

Sestry a bratři,

dovolte mi, abych za základ svého dnešního slova (u příležitosti shromáždění NO) využila myšlenky psychologa Maxe Kašparů z jeho úvahy na téma **Jak předejít vyhoření**.

Všichni toužíme po klidném, spokojeném a úspěšném životě. Nechceme být nervózní, nešťastní, pro druhé nepříjemní a nesnesitelní, nechceme propadat depresím a nakonec se zhroutit. Jak předejít vyhoření?

Max Kašparů před nás staví obraz ochranného domu, bezpečného příbytku. Musíme mít vybudovaný dům – šestistěn; potřebujeme ve svém životě 6 pevných stěn, 6 jistot. Jak je budu jmenovat, každý z vás si můžete v duchu odpovědět, zda máte tyto důležité, nezbytné stěny – životní opory, jistoty.

Stojím, každý z nás pomyslně stojíme ve svém domě – místnosti – šestistěnu.

1. **Přední stěna** symbolizuje **těšení se na něco**. Musíme se na něco těšit. Měli bychom mít něco pozitivního před sebou. Stěna před námi je dobrá, radostná perspektiva. Na co se těšíme.

2. **Zadní stěna** (za mnou) – to jsou **lidé, o které se mohu opřít**. Měla by to být **rodina**, ti nejbližší. Nemusím s nimi stále být, nemusím na ně neustále vidět, ale vím, že jsou za mnou, že mi „kryjí záda“, že se na ně mohu spolehnout.

3. **Stěnu po levici** (blíže k srdci) tvoří **přátelé**. Psycholog Kašparů říká, že nelze žít v manželství, v partnerství jako v ponorce. Potřebujeme i druhé lidi. Pro život je nutný dobrý kamarád, přítel, zpovědník; někdo, komu můžeme plně důvěřovat.

4. **Stěna po pravici** – to jsou **lidé, s kterými pracujeme**, spolupracujeme. Pro náš každodenní život jsou důležité dobré pracovní vztahy v zaměstnání (ve škole).

5. Pátou jistotou je **podlaha – místo, kde stojím**. Ano, toto je moje místo. Na něm bych měla **pevně stát a kladně ho přijímat**. Je dobře, že jsem právě zde. To znamená – nedívat se vedle, tam by mi bylo lépe; měla jsem být támhle nebo tuhle, jinde. Ne. Toto je moje místo a jsem zde ráda (rád).

6. Ještě zbývá **vrchní stěna našeho šestistěnu – strop, střecha**. To jsou **duchovní hodnoty**, které nás přesahují, jsou nad námi, symbolicky přicházejí zhůry, z nebe. Můžeme mít pevný dům ze 4 stěn, můžeme mít bezpečnou podlahu – stojíme pevně na svém místě. Ale bude-li v našem životě scházet duchovní rozměr, duchovní hodnoty, potom do našeho domu bez střechy prší a zasahují blesky.

Každý z nás jsme si v duchu říkali – ano, tuto stěnu mám, tato stěna mě chrání, anebo – tak tohle mi chybí, tady je moje slabé místo. Samozřejmě je třeba dodat, že náš důležitý šestistěn je nutné také opečovávat, opravovat jednotlivé stěny, neustále budovat a střežit. Vztahy je potřeba stále udržovat, živit jejich plamen lásky a důvěry, jinak skomírají.

/Nyní vám rozdáme malé symbolické šestistěny a ve chvíli ticha se každý zamyslíme nad svým bezpečným domem – nad svým šestistěnem.../

My všichni společně tvoříme sborové společenství, jsme částí Kristovy Církve, jsme součástí Božího lidu. Jaké je místo křesťanské církve, sboru v našem šestistěnném domě? Potřebujeme vůbec církev, svůj sbor ke spokojenému životu? A jaké je nebo může být *moje* místo jako vaší farářky ve vašem šestistěnu? Patřím tam někam? Odpovězte si v duchu upřímně sami.

V církvi říkáme, že tvoříme /nebo bychom měli tvořit/ duchovní rodinu. A tak bychom mohli ve svém sborovém společenství – tady mezi sebou – nalézt lidi, o které se můžeme opřít, i kdyby to byl třeba jen jediný člověk. (To je k té zadní stěně.) - Součástí stěny po levici bych mohla být já – vaše farářka. I psycholog doporučuje zpovědníka, důvěrníka. Jsem pro vás takovou osobou? Potřebujete mě jako dobrou známou, kamarádku, přítelkyni, nebo pro vás jsem také farářkou v hlubokém, duchovním slova smyslu, to znamená i zpovědníkem?

Křesťanská církev nabízí a zvěstuje na základě Bible duchovní hodnoty – tedy tu vrchní stěnu, ono důležité zastřešení. V tom spatřuji i naši úlohu – věrně zvěstovat radostné evangelium o Boží lásce – a v tom vidím i své poslání.

Amen.

/Jindřiška Buttová, Praha 4 Krč 24. 5. 2015/