když budeš něco potřebovat, zavolej mi*) a truchlící to může pochopit tak, že v podstatě doufáš, že ti nezavolá. Místo toho bychom měli říct, “*Co pro tebe mohu udělat?*” nebo navrhnout něco konkrétního, co bychom mohli udělat.
  - a. Buď konkrétní! Například mu pomoz se zařizováním pohřbu – jdi s ním do márnice (pokud to bude třeba). Znej jeho přání a finanční možnosti a pomoz mu, aby byl při přípravách moudrý.
  - b. Stejně tak mu poskytni konkrétní pomoc v jeho každodenních potřebách, obzvláště pokud jde o staršího člověka (domácí práce, nákup jídla, sekání trávy, hlídání dětí, procházka, placení účtů, atd.)
  - c. Konečně, naslouchej a pozoruj věci kolem, abys viděl jakékoliv další potřeby, které můžeš naplnit.
5. *Buď k dispozici,* abys mohl získat pomoc rodiny nebo přátel, kteří navštíví, zavolají, pošlou dopis a budou se modlit. Telefonáty a přání, obzvláště k narozeninám a výročím jsou důležité v několika prvních měsících a měli by fungovat alespoň rok. Mladá maminka, která přišla o dítě mi řekla, “*Telefonáty jsou velkou pomocí, obzvláště v prvních měsících.*” Telefonovat by se mělo alespoň rok. Klíčem je důslednost.
6. *Pomoz mu časem jít kupředu* ve službě a činnostech vně. Možná nebude sám iniciativní v tom, aby šel dál, ale ty můžeš být jeho zdrojem síly a povzbuzení dokud nebude stát zpátky na vlastních nohou. Taky s ním sed' ve shromáždění. Povzbud' ho ke službě, ve které bude vynikat.

## VI. Návrhy k následné službě

- A. Můžeš mít nesmírný vliv na lidi uvnitř a vně sboru tím, že jim budeš pomáhat v těžkých časech!
  1. Zavolej nebo napiš rodině do dvou týdnů od pohřbu.
  2. Pozvi rodinu do sboru. Pokud už jsou se sborem v kontaktu, co nejdřív je vtáhni zpátky do sborového života.
  3. Buď připraven poradit, pokud bude někdo potřebovat pomoct vyrovnat se se zármutkem biblickým způsobem.
  4. Pokud to bude vhodné, nabídní, že se zúčastníš zasazení náhrobního kamene (zhruba 1 – 2 měsíce po objednání nápisu).

5. Navštiv rodinu u nich doma.
6. Pokračuj s návštěvami, poradenstvím, nošením jídla, pomocí doma, atd.
7. Pošli blahopřání vdově nebo vdovci v den jejich výročí svatby.
8. Pošli rodině blahopřání v den narození a smrti zesnulého. Je to obzvláště důležité první a druhý rok.
9. Povzbud' další rodinu ve sboru, aby si truchlící rodinu "adoptovala".
10. Pokračuj ve službě truchlícím dokud nebudou sami schopni nabídnout útěchu, kterou přijali, jiným (2 K 1:3–5). Zapoj je do služby druhým.

## Sexuální deviace<sup>15</sup>

Poradenství lidem ve sboru ohledně sexuálních problémů bude pro poradce jedna z největších výzev. Přestože je Boží slovo ve svém učení o správných a nesprávných přístupech k sexuálním vztahům velice jasné, zdá se, že mnozí, ne-li většina těchto biblickým principům nerozumí nebo je neposlouchá. To, co následuje má v úmyslu znovu církvi ukázat biblická nařízení a porušení správného sexuálního chování mezi lidmi, kteří se považují za křesťany.

I. Musíme být schopni mluvit o sexuálních problémech diskrétně, klidně a vhodně.

II. Musíme mít jasné porozumění biblického pohledu na sexuální vztahy.

A. Klíčové starozákonní oddíly

1. Gn 1:27–31

- a. Bůh stvořil muže a ženu (v. 27).
- b. Bůh nařídil sexuální chování (v. 28).
- c. Bůh to viděl jako velmi dobré (v. 31).

2. Gn 2:24-25

- a. Sex je určen pouze pro lidi v manželství.
- b. Manželství je víc než sex.
- c. Sex je součástí Božího plánu pro manželství.

3. Gn 4:1,17; 1 S 1:19

- a. Sex je víc než fyzický akt.
- b. Sexuální vztahy nám pomáhají poznat druhého.
- c. Sexuální vztahy jsou druhem intimního sdílení.
- d. Sexuální vztahy symbolizují porozumění, přijetí, uznání a úctu; podporují soudržnost a jednotu, vzájemnou důvěru a společenství.

---

<sup>15</sup> Sestavil Lance Quinn a Jim Pile.

4. Př 2:16–19; 5:15–20; 6:20–35; 7:1–27
  - a. Varování před praktikováním hříšných sexuálních vztahů: 2:16–19; 5:20; 6:20–35; 7:1–27
  - b. Povzbuzení k praktikování zbožných sexuálních vztahů: 5:15–23
    - (1) vv. 15,18—Sexuální touha je přirozená.
    - (2) vv. 15,18—Sexuální touhy by měly být naplňovány manželem/manželkou.
    - (3) vv. 16-17—Máš být vyhrazen pouze pro svou manželku (a naopak)
    - (4) v. 18—Sexuální vztahy mohou být zdrojem požehnání po celý život.
    - (5) v. 19—Sexuální uspokojení v manželství je úžasné.
    - (6) vv. 20-23—Sexuální vztahy mimo manželství jsou hříšné.
    - (7) vv. 22-23—Opakovaná nemravnost vede k záhubě.

## 5. Píseň písní<sup>16</sup>

### a. Osnova

- (1) (1:9–14) Manžel a manželka si vzájemně vyjadřují uznání a obdiv
  - (2) (1:15–2:7) Opakující se:
    - (a) (1:15) Krásná
    - (b) (1:16–17, 2:1) Kvítek šáronský
    - (c) (2:1–2) Krásná
    - (d) (2:3–6) Kvítek šáronský
  - (3) (2:8–3:5) Rozjímání nad časem námluv: jejich radostí, těžkostmi a sny
  - (4) (3:6–5:1) Rozjímání nad sexuálním vztahem v manželství
  - (5) (5:2–8:4) Manželské (sexuální) problémy v manželství a jejich řešení (včetně dalších vzájemných vyjádření uznání a obdivu)
  - (6) (8:5–14) Vyvrálost lásky (prázdniny v zemi)

## B. Klíčové novožákonní oddíly

### 1. Žd 13:4

- a. Manželství je vážený stav (1 Tm 4:1–3).
- b. Bůh zakazuje všechny sexuální vztahy mimo manželství.
- c. V rámci manželství jsou sexuální vztahy Bohem požehnané.

<sup>16</sup> Upravené podle Joseph C. Dillow, *Solomon on Sex* (New York: T. Nelson, 1977).

2. 1 Te 4:3–5
  - a. Sexuálně aktivní manželský vztah je způsob, jak naplnit Boží vůli (vv. 3,4).
  - b. Svatost nevylučuje sexuální aktivitu, ale svatost ovládá její projevy (vv. 3–5).
  - c. Sexuální chování, které jakýmkoliv způsobem zneužívá druhého člověka je špatné. Nikdo by neměl sobecky využívat svého partnera jako nástroje k uspokojení jeho/její touhu po potěšení a vzrušení. Takové činy jsou degradující a jsou prohřeškem proti druhému člověku; jsou v rozporu s novozákonním příkazem milovat svého bližního jako sám sebe (vv. 4–6).
  - d. V sexuálních vztazích se musí s partnerem zacházet s úctou jako se svatou bytostí; to rozhodně zahrnuje respektování osobnosti druhého a zájem o jeho/její dobro a pocity (vv. 4,6).
  - e. Pohlavní styk by nikdy neměl být nahodilý. Není to jen fyzický úkon; zahrnuje v sobě celou osobnost, celého člověka. (vv. 4–6).
  - f. Sexuální vztahy oslavující Boha by se měly odehrávat v kontextu láskyplného a uctivého vztahu, který zahrnuje trvalý a absolutní závazek (např. Manželství) (vv. 3–8).
  - g. Skutečnost, že člověk je křesťan by mělo dát jeho čistotě úplně novou dimenzi (v. 5)
  - h. Všechny sexuální aktivity, u kterých dochází ke zneužívání nebo neúctě druhého jsou hříšné, dokonce i když se odehrávají mezi ním a jeho partnerkou (vv. 6,7).
  
3. 1 K 6:12–7:5 (Dva mylné pohledy: [1] 6:12–20 → Fyzická intimita je příležitostná; [2] 7:1–5 → Fyzická intimita je využívána k sebeuspokojení.)
  - a. Pohlavní styk nemá být nikdy příležitostný (6:12–20).
  - b. Vztahy mimo manželství jsou hříšné a pro křesťana by měly být nemyslitelné. (6:13,18).
  - c. Za normálních okolností není celibát v manželství alternativou. Fyzická intimita v manželství není pouze duchovně přípustná, ale je povinná. (7:2,5; 1 K 5:1 a Mk 6:18).
  - d. Manželství zahrnuje závazek naplňovat partnerovy sexuální touhy (7:3–4).
  - e. Sobectví je v sexuálních vztazích zakázané (7:3–4).
  - f. Sexuální zodpovědnosti jsou rovnoprávné a vzájemné (7:3,4).
  - g. Za normálních okolností má být fyzická intimita pravidelná a celoživotní (7:2–5).
  - h. Manželské povinnosti mohou být pozastaveny pouze z následujících důvodů (7:5):
    - (1) Vzájemné svolení

(2) Za účelem modlitby

(3) Časově omezené z konkrétního důvodu (např. operace)

i. Rozhovory o sexu by měly být otevřené a upřímné (7:2–5).

j. Sexuální vztahy nejsou určeny pouze za účelem plození dětí; mají být uspokojující a příjemné (7:2–5).

• Frekvence je určena principem uspokojení (7:2–5).

III. Musíme rozumět tomu, jak svět překrucuje Biblické učení o sexuálních vztazích (sexuální deviace)

A. Běžné nepochopení a otázky ohledně sexálních problémů v manželství

Procesní/Metodologické

1. Logistika
2. Jednotvárnost
3. Nedostatek připravenosti
4. Situační

Osobní těžkosti

5. Fyzické
6. Sexuální averze
7. Výkonnostní problémy
8. Spojené s užíváním léků
9. Utlumené sexuální touhy
10. Subjektivní problémy

B. Konkrétní porušení biblických pravidel sexuálního chování

1. Předmanželský sex

a. Definice: Pohlavní styk před manželstvím

b. Související problematika

## c. Související oddíly

## (1) Dt 22:20-21

*“Jestliže se však to obvinění ukázalo jako pravdivé a nenašel se důkaz panenství dívky, pak ať vyvedou dívku ke vchodu do domu jejího otce, muži jejího města ji ukamenují a zemře, protože spáchala hanebnost v Izraeli, když smilnila v domě svého otce. Tak vyhlad' zlo ze svého středu.”*

## (2) 1 K 6:15

*“Nevíte, že vaše těla jsou údy Kristovými? Vezmu tedy údy Kristovy a učiním je údy nevěstky? To ať se nestane!”*

## (3) 1 Te 4:3-5

*“Neboť toto je vůle Boží, vaše posvěcení, abyste se zdržovali smilstva, ...”*

## (4) Genesis

## 2. Cizoložství

a. Definice: Vdaní či ženatí lidé mající sexuální vztahy mimo svá manželství

b. Související problematika

c. Související oddíly (Ex 20:14; Lv 20:10; Mt 5:27-30)

## (1) Dt 5:18

*“ Nebudeš cizoložit!”*

## (2) Př 6:32

*“Kdo cizoloží s ženou, tomu chybí rozum; ničí svou duši, kdo to dělá.”*

## (3) Žd 13:4

*“Manželství ať je u všech ve vážnosti a manželské lože neposkvřené, neboť smilníky a cizoložníky bude soudit Bůh.”*

### 3. Homosexualita/Sodomie

a. Definice: Sexuální hříchy spáchané s osobou stejného pohlaví

b. Související problematika

c. Související oddíly (Lv 18:22)

(1) Gn 2:25

*“A oba, člověk i jeho žena, byli nazí a nestyděli se.”*

(2) Gn 19:1–29

Tento oddíl popisuje, jak Bůh poslal dva anděly, aby zničili Sodomu kvůli její zkaženosti a aby zachránili Lota s rodinou. Jeden z jejích hříchů bylo bezuzdné praktikování homosexuality, jak je to znázorněno ve verších 5–9.

(3) Lv 20:13

*“Kdyby muž souložil s mužem jako se souloží s ženou, oba spáchali ohavnost; jistě budou usmrceni, jejich krev je na nich.”*

(4) Řm 1:24–27

*“Proto je Bůh skrze žádosti jejich srdcí vydal do nečistoty, aby navzájem zneuctívali svá těla; vyměnili Boží pravdu za lež, kořili se a sloužili tvorstvu více než Stvořiteli, jenž je požehnaný na věky. Amen. Proto je Bůh vydal do potupných vášní. Jejich ženy vyměnily přirozený styk za nepřirozený a stejně i muži zanechali přirozeného styku s ženou a ve své touze se rozpálili jeden k druhému, muži s muži páchají hanebnost a sami na sobě dostávají zaslouženou odplatu za svoje poblouzení.”*

### 4. Incest

a. Definice: “Sexuální vztahy mezi lidmi, kteří jsou v tak blízkém vztahu, že jim je ze zákona nebo z důvodu náboženství zakázáno vstoupit do svazku manželství” (Webstrův slovník)

b. Související problematika

## c. Související oddíly

## (1) Lv 18:6–18

“*Nikdo z vás se nepřiblíží k žádnému svému pokrevnímu příbuznému, aby odhalil jeho nahotu. Já jsem Hospodin...*” (Oddíl pokračuje vyjmenováváním kokrétních hříšných incestních vztahů – s otcem, matkou, nevlastní matkou, sestrou, nevlastní sestrou, snachou, tetou, strýcem, manželkou strýce nebo švagrovou nebo jak s ženou a její dcerou, vnučkou nebo sestrou)

## (2) Lv 20:11-12, 14

“*Kdyby někdo ležel s ženou svého otce a tak odhalil nahotu svého otce, jistě budou usmrceni oba, jejich krev je na nich. Kdyby někdo ležel se svou snachou, jistě budou oba usmrceni. Spáchali zvrhlost, jejich krev je na nich. ... Kdyby si muž vzal ženu a její matku, je to hanebnost. Ohněm budou spáleni on i ony, aby nebyla hanebnost ve vašem středu.*”

## (3) 1 K 5:1

“*Skutečně je slyšet o smilstvu mezi vámi, a to o takovém smilstvu, jaké není ani mezi pohany, že totiž někdo má ženu svého otce.*”

## 5. Znásilnění

## a. Definice: Nezákonné a nechtěné/nedovolené vynucování sexuálních vztahů

## b. Související problematika

## (1) Znásilnění a potrat

“K otěhotnění při znásilnění dochází velmi zřídka a to z mnoha důvodů. Emocionální trauma může zabránit ovulaci, útočník může být impotentní nebo žena může používat antikoncepci nebo má zrovna neplodné dny. Odhaduje se, že .06 z 1 procenta potratů je z důvodu znásilnění. Nepochybně jsou ta čísla malá, protože některé z těch, které otěhotněly během znásilnění se rozhodly na potrat nejít. Přesto můžeme s jistotou říct, že hlavním důvodem, proč je to číslo tak malé je ten, že oběti znásilnění neotěhotní.”<sup>17</sup>

## (2) Homosexuální znásilnění: Gn 19—Sodoma a Gomora

## c. Související oddíly

## (1) Dt 22:25 (vv. 23–30)

“*Jestliže však potká muž zasnoubenou dívku na poli, ten muž se jí zmocní a bude s ní spát, ať zemře jenom ten muž, který s ní spal.*”

<sup>17</sup> John S. Feinberg & Paul D. Feinberg, *Ethics for a Brave New World* (Wheaton: Crossway, 1993), 78.

(2) Sd 19:25; 20:3–4, 12

*“Ti muži ho však nechtěli poslechnout. Tu se ten muž chopil své konkubíny a vyvedl ji k nim na ulici. Poznali ji a vyžívali se na ní celou noc až do rána a propustili ji při východu jitřenky.” “Synové Benjamínovi slyšeli, že synové Izraele vytáhli do Mispy. Synové Izraele se ptali: Povězte, jak se stalo takové zlo? Nato odpověděl lévita, muž té zavražděné ženy. Řekl: Já jsem se svou konkubínou přišel přenocovat do Gibeje, která patří Benjamínovi.” “Dále poslaly izraelské kmeny muže do všech Benjamínových kmenů se slovy: Jaké zlo se to u vás stalo?””*

(3) 2 S 13:11-15 (Amón and Tamara)

## 6. Prostituce

a. Definice: Dávání nebo prodávání svého těla za účelem sexuálního a/nebo finančního prospěchu

b. Související problematika

(1) Protože jsme byli stvořeni podle Božího obrazu, muži ani ženy nemají být využíváni jako sexuální objekty, ale respektováni jako stvoření *Imago Dei*.

(2) V kontextu Lv 19:29 je prostituce popsána jako hanebnost.

(3) 20. kapitola Leviticu začíná zákazem sexuálních praktik v souvislosti s modloslužbou. V 18. kapitole Leviticu se mluví proti homosexualitě a modloslužbě.

(4) Chrámové prostituce ve starém a novém zákoně byly považovány za “ohavnost”.

c. Související oddíly

(1) Lv 19:29 (20:5-6)

*“Neznesvětiš svou dceru tím, že bys z ní udělal prostitutku, aby země nesmilnila a nenaplnila se hanebností.”*

(2) Dt 23:19

*“Nenos do domu Hospodina, svého Boha, mzdu prostitutky ani úhradu psa jako naplnění jakéhokoliv slibu, neboť obojí je ohavností pro Hospodina, tvého Boha.”*

(3) Př 23:27

*“Protože prostitutka je hlubokou jámou, cizinka úzkou studnou.”*

(4) 1 K 6:9-10

*“Což nevíte, že nespravedliví nedostanou do dědictví Boží království? Nemylte se! Ani smilníci ani modláři, cizoložníci, rozkošníci ani lidé praktikující homosexualitu, ... nebudou dědici Božího království.”*

(5) Žd 13:4

*“Manželství ať je u všech ve vážnosti a manželské lože neposkvrněné, neboť smilníky a cizoložníky bude soudit Bůh.”*

## 7. Duševní (mentální) nečistota (včetně voyeurství a pornografie)

### a. Definice

(1) Voyeurství: Sexuální stimulace a/nebo vzrušení dosažené sledováním lidí, kteří mají pohlavní styk

(2) Pornografie: Duševní/vizuální stimulace dosažená díváním se na pohlavní styk/a nebo nahotu

### b. Související problematika

*“Nejsou to pouze stále více explicitní obrázky, které ovlivňují současné postoje a skutky. Je to filozofie, která se skrývá za těmito obrázky, která je tak škodlivá. Zatímco dříve byly některé sexuální praktiky nemyslitelné, filozofie Playboye vytrvale propagována Hughem Hefnerem a ostatními utlumila svědomí dnešní společnosti natolik, že si vůbec neuvědomuje, že by na nich mohlo být něco špatného.”<sup>18</sup>*

### c. Související oddíly

(1) Mt 5:28

*“Já však vám pravím, že každý, kdo hledí na ženu tak, že po ní zatouží, již s ní zcizoložil ve svém srdci.”*

(2) Ex 20:17

*“Nebudeš dychtit po domě svého bližního. Nebudeš dychtit po ženě svého bližního ani po jeho otroku ani po jeho otrokyni ani po jeho býku ani po jeho oslu, vůbec po ničem, co patří tvému bližnímu.”*

(3) Fp 4:8

*“Konečně, bratři, přemýšlejte o všem tom, co je pravdivé, ušlechtilé, spravedlivé, čisté, milé, co má dobrou pověst, jestli je nějaká ctnost a jestli je nějaká chvála.”*

## 8. Auto-Erotika (Masturbace)

<sup>18</sup> Feinberg & Feinberg, . 151.

- a. Definice: Autostimulace pohlavních orgánů obvykle za účelem dosažení orgasmu
- b. Související problematika
- c. Související oddíly

## 9. Exibicionismus

- a. Definice: Ukazování genitálií bez souhlasu druhých
- b. Související problematika: Uvádí se, že 1/3 všech sexuálních deliktů tvoří obscénní odhalování se.
- c. Související oddíly
  - (1) Gn 9:22  
*“Chám, otec Kenaana, viděl nahotu svého otce a oznámil to venku svým dvěma bratrům.”*
  - (2) 1 Tm 2:9  
*“Stejně i ženy ať se v slušném oděvu zdobí počestně a střízlivě, ne účesy a zlatem, perlami nebo drahými šaty,”*
  - (3) Řm 13:14  
*“Nýbrž oblečte se v Pána Ježíše Krista a nepečujte o tělo, abyste vyhovovali jeho žádostem.”*

## 10. Sodomie

- a. Definice: Sexuální styk se zvířaty
- b. Související problematika
- c. Související oddíly
  - (1) Ex 22:19  
*“Kdokoli by obcoval se zvířetem, musí zemřít.”(NBK)*
  - (2) Lv 18:23  
*“S žádným zvířetem nebudeš mít pohlavní styk, aby ses s ním poskvrnil; ani žena se nepostaví před zvíře, aby s ním obcovala; je to zvrhlost.”*

(3) Dt 27:21

“‘Proklet buď ten, kdo obcuje s jakýmkoliv zvířetem. A všechen lid at’ řekne: Amen.’”

## 11. Transvestismus & Transsexualita

### a. Definice:

(1) Transvestismus: Převlékání se

(2) Transexualita: Důsledné a vědomé ztotožnění se s opačným pohlavím, dosažené operací, kdy jsou původní genitálie odstraněny a nahrazeny těmi opačného pohlaví

### b. Související problematika

(1) Bisexualita a homosexualita jsou často vedlejším produktem transvestismu a transexuality.

(2) Existuje spousta řeckých výrazů označujících lidi, kteří provozují homoseuální styk: *paideraastia*, *pauakos*, *kinaidos*, *arrenomanes* a *paidophthoros*.

(3) Pavel používal ještě dvě další slova:

(a) *malakos* – zženštilý (změkčilý)

(i) Kořen slova znamená ‘měkký.’ V morálním kontextu popisuje ty, kteří jsou nevázaní, slabí nebo neovládající se.

(ii) Je nesporné, že *malakos* se používá v nebiblických, klasických řeckých spisech k popisu chlapců a mužů, kteří se nechávají homosexuálně zneužívat a také mužům, kteří hrají pasivní roli při homosexuálním styku.

(b) *arsenokoites* → 1 K 6:9; 1 Tm 1:10

(i) Je to složenina z *koite*, což znamená “mající pohlavní styk,” a *arsen*, což znamená “mužského pohlaví” nebo “mužný.”

(ii) Mohlo by to tedy znamenat, že ten, kdo je mužského pohlaví je předmětem nebo objektem pohlavního styku. Pokud je předmětem, tak se myslí mužský prostitut. Pokud je objektem, pak se mluví o těch, kdo měli pohlavní styk s muži.

(4) *Pornos* je obecný termín používaný pro sexuální hřích. Pavel obvykle dále definuje různé druhy sexuálního hříchu slovem jako *arsenokoites*.

### c. Související oddíl: Dt 22:5

*“Ať není oblečení muže na ženě a muž necht’ neobléká oděv ženy, protože každý, kdo dělá takové věci, je ohavností pro Hospodina, tvého Boha.”*

## 12. Sado-masochismus

a. Definice: Sexuální vzrušení, kterého je dosaženo osobním utrpením a bolestí. Klíčem je koncept podřízenosti moci.

(1) Sadisté chtějí vystavit oběť bolesti, aby dosáhli sexuálního vzrušení.

(2) Masochisté chtějí být bolesti vystaveni.

b. Související problematika

c. Související oddíly

(1) Ga 5:13

*“Byli jste přece povoláni do svobody, bratři. Jen aby se vám ta svoboda nestala záminkou pro tělo. Vy však skrze lásku služte jedni druhým.”*

(2) Fp 2:3-4

*“Nic nedělejte ze soupeření ani z ješitnosti, nýbrž v pokoře pokládejte jeden druhého za přednějšího než sebe. Nevěnujte pozornost každý jen vlastním zájmům, nýbrž každý i zájmům těch druhých.”*

## 13. Fetišismus

a. Definice: Používání neživých věcí k sexuálnímu vzrušení

b. Související problematika

c. Související oddíly

(1) Řm 1:32

*“Ačkoliv poznali Boží ustanovení, že ti, kdo dělají takové věci, jsou hodni smrti, nejenže je sami činí, ale dokonce to schvalují i jiným, kteří je dělají.”*

(2) Fp 2:3–5

*“Nic nedělejte ze soupeření ani z ješitnosti, nýbrž v pokoře pokládejte jeden druhého za přednějšího než sebe. Nevěnujte pozornost každý jen*

*vlastním zájmům, nýbrž každý i zájmům těch druhých. Mějte tedy v sobě to smýšlení, které bylo i v Kristu Ježíši.”*

(3) Fp 4:8

*“Konečně, bratři, přemýšlejte o všem tom, co je pravdivé, ušlechtilé, spravedlivé, čisté, milé, co má dobrou pověst, jestli je nějaká ctnost a jestli je nějaká chvála.”*

(4) 1 J 2:15–17

*“Nemilujte svět ani to, co je ve světě. Jestliže někdo miluje svět, není v něm Otcova láska. Neboť všechno, co je ve světě -- žádost těla, žádost očí a prázdná chlouba života -- není z Otce, ale ze světa. A svět pomijí i jeho žádost; kdo však činí vůli Boží, zůstává na věčnost.”*

C. Ruku v ruce s porušením těchto biblických principů ohledně sexu jde porušení dalších biblických principů.

1. Nedostatek / vzdor vůči / neporozumění biblické lásky;
2. Nedostatek / vzdor vůči / neporozumění biblického sporu / řešení;
3. Nedostatek/ vzdor vůči / neporozumění biblické komunikace;
4. Nedostatek / vzdor vůči/ neporozumění biblického odpuštění;
5. Nebiblické pohledy na myšlení / emoce;
6. Nebiblické pohledy / pojetí manželství;
7. Nebiblické myšlení / jednání s ohledem na pravidlo “opuštění a přilnutí”
8. Nevyřešený pocit viny

IV. Při řešení sexuálních problémů musíme být schopni poskytnout užitečné, biblické a vhodné poradenství a také zadat domácí úkoly. Následuje seznam užitečných zdrojů.

A. Procedurální a metodologické problémy

1. Joseph C. Dillow, *Solomon on Sex* (Nashville: Thomas Nelson, 1977).
2. Wayne A. Mack, *Strengthening Your Marriage*, kap. 6 (Phillipsburg, NJ: Presbyterian and Reformed Publishing, 1977).
3. Ed Wheat & Gay Wheat, *Intended for Pleasure* [Tajemství milování] (Old Tappan, NJ: Revell, 1977).

B. Osobní těžkosti: pocit viny, neznalost, nebiblické sexální mýty, nerealistická očekávání a problémy s výkonem

1. Dillow, *Solomon on Sex*.
2. Gallagher, *Sexual Idolatry*.
3. Wayne A. Mack
  - a. *Strengthening Your Marriage*, chap. 6.

- b. Kateta, “Sex as God Intended”
- 4. Wheat & Wheat, *Intended for Pleasure*.

C. Problémy ve vzazích:

1. Adams

- a. *Christian Living in the Home* (Grand Rapids: Baker, 1972).
- b. *Solving Marriage Problems: Biblical Solutions for Christian Counselors* (Grand Rapids: Zondervan, 1983).

2. Wayne A. Mack

- a. *Strengthening Your Marriage*
- b. *Your Family God's Way: Developing and Sustaining Relationships in the Home* (Phillipsburg, NJ: Presbyterian and Reformed Publishing, 1991).
- c. *A Homework Manual for Biblical Living*, 2 volumes (Phillipsburg, NJ: Presbyterian and Reformed Publishing, 1979, 1980).
- d. 3 tape series – “Real Love, God's Way”

3. John MacArthur, *The Freedom and Power of Forgiveness* (Wheaton: Crossway Books, 1998).

4. Kenneth Sande, *The Peacemaker: A Biblical Guide to Resolving Personal Conflict* (Grand Rapids: Baker, 1991).

5. Stuart Scott, *The Exemplary Husband* (Bemidji, Minnesota: Focus Publishers, 2000).

D. Studie případů od Jay E. Adams, *The Christian Counselor's Casebook* (Grand Rapids: Baker, 1974):

- 1. Příklad #7, str. 14
- 2. Příklad #12, str. 24
- 3. Příklad #13, str. 26
- 4. Příklad #14, str. 28
- 5. Příklad #34, str. 68
- 6. Příklad #43, str. 86

## Biblická vodítka ke službě těm, kdo upadli do sexuální nečistoty:

Obecně

1. Vypořádej se s pocitem viny pramenící z hříšných sexuálních praktik.
  - Pokání, vyznání, hledání odpuštění u Boha a ostatních, opuštění hříchu (Př 28:13, Ž 119:9-11, Řm 12:1-2)
  - *“Pokání před lidmi je změna vůle; pokání před Bohem je ochota nechat se proměnit.”* - John Trapp
  - Čistý dům – “žádný kostlivec ve skříni”
2. Možná bude potřeba poukázat na další biblické otázky (modly) související se sexuálním hříchem (např. lenost, zahořklost, hněv, sebelítost, zášť, odplata, pohodlnost, rozkoš, strach, nespokojenost).
  - Pojmenuj modly (Ef 5:3; Ko 3:5).
  - Závazek líbit se Bohu (2 K 5:9).
3. Odlož sexuální hřích obnovou mysli a obléknutím svatosti (Ef 4:22-24).
  - Nevěř svým pocitům.
  - Chraň se před pokušeními (Řm 13:14).
  - Přemýšlej o tom, co je čisté (Fp 4:8).
4. Tento proces může být dlouhodobý! (Ga 6:1-2)
  - Sexuálního hříchu, stejně jako každého jiného hříchu je třeba se zbavit (nechat ho hladovět – rázně bojovat se zlými věcmi) a vypudit ho (novými, převážně dobrými věcmi).
  - Neexistuje žádné okamžité, konečné řešení. Vyhnat démona chceš? Stačí říct NE? Nechat to být a dovolit Bohu, ať jedná? NE, “Chce-li kdo jít za mnou, ať zapře sám sebe a každý den vezme svůj kříž a následuje mne.” (Lk 9:23)

Páry

1. Musí se rozhodnout odpuštít a obnovit (Mt 12:31; Lk 17:3).
2. Dej jim naději, že manželství *může* být obnoveno (1 K 10:13; Fp 4:13).
3. Uč je biblické pokyny ohledně manželství (Ge 2:18-24; Ef 5:22-23).
4. Zabývej se jejich konkrétními hříchy a pády (Mt 7:1-5; Fp 4:2).
5. Vytvoř konkrétní plán na to, jak se změní (Jk 4:6; Ef 4:20-32).
6. Musí se zavázat být poslušni Božích příkazů nehledě na to, jak se cítí (Lk 11:28; Řm 12:17-21).
7. Musí se naučit praktikovat biblickou komunikaci (Ef 4:25-32).
8. Musí se měnit ze správných důvodů, a to, aby se líbili Bohu (2 K 5:9)
9. Musí vytrvat v konání změn (1 Tm 4:7-8).
10. Pokračuj v biblickém poradenství a dohledem (Sk 20:31; Ga 6:1-2).

Přemýšlíš o cizoložství? Zvaž důsledky:

- Uvedeš do pohybu řadu důsledků pro tebe a tvoji rodinu, kterou spustíš řetězovou reakci na zbytek tvého života (např. král David a důsledky jeho rozhodnutí cizoložit s Betšíbou).
- Radost ze spásy bude pryč. Stejně tak bude chybět požehnání pramenící z čistého srdce.
- Tvůj sexuální hřích může s velkou pravděpodobností přinést do tvého a partnerčiného života sexuálně přenosnou nemoc.
- Důvěra tvojí partnerky bude otřesena a už nikdy nebudeš moct říct, že jsi příkladem věrnosti. Říkáš, “Slibuji, že už se to nestane!” To už nemůžeš říct!
- Je možné, že se tvojí manželce budou lidé vyhýbat. Určitě bude prožívat pocity viny, studu a odmítnutí společně s mukami pramenící z opuštěnosti. Žádné množství lítosti nemůže zmírnit tyto rány, které zasadíš.
- Bolest, kterou způsobíš tvým dětem je nesmírná. Jejich růst, nevinnost, důvěra a zbožný pohled na svět může být vážně a permanentně zničen.
- Bolest, kterou způsobíš tvým rodičům, kamarádům, mentorům, učedníkům a sborové rodině je nepopsatelná.
- Pocit trapnosti při setkání s ostatními křesťany, kteří si tě vážili, věřili ti a respektovali tě bude zdrcující.
- Mezi tvými přáteli a sborovou rodinou, kde nyní sloužíš se rozprostře deziluze a hněv.
- Někteří lidé ze sboru mohou použít tvůj hřích jako omluvu k tomu, aby udělali to stejné.
- Nikdy nebudeš schopný vymazat tento hřích z myslí druhých. Jak Šalomoun napsal, “jeho potupa nebude smazána.” (Př 6:33). Možná dojde k odpuštění a obnově do společenství, ale odpuštění nevymaže ostudu. Tento hřích zůstane nesmazatelně vepsán do tvého života.
- Jméno Ježíše Krista, o kterém říkáš, že Jej miluješ bude poskrvněno tvým hřichem a dá Božím nepřátelům (např. sousedům) další důvod k zesměšňování křesťanské víry. Tvoje pověst nebude už nikdy stejná jak v církvi, tak ve společnosti.

## Osobní obrana, kterou máme, když chodíme v Duchu

- A. Rozvíjej blízký intimní vztah s Kristem (J 14:21)
1. Vědomí Boha (Joz 1:8; 24:14-15; Mk 12:29-31)  
- Poslouchej Boží příkazy (Lk 11:28)
  2. “Bud’ plný Ducha Svatého” (Ef 5:18)  
- Poddávání našich myšlenkových procesů Jemu
  3. Obleč Boží zbroj (Ef 6:11-18)  
- “přílba spasení” chrání mysl (verš 17; Jk 4:7)
  4. Obnovuj svou mysl skrze Boží Slovo  
(Ef 4:22-24; Ga 5:16, 25; Řm 12:2, Ž 19:7-10)
  5. Přemýšlej o tom, co je nahoře (Ko 3:1-4)  
- “Uvádíme do zajetí každou myšlenku, aby byla poslušna Krista,” (2 K 10:3-5)
  6. Ovocem Ducha svatého je sebeovládání; je důsledkem života v plnosti Ducha svatého (Ga 5:22-23)
  7. Blízký důvěrný vztah s partnerem (Př 5:15-20, Ef 5:22-23; 1 Tm 3:2)
  8. Intimní modlitební život (Ko 4:2)  
- Žádej o pomoc Ducha a Jeho moc ve všech věcech (Řm 8:13; Ez 36:27)
- B. Chraň své srdce (Př 4:23; Mk 7:20-23)
1. Vzájemné zpovědnictví se zbožnými křesťany (Ga 6:1-2; Žd 3:13)
  2. Denně vyznávej hříchy (1 J 1:9)
  3. Měj hřích v nenávisti (Ž 97:10; Ř 8:13)
  4. Rozpoznej své slabosti (1 P 5:8)
    - Měj se na pozoru před zranitelností po zkušenosti výstupu na horu (např. výborné kázání)
  5. Přichystej si preventivní opatření (Př 22:3)
- C. Utíkej před modloslužbou (2 Tm 2:22)
1. “Nepečujte o tělo” (Ř 13:14, např. Josef - Genesis 39)
  2. Vědomě odolávej svodům světa (Ř 12:2)
  3. Usmrcuj hřích:
    - a) Vyhladověním – negativně
    - b) Vytlač ho Boží milostí – pozitivně
      - Růstem v milosti (2 P 3:18)
      - Dokonáváním svého posvěcení (2 K 7:1)
      - Obnovováním vnitřního člověka (2 K 4:16)

## PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY<sup>19</sup>

### I. Defince pojmů

#### A. Anorexie Nervosa

1. Anorexie znamená “bez chuti” a nervosa znamená “nervózní.”
2. Je to vlastně nesprávný název pro tuto poruchu, protože ztráta chuti k jídlu je vzácná.
3. Ve skutečnosti mají šílený strach z přibrání na váze.

#### B. Bulimie Nervosa

1. Znamená doslova “vlčí hlad” nebo nenasytná chuť k jídlu.
2. Stále častěji se používá jako výraz pro zběsilé jezení následované vyprázdněním

#### C. Ti, kdo radí biblicky musí být obeznámeni s obecně vžitými nálepkami.

1. Takové nálepky mají tendenci prosazovat myšlenku, že se jedná o druh nemoci.
2. Díky těmto nálepkám si může člověk hledající pomoc klamně myslet, že má omluvu pro svůj hřích.
3. Takové nálepky mohou způsobit, že si někteří budou myslet, že je Bůh musí “uzdravit”, aby se mohli změnit.
4. Takové nálepky mají tendenci odvracet pozornost od pravdy k přijatelnému klamu.
5. Závěr – nepoužívej nálepky pokud oba nemáte jasné porozumění problému a významu pojmů.

### II. Charakteristické vlastnosti

#### A. Anorexie

##### 1. Výskyt a rozvrstvení

- a. Většinou mladé ženy v industrializovaných společnostech, kde je hojnost jídla a atraktivita je hodnocena podle toho, jak je kdo štíhlý.
- b. Nejčastější věk propuknutí je mezi 13 a 18 lety.

---

<sup>19</sup> Sestaveno z různých zdrojů NANC.

- c. Úmrtnost je přes 10%.
  - d. Rodinná historie ukazuje, že se vyskytuje častěji mezi sestrami nebo matkami těch, kdo jí trpěli než mezi běžnou populací.
  - e. Vyšší střední třída
2. Drastické a často oslabující snížení váhy je hlavním fyzickým projevem anorexie nervosy
    - a. Hlavním zájmem v životě anorektičky je, aby zůstala co nejhubenější.
    - b. Žije ve strachu z toho, že by byla někdy “tlustá”, což v některých případech znamená, že má váhu natolik nízkou, že nemůže čelit nemocem, ani fungovat v běžném životě.
    - c. Ikdyž zhubnou 30% původní váhy, mnohé se stále považují za tlusté, mající nadváhou.
    - d. Základním rysem anorexie nervosy je záměrné a skryté úsilí o hubenost, které často vede k životu ohrožujícímu zhubnutí. Je to zvolené chování, ne choroba (lékařský model).
  3. Má natolik pokroucené chápání obezity, že ikdyž je vychrtlá, vnímá sebe samu jako tlustou.
  4. Jídelní návyky jdou ruku v ruce s tímto postojem.
  5. Hlad je nezlomně potlačen, ikdyž se o jídlo velmi zajímá.
  6. Velmi charakteristickým jevem je nucená hyperaktivita (např. nepřiměřené cvičení).
  7. Vůči dospělým má náročné požadavky a chová se manipulativně.
- B. Bulimie**
1. Výskyt a rozvrstvení
    - a. Objevuje se nejčastěji u starších náctiletých
    - b. 90% jsou ženy
    - c. Úmrtnost je výjimečná
    - d. Často se v rodině objevovala obezita a u blízkých příbuzných je větší výskyt deprese

- e. Vyskytuje se v rozmezí vyšší střední až vysoké třídy
  - f. Vyskytuje se v nejvíce industrializovaných zemích
2. Hlavním projevem je konzumace neuvěřitelně velkého množství jídla (přejídání se) následované vynuceným zvracením (vyprázdněním). Obvykle k tomu dochází v rozmezí 2 hodin a nejméně dvakrát týdně po dobu 3 měsíců.
  3. Ve skutečnosti se většina přejídá s myšlenkou, že se potom můžou uchýlit ke zvracení.
  4. Některé ve snaze zhubnout ještě víc pravidelně užívají projímadla, močopudné preparáty a klystýry.
  5. Nepřejídá se pouze, aby zahнала hlad, ale také je to její způsob vyrovnávání se s dalšími nepříjemnými věcmi, jako je deprese, pocity viny a úzkosti, které jsou úzce propojeny s jejími problémy.
  6. Přestože tito lidé nedosahují nebezpečně nízké váhy, můžou se objevit jiné fyzické újmy.

### C. Srovnání

1. Anorexie a bulimie jsou chování, které spolu souvisí → dva extrémy.
2. Podobnosti
  - a. Nadměrný zájem, až zaujetí jídlem a hlídáním váhy
  - b. Hlídají váhu nepřiměřenými způsoby
  - c. Perfekcionisté (=nebiblické principy)
3. Rozdíly
  - a. Anorektička popírá, že má problém (možná se chlubí, jak moc zhubla), ale bulimička ví, že její návyky v jídle nejsou normální
  - b. Anorektička se prokazuje výrazným zhubnutím, ale bulimička má většinou o 5 až 7 kilo méně než je normální váha
  - c. Anorektička se v jídle velmi přísně hlídá, ale bulimička má často pocit, že jezení nemůže ovládat
  - d. Anorektička se zoufale snaží ovládnout chuť nacpat se, ale bulimička této chuti pravidelně podléhá

- e. Anorektička se projevuje jako disciplinovaná, ale bulimička je velmi nedisciplinovaná v mnoha oblastech
- f. Anorektička se lidem straní, zatímco bulimička je společenská
- g. Anorektička se vyrovnává s životem tím, že se od jídla odvrací, zatímco bulimička se ze stejné důvodu k jídlu obrací
- h. Anorektička hodnotí velikost svého těla nesprávně, zatímco bulimička ho hodnotí správně

#### D. Fyzické následky

##### 1. Anorexie

- a. Nejočividnějším příznakem je váha
- b. Mezi první fyzické změny, ke kterým dochází důsledkem hladovění je zánik menstruace.
- c. Dochází k extrémním změnám pokožky a vlasů, například vypadávání
- d. Zpomalení různých tělesných funkcí
- e. Navíc si stěžuje na zácpu, která může být doprovázena bolestí v podbřišku.
- f. Smrt bývá způsobena hladověním, komplikacemi způsobenými hladověním nebo komplikacemi při léčbě.

##### 2. Bulimie

- a. Poškození zadní části krku, jícnu, zubů kvůli častému kontaktu s žaludečními kyselinami během zvracení
- b. Na kloubech mohou být odřeniny způsobené strkáním si prstů do krku za účelem zvracení
- c. Časté zvracení způsobuje chemické nerovnováhy v krvi.
- d. Možné nevysvětlitelné zvětšení příušních žláz, což jsou slinotvorné žlázy kolem uší
- e. Užívání projímadel, močopudných preparátů a klystýrů může způsobit dehydrataci, chemickou nerovnováhu a otravu z projímadel.

## Minulost

1. Jak to všechno u těchto lidí začne?
  - a. Začne to v srdci dítěte nebo pubertáka, který dychtí nebo touží po nějakých idolech, které zbožňuje
  - b. Některé vnější tlaky přichází z neustálého společenského důrazu na štíhlost. (Řm 12:2)
  - c. Ikdyž společenské tlaky, móda a kulturní důraz na štíhlost můžou vést lidi k neobvyklým jídelním návykům, dalšími faktory přispívajícími k nenormálnímu chování v jídle jsou základní postoje a rozpory v rodině.
  - d. Mnozí tito lidé prožívají neshody, strach a pocity viny ohledně sexuálního vyvíjení, aktivity a možnosti otěhotnění.
  - e. Pacienti s problémy s příjmem potravy většinou pochází z rodin, kde mají problémy s váhou.
2. Bude těžké určit, kdy přesně u někoho anorexie vypukla.
  - a. Bude ti říkat, že než začala hladovět byla naprosto poslušné dítě.
  - b. Tato dívka byla dokonalým dítětem díky tomu, že přesně vyhovovala představám svých rodičů, že se pasivně účastnila života a věčně se snažila zapadnout a dělat to, co se od ní očekává.
  - c. Brzy si uvědomila, že objevila způsob, jak může konečně ovládat své tělo a nakonec i svou rodinu.
  - d. Pozoruhodným a téměř neuvěřitelným rysem je schopnost manipulovat svou rodinou a okolím svým nenormálním chováním v jídle.

### III. Současné sekulární léčebné programy

- A. Sekulární léčebné metody se pohybují mezi psychoterapií a modifikací chování s různou směsicí obojího společně s rodinným poradenstvím.
  1. Ať už je použita jakákoliv metoda, je velmi malý rozdíl v okamžitých a dlouhodobých výsledcích.
  2. Věda nerozumí tomu, co problém způsobuje, ani nemá jasnou, spolehlivou metodu, jak tyto potíže zvládnout.
  3. Člověk, který se přejídá je popisován jako mající neovladatelná nebo neodolatelná nutkání.
  4. Jejich nálepky a popisy popírají/odstraňují osobní zodpovědnost.
- B. Sekulární metody léčby tohoto stavu jsou mnohé a různorodé. Zaujímají neléčebná hlediska a nenabízí opravdovou naději. Proto by se poradce neměl nechat zastrašit těmi, kteří se staví proti smělému používání Božího Slova.
  1. Tyto 'faktory' jsou v podstatě nebiblické/hříšné reakce na osobní problémy.

2. Hříšné myšlenky a skutky musí být nahrazeny biblickými myšlenkami a skutky.

#### IV. Biblické Pojetí

A. Hledej problémy v níže popsaných oblastech, včetně těch již uvedených:

1. Nespasení (Ga 5:16–24) – Zkoumej jejich vztah s Bohem
2. Nebiblický manželský vztah mezi rodiči (Ef 5:22–33)
3. Nebiblický vztah rodiče k dítěti (Ef 6:1–4)
  - a. Zahořklost jako reakce na selhání rodičů (Žd 12:15)
  - b. Nepřiměřeně kritičtí rodiče
  - c. Příliš ochranářští rodiče
  - d. Rodiče, kteří se vyhýbají nebo popírají/ignorují problémy
  - e. Problémy s opuštěním podle Gn 2:24, atd.
4. Nebiblický pohled na jídlo (Mt 6:25)
  - a. Jídlo je nám dáno Bohem a je dobré (Gn 1:29, 30; 2:9; 1 K 8:8; Ko 2:16; 1 Tm 4:3–5).
  - b. Bůh stvořil jídlo tak, aby nám přinášelo radost (Ž 104:14,15; Kaz 9:7; Ester 9:17–22).
  - c. Je třeba jíst Bohem ustanoveným způsobem.
    - (1) Máme jíst hlavně k získání síly (s radostí) spíše než nepřiměřeně a nezřízeně (Kaz 10:16,17).
    - (2) Naše priority ohledně jídla musí být správně srovnané.
      - (a) Jezení musí být podřízené naší službě Bohu. (J 4:34; 1 Pt 4:1–5; Jb 23:12)
      - (b) Jezení musí být podřízené naší lásce k druhým. (Řm 14:21; 1 K 8:13)
      - (c) Jezení musí být podřízené naší poslušnosti Bohu. (Žd 12:16; Př 23:1–3; Řm 14:17)
        - (1) Musíme naše jezení ovládat (a být pod vládou Krista), ne, aby jídlo ovládalo nás; jinak je to modloslužba. (Fp. 3:19; Řm 16:17–18)
        - (2) Jezení bychom měli vnímat jako radostnou odměnu za práci a ne jako činnost spojenou se zahálkou. (Př 16:26; 31:27; Ez 7:19; 2 Te 3:6–15)

5. Nebiblické vnímání sám sebe (1 S 16:7; 1 Pt 3:1–6)
6. Nebiblické vnímání autority (1 Pt 2:13)
7. Manipulace (Lk 10:38–42; Fp 2:1–5)
8. Obviňování druhých (Ga 6:7)
9. Nečestnost a lži (Ef 4:15, 25)
10. Nepřijetí různých aspektů dospělé zodpovědnosti (1 K 13:11; 10:13)
11. Neschopnost vyrovnat se biblicky s hněvem, obavou, strachem nebo s pocitem viny (Ef 4:22–32)
12. Znuděnost životem (kniha Kazatel)
13. Zášť k někomu, kdo jí ublížil – mohla v minulosti zažít sexuální zneužití (Řm 12:17–21)
14. Nedávná velká rodinná krize (2 K 4)
15. Neschopnost porozumět a/nebo chodit v Duchu (Ga 5:16–25)

B. Nejčastější porušení biblických zásad jsou tato:

1. Přijetí špatných kritérií ohledně zdraví—co je pro tělo dobré (2 K 4:7–12; 12:10)
2. Zneužívání těla—což se mohlo stát notorickým (Ko 2:20–23)
3. Neschopnost řídit se rozumem a radami (Př 10:8)
4. Neschopnost (neochota) změnit se (Jk 1:19–27)
5. Vzpoura proti Božímu Slovu (Zacharjáš 7:11–12)
6. Zvyk nenasytosti (Ko 3:5)
7. Skutky–spravedlnost—odčinění–pokání (Fp 3:7–9; Ga 2:16; 2 K 7:9–10)
8. Pýcha (viz přednáška o pýše/pokoře v PM711/Logos – studijní poznámky poradenství I)
9. Lenost (Př 21:25–26)

C. Nejčastějšími modloslužebnými žádostmi jsou:

1. Nenasytost (“nutkavá”)—nenasytná touha mít víc než potřebuješ nebo si zasloužíš
  - a. Nu 11:4,6, 13–24, 31–34
  - b. Lk 12:22, 23, 29
  - c. Ko 3:5 – nenasytost se rovná modloslužbě
  - d. Ko 2:21–23
2. Ovládat, manipulovat a vyjadřovat nespojenost s životními okolnostmi (hříšný strach a úzkost ze ztráty kontroly)
  - a. 1 Kr 21:4
  - b. 1 S 1:17

3. Vnější vzezření (např. štíhlost, “vypadat jako modelka”)
  - a. Mt 23
  - b. Řm 14:10, 11
4. Pohodlí/požitek – Př 21:25–26
5. Vlastní standard pro “přijatelné uctívání” (perfekcionismus)
6. Pozornost a ocenění (strach z lidí)
  - a. Fp 2:1–5
  - b. 1 Pt 3:1–6
  - c. 1 S 16:7
7. Jedinečnost – 1 K 10:13

#### D. Biblická reakce

1. Shromažďování informací (Př 18:13)
2. Lékařská prohlídka a zhodnocení
3. Použij biblická řešení na každý odhalený problém.
4. Každé měřítko, které člověk hledající pomoc použije musí být zpochybněno a změřeno Božím Slovem (J 17:17).
5. Pomož jim vidět, že ubližování chrámu Ducha svatého je neposlouchání Božího Slova (1 K 6:19–20).
6. Ti, kteří tvrdí, že mají neovladatelné nucení jíst potřebují slyšet, že Boží Slovo říká, že se jedná o duchovní disciplínu, ne fyzický problém (1 K 10:31; 1 Tm 4:3–4).
7. Člověk, který tvrdí, že musí mít své tělo pod kontrolou, aby měl pocit, že je schopný, si musí uvědomit, že:
  - a. Boží Slovo je jediným zdrojem, kde se učíme o té pravé kontrole, kterou v našich životech potřebujeme
  - b. Sebeovládání je ovocem Ducha svatého, ne lidské úsilí. (Ga 5:16–25)

8. Pokud se jedná o vyznávajícího křesťana, který nečiní pokání, bude možná třeba jednat dle Matouše 18:15.
9. Pokud se stále odmítají změnit, bude možná nutné požádat o lékařskou pomoc a hospitalizaci.

V. Co dělat ohledně jejich způsobu příjmu potravy

A. Vědoma si toho, že se jedná o uctívání Boha, měla by se rozhodnout jíst správně v klidné, uvolněné atmosféře a přístupu. Také mohou být použity vhodné odměny za jezení a tresty za nejezení.

1. Nejlépe je toho dosaženo získáním nebo ztrátou důležitých výsad.
2. Vzhledem k tomu, že pravděpodobně docházelo k přehnanému důrazu nebo tlaku na jezení, je třeba jej významně snížit (naopak by mělo být zdůrazněno pokání a láska ke Spasiteli).
3. Jakákoliv diskuse by se měla omezovat na to, co dělají pro ostatní a pro Pána.

B. Čas jídla by měl být uvolněnou a příjemnou chvílí.

C. Anorektička by měla postupně zvyšovat příjem potravy tak, aby přibírala půl až jedno kilo týdně.

D. U bulimie je strukturované jezení také důležité (Př 25:16).

1. Před jídlem děkujte Bohu.
2. Nejez sama.
3. Pomož jim, aby o jídle nefantazírovaly. (Řm 13:14)
4. Když jsi v pokušení, začni něco dělat.
5. Vyhybej se spouštěcím místům (Př 27:12). Jez pouze v kuchyni
6. Vyhybej se spouštěcím událostem (např. stresu)
7. Plánuj jídla s časovým předstihem (Př 30:25). Kupuj pouze co potřebuješ na přípravu jídla, nic víc

8. Odstraň projímadla a močopudné preparáty.
9. Mluv každý den s někým o tom, jak jsi dodržela pravidla
10. Mluv s někým, kdo bude tvým pomocníkem, ne policajtem. Ať je to pár zralých lidí.
11. Cíl: oslavit Boha, ne korigovat váhu  
“Když nalezneš med, jez s mírou; jinak se ho přesytíš a vyzvrátíš ho.” (Př 25:16).

## VI. Jak zacházet s obžerstvím

A. K obžerství dochází, když někdo jí hříšným, nenasytným způsobem.

### B. Statistiky<sup>20</sup>

1. Celkový počet dospělých s nadváhou (20-74 let): Zhruba 58 miliónů Američanů, neboli zhruba jedna třetina
2. Dospělé ženy s nadváhou (20-74 let): 32 miliónů, v roce 1990
3. Dospělí muži s nadváhou (20-74 let): 26 miliónů, v roce 1990
4. Celkový počet mládeže s nadváhou (6-17 let): Zhruba 4.7 miliónů, neboli 11 procent
5. Roční počet úmrtí, které lze přičíst na vrub špatnému stravování a nečinnosti: 300,000

C. Obžerství je v podstatě otázka sebeovládání (Duch vs. tělesná slabost).

1. Vládne nad námi chuť k jídlu nebo Kristus, skrze Ducha svatého? (Řm 16:17,18; 1 K 6:12–13; Ga 5:16–25)
2. Když nás ovládá chuť k jídlu, vedeme život zaměřený na žádostivost; když jsme pod vládou Krista, vedeme život zaměřený na poslušnost (Ef 2:3; Žd 11:24–27).
3. Obžerství je podobné dalším hříchům zaměřeným na žádostivost, jako je opilství a sexuální nečistota (Dt 21:20; Řm 6:11–13; Ef 2:3; 1 Pt 2:11–12).
4. Logickým extrémem obžerstvím je modloslužba, kdy chuť k jídlu je naším bohem (Fp 3:19).

D. Obžerství může mít vážné následky

1. Zapomínání na Boha (Dt 6:11–12)

---

<sup>20</sup> Podle National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, odvětví NIH.

2. Opomíjení Božího království (Mt 6:25–34)
3. Chudoba (Př 23:17–21)
4. Zneuctění Boha naším tělem (1 K 6:19–20)
5. Poškozuje naše svědectví (1 Pt 2:11–12)
6. Budoucí soud (1 Pt 4:1–4)

### C. Překonání obžerství

1. Získej správnou biblickou motivaci pro překonání obžerství spíše než motivaci sobeckou.
2. Modli se (Fp 4:6–9)
3. Udělej si týdenní záznam ohledně jídla (co, kdy, kde, s kým)
4. Identifikuj vzory chování a problematická místa.
5. “Nevyhovujte žádostem těla.” Uspořádej si život tak, abys minimalizoval pokušení (Řm 13:13–14; Př 23:17–21).
6. “Obleč Krista”—nahrad' nutkavé jezení zbožnými myšlenkami a činnostmi (např. modlitbou, zavoláním kamarádovi, procházkou, učením se veršů zpaměti).
7. Připomínej si dlouhodobé výhody života zaměřeného na poslušnost, abys odolal pokušení okamžitého uspokojení a života zaměřeného na žádostivost. (Žd 11:24–27; 1 Pt 1:13–19; 1 J 2:15–17)
8. Může pomoci vztah důvěry a zpovídání se (Ga 6:1–2).
9. Soustřeď myšlenky a skutky na naplnění a uspokojení v Kristu spíše než na těžkosti spojené s opuštěním starých zvyků stravování (Fp 4:8–13; 1 Tm 6:6–16)
10. Dávej si pozor na libování si ve svých těžkostech, snahu dosáhnout cíle vlastním úsilím bez Boha, změnu stravovacích návyků s ponecháním si psychické fixace na jídlo nebo na pýchu, když se dostaví úspěch (Mt 6:25–34; Fp 4:3; Ko 2:16,23).

## VII. Možné domácí úkoly

- A. Sepiš si všechny důvody, proč bys chtěl překonat problém obžerství. To by objasnilo jejich motivaci poradci i jim samotným.
- B. Napiš si všechny problémy, které obžerství v tvém životě způsobuje. Zdůraznění závažnosti jejich problému by také zvětšilo jejich motivaci.
- C. Projdi si přehled biblického vyučování, vyhledej si verše a napiš si svoje myšlenky a postřehy ke každému verši. To by jim dalo dobrý biblický systém k porozumění jejich problému a jak k němu přistupovat.
- D. Vyber si z výše zmíněného přehledu pár veršů, které jsou pro tebe obzvlášť užitečné. Nauč se z paměti každý týden jeden verš a přemýšlej o něm, když se dostaneš do pokušení. Tím začne přemýšlet víc o zbožných věcech než o tělesných.
- E. Piš si týdenní zápisník myšlenek, skutků a průvodních okolností, které mají co do činění s jídlem. To jim pomůže identifikovat sklony a skryté příčiny jejich problému obžerství.
- F. Rozpoznej problémové oblasti a napiš si konkrétní způsoby, jak můžeš změnit svoje myšlenky, skutky a okolnosti, abys minimalizoval pokušení. To jim pomůže nevyhovovat žádostem těla.
- G. Vytvoř si vztah důvěry a zpovědnictví s někým, s kým se můžeš modlit, mluvit a kdo tě bude podporovat v překonávání tvého problému. To by jim dodalo další “morální podporu” a povzbuzení.
- H. Připrav si konkrétní plán toho, co uděláš ve chvíli pokušení (např. zavolat příteli, jít na procházku, modlit se, žvýkat žvýkačku, atd.). To jim pomůže vytvořit cestu úniku k překonání pokušení.
- I. Pokud ve sboru nemá žádnou službu, ať se za to modlí, mluví se staršími a rozhodne se pro jednu nebo více pravidelných služeb (nejlépe službu zaměřenou na lidi). To by jim pomohlo obléct Krista a soustředit pozornost na naplňování potřeb druhých místo přemýšlení o jejich vlastních touhách a přáních.
- J. Ať se radují v Pánu a vzdávají Bohu díky za Jeho požehnání a připomínají si Boží zaslíbení. To by soustředilo jejich myšlenky na uspokojení v Kristu a na budoucí naději zbožnosti a odvrátilo je od tělesných žádostí a okamžitého uspokojení.

## VIII. Zdroje

- A. Wayne Mack, *A Homework Manual for Biblical Living, Vol. 1* (Presbyterian and Reformed Publishing, 1979).
- B. Elyse Fitzpatrick
  1. “Helping Overeaters,” *The Journal of Pastoral Practice* 11 no. 1 (Fall 1992): 51–6.
  2. “Helping Bulimics,” *The Journal of Biblical Counseling* 11 no. 2 (Winter 1993): 16–20.
  3. “Helping Anorexics,” *The Journal of Biblical Counseling*, 11 no. (Spring 1993): 19–23.
  4. “Disorderly Eating...for the Rest of Us,” *The Journal of Biblical Counseling* 12 no. 1 (Fall 1993): 20–23.

5. *Love to Eat Hate to Eat* (Harvest House Publishers, 1999).
6. *More than Bread: A Workbook for Women Who Struggle with Eating* (Christian Counseling & Educational Foundation, 1992).
7. *Manual: "Uncommon Vessels": A Group Study Project (Accountability)*

## **Sborová kázeň** Bill Shannon

### Úvod

#### I. Sborová kázeň – Námitky

1. Neláskyplná – neodporuje kázeň přikázání milovat svého bratra? 1 Janova 4:20

Vyvrácení - 2 Janova 6

2. Nebiblická – Písmo nám v Matouši 6 říká, abychom nesoudili druhé, abychom my sami nepropadli soudu.

Vyvrácení –

3. Zbytečná – Strach ze soudní pře nechává hříšníky nekonfrontované a hřích nezastavený.

Vyvrácení –

Zbytečný také protože jsme všichni hříšníci a jak můžeme soudit druhé?

Vyvrácení: Ano, my všichni jsme hříšníci.

#### II. Sborová kázeň – podstata

Podstata kázně je stejná jako podstata církve, což je evangelizace a poučení.

GCC Distinctive “Cílem kázně není vyhazovat lidi z církve nebo uspokojovat samospravedlivou pýchu těch, kdo kázeň vykonávají ... Cílem je obnovit hřešícího věřícího ke svatosti a přivést ho zpět do čistého vztahu ke společenství.”

#### III. Sborová kázeň – Cíl

1. Oslavit Boha poslušností Písmu. (Mt 18:15-20; Lk 17:3-4; Řm 16:17; 1 K 5; 1 Te 5:14; 2 Te 3:6:15; 1 Tm 5:20; 6:3; Ti 1:13; 2:15; 3:10; Zj 2:2, 14-15, 20.)

2. Zachovávat ryzost Kristova těla. (1 K 5:6-8; 1 K 11:27.)

3. Vypůsobit víru a zdravou doktrinní integritu. (1 Tm 1:19-20; Ti 1:13)
4. Evangelizovat nespasené. (2 Tm 2:24-26; Př 11:30; Jk 5:19-20)
5. Dát ostatním příklad, aby nehřešili. 1Tm 5:20
6. Umlčet falešné učitele. (Řm 16:17-18; Ti 1:10-11)
7. Obnovit hřešící křesťany.(Mt 18:15; 1 K 5:5; Ga 6:1-2; 2 Te 3:14-15; Žd 12:10-13; Jk 5:20)
8. Chránit svědectví církve (2 K 2:9, 17).
9. Nezavdat Pánu Církve příčinu ke káznění místního společenství. Zj 2:14-15

#### IV. Sborová kázeň – praxe

1. Preventivní – vyučování, kázání a modlitby, ke kterým dochází ve sboru každý týden je součástí prevence, která nedovolí růstu hříchu.
2. Ve chvíli, kdy dojde ke káznění, musí být vykonávána těmi, kdo jsou duchovní, kdo opravdově chodí s Pánem a v Duchu svatém. (Ga 6:1)
3. Kázeň se musí provádět v mírnosti, trpělivosti a pokoře a s vědomím, že i ty by ses mohl dostat do pokušení. (Ga 6:1-2, 2 Tm 2:24-25.)
4. Kázeň by měla být konána s postojem spravedlnosti. 2 Tm 5:21
5. K těm, kteří jsou káráni by se mělo přistupovat v duchu lásky. (Žd 12:5-6; 1 Tm 1:5; Ef 4:15; 1 Te 5:14-15; 1 Tm 5:1-2; 2 Tm 4:2).

#### V. Sborová kázeň – postup

1. Osobní konfrontace (KROK JEDNA) Matouš 18:15 “Jestliže tvůj bratr proti tobě zhřeší, jdi a pokárej ho mezi čtyřma očima...”

2. Konfrontace se svědkem (KROK DVA) Matouš 18:16 “Jestliže by však neposlechl, vezmi s sebou ještě jednoho nebo dva, aby ,ústý dvou nebo tří svědků byl potvrzen každý výrok“.”

Poznámka: Ze sboru GCC – staršovstvo “Jak dlouho by se měli svědci snažit přivést hříšníka k pokání předtím, než to oznámí sboru? Starší sboru GCC nepřistupují ke třetímu a čtvrtému kroku kázně dokud si nejsou absolutně jisti, že chybující věřící opravdu zhřešil nebo pokračuje v hříchu a že odmítá činit pokání ikdyž byl vhodným způsobem konfrontován.”

3. Řekni to shromáždění (KROK TŘI) Matthew 18:17 “Jestliže by je neposlechl, pověz to shromáždění ...” (2 Te 3:14-15; 1 Tm 5:20).
4. Vyluč ho ze sboru (KROK ČTYŘI) Matouš 18:17 “...a jestliže by neposlechl ani shromáždění, ať je ti jako pohan a celník.”

#### Bibliografie:

Adams, Jay *Handbook of Church Discipline* Zondervan, 1974  
MacArthur, John *The Master's Plan for the Church* Moody Press, 1991  
Wray, Daniel E. *Biblical Church Discipline* The Banner of Truth Trust, 1978  
Grace Community Church: Elders Distinctives “Church Discipline”

Sestavil Billem Shannon 2007

## Užívání drog a jiné závislosti

### I. Vysvětlení závislosti

#### A. Biblická antropologie

1. Člověk je ve své přirozenosti závislý.
2. Člověk byl stvořen tak, aby žil v závislosti na Bohu, aby našel život a požehnání.
3. Člověk usiluje o nezávislost a soběstačnost.
4. Člověk zůstává závislým stvořením navzdory hříchu.
5. Jeho závislost se pak obrací k jiným věcem - MODLÁM.
6. Člověk je svými modlami, kterým důvěřuje a které miluje uchvácen a polapen, což vede k závislosti.
7. LIDÉ SE STÁVAJÍ ZÁVISLÝMI, PROTOŽE ZÁVISLÍ JSOU.

#### B. Biblická definice

1. Modloslužebný vztah zahrnující změny nálad.
2. Je použita nějaká látka, protože člověk chce změnit to, jak se cítí.
3. Závislým se může stát kdokoliv a závislou látkou se může stát cokoliv.
4. Látka není rozhodujícím zdrojem závislosti, je jím člověk.
5. Život člověka se točí kolem uctívání této zkušnosti.
6. Modla z nás může udělat otroky.

#### C. Nesprávnost chápání závislosti jako nemoci

1. Neslučitelnost diagnózy a léčby – léčba není lékařská, ale morální.
2. Nedostatek empirických důkazů dosvědčujících takové chápání.
3. Ukazuje frustraci těch, kteří se jí snaží porozumět – lidé neví, jak jinak ji nazvat
4. Existence různých závislostí se neshoduje s tímto chápáním.
5. Je v rozporu s Božím zákonem (Ef 5:18)
6. Znemožňuje opravdové pokání
7. Podceňuje nepřítele a zotročení hříchu
8. ZÁVĚR: Závislost není nemoc.
- 9.

### II. Charakteristické rysy závislého

- A. Touží po krátkodobém uspokojení
- B. Přemýšlení závislého: iracionální touha založená na očekávání pozitivního efektu
- C. Zvýšená tolerance
- D. Ztráta sebeovládání
- E. Prohřešuje se vůči druhým

## F. Problémem není jeho osobnost

## II. Chemické procesy závislosti

Zahrnuje látky přenášející nervové impulzy. Například: Dopamin

## III. Poradenství závislému

Pouhé nazvání závislosti hříchem není automaticky pomocí při poradenství závislému.

### A. Pravidlo

Podívej se na věci z Boží perspektivy. Co Bůh řekl, že je normální? Písmo říká, že člověk je ve své přirozenosti závislý.

### B. Externí situace

1. Jaká je jeho situace? S čím se potýká?
2. Jak vysvětluje okolnosti v životě závislého Boží zákon?

### C. Interní situace

1. Co se v jeho životě odehrává? Co si myslí?
2. Co chce?
3. Časté faktory:
  - a. Nesprávné vnímání sám sebe
  - b. Vyhýbání se konfliktům nebo starostem
  - c. Nedostatek důvěry Bohu
  - d. “Perfekcionistické” sklony
  - e. Touží po “rychlých řešeních”
  - f. Motivován strachem
  - g. Formují se vzorce a zvyky
  - h. Tlak vstevníků
  - i. Spouštěče
  - j. Vliv rodiny

### D. Důležitost zpovědnictví

### E. Porozumění podle Přísloví 5-7

1. Vábení

2. Upnutí se

3. Rituál

4. Upevnění

F. Shrnutí poradenství

1. Závislý musí být spasen.
2. Závislý musí rozumět “Kristovu panství”.
3. Závislý musí rozumět síle modloslužebného vztahu.
4. Závislý musí činit pokání na úrovni srdce/mysli.
5. Závislý musí převzít zodpovědnost za každodenní obnovu.
6. Závislý musí dát do pořádku modloslužbu v každé oblasti života – úplné převrácení života.
7. Závislý musí chápat, že trvalá změna je dvojí proces (Ef 4:22-24).
8. Závislý se musí být ochoten podrobit radikálnímu odříznutí.
9. Závislý se musí zpovídat a být součástí uctívání a společenství místního sboru.

V. Související otázky

A. A co “AA?”

B. A co “co-dependency – (společná závislost)?”

C. A co “pobytové” programy?

D. A co využití lékařské pomoci k překonání závislosti?





