

Strach (soubor textů)

Vložil/a mladez, Pá, 13/07/2012 - 17:15

Otištěno z časopisu Bratrstvo 1/1999

Anketa: kdy jste měl v životě největší strach?

Petr Vacek, 33 let

herec divadla Ypsilon a zpěvák skupiny Mišpacha

Největší strach jsem v životě měl, když mě tatínek vzal na výlet na Gerlachovský štít a já ve svých 15 pochopil, že ze mne nikdy horolezec nebude. Ale úplně největší strach jsem měl ve snu.

Petr Brodský, 52 let, tajemník ETF UK

Strachů v životě zažívá člověk mnoho. Strach o nejbližší, vlastní děti, zdraví, ale i strach o vývoj společnosti. Těžko je seřadit do žebříčku. V konkrétní situaci se mně zdá strach, který prožívám, jako ten největší.

Cyril Svoboda, 42 let, poslanec parlamentu

Několikrát jsem měl vážnou obavu o bezpečnost svých blízkých. Sám jsem však nikdy neprošel zkouškou úzkostného strachu. Myslím, že to není přednost. Možná, že stálý strach ze strachu bohužel člověku brání učinit některá rozhodnutí o kterých ví, že by se tak zachovat měl.

Jan Milíč Lochman, 77 let, profesor teologie v Basileji

Vzpomínám na nebezpečnou situaci za okupace, bydlel jsem tehdy u Věry Miřejovské, kdy jsme přechovávali anglického důstojníka, jenž prchal ze zajetí do Velké Británie. Byla to akce akademické YMCA. Důstojník putoval z ruky do ruky, ale pře hranicemi byl zatčen, při mučení vyzradil jména a většina byla popravena nebo uvězněna. S hrůzou jsme sledovali jak se k nám tento řetězec blíží. Byl to prožitek děsu, k němuž jsem se později vrátil.

Petr Pokorný, 65 let, profesor teologie a děkan ETF UK

Ke konci války.

Pavel Dvořáček, 47 let, farář v Poděbradech

Vždycky. Totiž když jsem se cítil na něco moc sám a nepřipraven. Nebo neschopen, nevybaven, nestatečen, sláb cokoli říct, udělat, zabránit, pomoci. Prostě vydán všanc, napospas něčemu, vůči čemu nelze obstát - ani jako Goliáš, ani jako David. Nechce se mi být moc konkrétní, ale chcete-li, tak třeba rodičák. Když na něj šli naši (jak se obhájím?), anebo, když na něj teď musím já (jak ty děti obhájím?) Ach jaká úleva, když to můžu nechat na ženě. Anebo na někom ještě statečnějším...

Strach (soubor textů)

Převzato z Katecheze (<https://katecheze.evangnet.cz>)

Hana Halfarová, 46 let, klinická psycholožka, ředitelka Linky bezpečí

Když byla moje maminka vážně nemocná a já měla strach, že umře.

Václav Malý, světící biskup

Při jedné autonehodě, kterou jsem nezavinil, protijedoucí vozidlo bezmocně klouzalo na zledovatělé vozovce a mířilo na mé stojící auto na kraji vozovky. Seděl jsem za volantem a instinktivně na poslední chvíli jsem se vrhl na vedlejší sedadlo. To mi zachránilo život.

anonymní anketa

to se nedá říct největší, ale mám strach jako každý jiný člověk před písemkou nebo se bojím ve tmě.
- studentka, 14 let

když mě nechtěl můj vlastní otec vrátit matce - student, 13 let

před zkouškama, před odjezdem z domu na dlouhou dobu - studentka, 18 let

ze ztráty zaměstnání - studentka, 25 let

neměl jsem - student, 14 let

když jsem neposlechl rodiče - student, 14 let

před přijímacíma zkouškama na gymnázium nebo na stezce odvahy na školce v přírodě - studentka, 13 let

když někomu ublížím a nevím, jak se s tím vyrovná - ?

když jsem měl nastoupit ZVS - student, 25 let

někdy to byl strach o sebe (když mě vezl stopem duševně nemocný řidič - maniak, když mě porazilo auto, nemohl jsem se hýbat a nevěděl jsem, co se mnou je), jindy o druhé (když jsem byl svědkem autonehody a jindy vojenské rvačky) - pracující, 27 let

v situaci, kdy mi šlo o život - student, 22 let

když na mě vyběhli v poli dva vlčáci - studentka, 17 let

nemohu říci, kdy jsem měla největší. Většinou nemám radost, vztek ani strach největší naráz, ale se zpožděním - déle mi vydrží .- rozloží se to do několika dnů.

Bible a strach Jiří Mrázek

Strachy jsou různé. A různé jsou i v Bibli. Strach má například Mojžíš před hořícím keřem (Ex 3) nebo Izaiáš při svém chrámovém vidění (Iz 6) a vůbec každý, kdo se setkává s Boží přítomností. Není to obava, že by Bůh byl zlý nebo zlomyslný. Je to spíš posvátná úcta, bázeň, skoro až hrůza při setkání s něčím (Někým) silnějším, neznámým, nepředstavitelným... Podobný strach zažívají učedníci, např. když jsou svědky toho, jak Ježíš utiší bouři (Mk 5). Příběh o Adamovi a Evě zase svým poetickým a starobylým způsobem popisuje cosi jako strach z hříchu: pro ten je typické, že jej člověk nemá předem. Předem mají Adam i Eva pro strach uděláno, ale pak přijde opět ta bázeň z neznámého - vstoupili na neznámou půdu, udělali něco, co je najednou silnější než oni sami a nedá se vzít zpátky a neví se, co bude dál. Potom ovšem zná Bible taky obyčejnější strachy, strach, že se mi něco stane,

strach, že na něco nestačím a že je toho najednou na mě moc. Daly by se uvádět příklady starozákonních patriarchů i příklady učedníků, ale prospěšnější bude si připomenout, že tenhle obyčejný lidský strach má občas i Ježíš, třeba v Getsemanské zahradě. Není zde líčen jako superman a není nám vzorem jako superman. Je líčen jako ČLOVĚK: ví, co by měl udělat, ale docela lidsky a obyčejně se v tu chvíli bojí. A tak se modlí. Ale z nebe v tu chvíli nezazní ani hláska. A tak se dál modlí a dál bojí, co bude dál.

Strach, který prožíváme Věra Pokorná

S pocitem strachu se nesetkáváme jen v mimořádných situacích, jak si někdy myslíme. Tato představa zřejmě provázela i autory ankety. Proto taky mnozí respondenti na tuto otázku odpovídají vyhýbavě, nebo ji vůbec nevyplňují. Tak to ale v životě není. Někdy se dokonce můžeme setkat se svědectvím o tom, že ve vypjatých situacích člověk na pocit strachu ani nemá čas, dokonce se v nich může rozhodovat spontánně a zcela svobodně.

Strach patří neodmyslitelně k našemu životu. Dospělí si někdy myslí, že děti strach neznají. Že dětství je obdobím vnějších jistot a bezpečí. To si své dětství idealizují. Děti stále sledují své rodiče, zda se na ně opravdu mohou spolehnout. Prožívají někdy strach z jejich možné ztráty a chtějí být ubezpečováni, že k ní nedojde. Touha po jistotě a bezpečí nás provází po celý život. I vyrovnané stáří nesouvisí vnějšně s tím, kde starý člověk svůj život dožívá, zda ve svém bytě, u svých dětí nebo v dobrém domově důchodců. Především záleží na tom, zda ví, že má někoho, na koho se může spolehnout, na koho se těší a pro koho je jedinečný.

Strach nás tedy provází v různých podobách od narození až do smrti. Prožíváme strach z každé neznámé, nové situace. Prožíváme strach z možného neúspěchu, strach z toho, zda se v různých situacích osvědčíme. Každé rozhodování je spojeno s určitým rizikem. Prožíváme strach z možné bolesti nebo nemoci své i druhých. Prožíváme strach z toho, aby se nenarušily naše vztahy k přátelům, partnerské vztahy v manželství, vztahy mezi námi - dětmi k rodičům, či rodičů k dětem. Prožíváme strach ze smrti. Neznamená to, že bychom neustále žili vědomě ve strachu, ale pocit strachu může kdykoli do vědomí vstoupit. Žít život beze strachu je iluze. Kdo si myslí, že může žít bez strachu, popírá svou závislost na okolním světě i vědomí konce. Vědomí, že každý život se uzavírá smrtí.

Proto se stále učíme strach překonávat. Člověk má sklon přijmout každou nabídku, která mu pomáhá strach překonat. V tom je síla magie a různých sekt, které vedou člověka k poslušnosti, aby se zbavil strachu z rizika, které, jak jsem již pověděla, provází každé svobodné rozhodnutí.

Proto je naopak tak důležité pohybovat se v prostředí, kde se necítíme ohroženi. Patří k němu otevřené vztahy v rodině, silná partnerská pouta a přátelé, o kterých víme, že je na ně spolehnouti.

Záleží však na tom, jak pocit strachu překonáváme. Zda tím, že strach potlačíme, nepřipustíme si ho a vystupujeme jako nezávislí a silní jedinci, kteří si sami sobě vystačí. S takovým postojem se můžeme často setkat. Proto se mnohdy ve společnosti nesluší bavit se o nemoci nebo dokonce o smrti. Lidé se chtějí bavit, proto se sešli. Jindy se zbavujeme odpovědnosti a necháme se vést, hledáme rady druhých, abychom pak na ně mohli svést negativní důsledky svého rozhodování. Neúspěchy svalujeme na okolnosti, říká se tomu, že situaci racionalizujeme, vysvětlíme si ji. To už je jistý druh lži, kterou převážně používáme proto, abychom překonali pocit strachu.

Je důležité, abychom tyto úvahy vedli. Jen tak nakonec poznáme, že se vyplatí být k sobě upřímnými, že je důležité uvědomovat si své obavy, přiznat si je, pochopit svou závislost na druhých a vážit si každého přátelského vztahu. Uvědomit si, že každé únikové, náhradní řešení, které se zbavuje odpovědnosti nebo staví na lži, se obrátí proti nám samým. Sami se sebou nebyváme spokojeni, sami sebe omezujeme ve své vnitřní svobodě, sami sebe musíme přesvědčovat o tom, že jednáme správně, nejsme k sobě dost upřímní. Taková řešení narušují naše vztahy, které jsou pro nás důležité a odměňují se nám tím, že rozhojňují strach, který prožíváme.

Pro nás křesťany v tomto smyslu není rozhodující, že očekáváme království Boží, což nám vytýkají ateisté. To je až důsledek naší víry. Důležité je, že můžeme být k sobě otevření, přiznat si své nedostatky, mluvit o nich v modlitbě k někomu, ke komu máme neomezenou důvěru, tak jako se modlil Ježíš, když prožíval nejtěžší chvíle, plné smrtelného strachu.

Strach (soubor textů

Převzato z Katecheze (<https://katecheze.evangnet.cz>)

Biblický odkaz: Exodus 3

Biblický odkaz: Izajáš 6

Autor: Pokorná, Věra

Autor: Mrázek, Jiří

Rok vzniku: 1999

- [Neštěstí](#)
- [Společnost](#)
- [Podklad pro tematický program](#)
- [Dorost](#)
- [Konfirmace](#)
- [Mládež](#)
- [15 minut](#)
- [30 minut](#)
- [60 minut](#)
- [Na počtu nezáleží](#)

Odkaz na zdroj: <https://katecheze.evangnet.cz/programy/strach-soubor-textu>