

Za mnoho let své práce se studenty můžu s jistotou určit nejčastější zdroj nejhlubších krizí v životě mladých lidí, kluků i holek. Největší krize a opravdové deprese byly vždycky spojeny s neštěstím ve vztahu s druhým pohlavím. Ve statistických přehledech největších stresových zátěží patří vždy na první místo ztráta partnera (v jakékoli podobě: smrt, rozvod, rozchod). Smrt či nemoc v rodině, ztráta zaměstnání, porod, dluhy a stěhování jsou až za nimi.

I já jsem si tím prošla a hned několikrát. Nejtěžší byl rozchod hned na začátku mého křesťanského života. Ačkoli jsem tehdy moc nechápala proč, věděla jsem zcela jasně, že si Bůh nepřeje, abych pokračovala ve vztahu s mým nevěřícím klukem. Bylo to hodně, HODNĚ těžké, ale uprostřed mého nadšení z Boží lásky, jsem to s Jeho pomocí dokázala. Dneska s odstupem času vím, že to bylo to nejlepší, co jsem mohla udělat. Mít tak blízký vztah s člověkem, který se mnou nesdílí nejhlubší touhu mého života, je nesmírně náročné a pokud se tomu člověk může vyhnout, měl by.

Jak jsem již řekla, tehdy jsem jenom poslechla ty, kdo mi ukázali, že je to jasné Boží přání, abychom měli za životního partnera dalšího křesťana. Bible o tom mluví obrazně ale i velmi jednoznačně na několika místech<sup>1</sup>. Navíc nám přikazuje vychovávat děti ve víře v Krista a v tom vám i ten nejtolerantnější partner nikdy nemůže pomáhat. Naopak jeho, i když tolerantní, odstup bude dětem příčinou nejistot a zmatků.

Později v mém křesťanském životě se o mě zajímal jeden velmi sympatický mladý muž, který ale nebyl věřící. A nejtěžší na tom bylo, že on se mi velmi líbil také. Hodně o náš vztah usiloval a já se mu marně snažila vysvětlovat, proč to nejde. Říkal, že bude tolerantní, že mu to vůbec nevadí, dokonce se mu moje víra líbí. Uvnitř se opět odehrával boj. Po rozhovoru s kamarádkou jsem se rozhodla, že poslechnu Boha. On přece chce pro nás jen to nejlepší a musí vědět, co dělá, když po nás něco chce. A Bůh se velmi jasně přiznal k této poslušnosti, jak to slibuje v Bibli: „Ty věrnému osvědčuješ věrnost.“ (2. Samuelova 22, 26) Ten mladý muž pak později sám uvěřil, stal se křesťanem a dnes má krásné manželství. Teď zpětně vidím, že kdybych neposlechla, způsobila bych mnoho bolesti a zklamání sobě i jemu.

Ale ten hlavní příběh, který jsem chtěla vyprávět, začal už v důsledku mého prvního rozchodu. Je to příběh o dvou extrémech. Oba byly stejně špatné a před oběma vás chci varovat. Jednak je to extrém strachu a přehnané zodpovědnosti a jednak extrém lehkovážné sobeckosti.

### ***Extrém číslo 1***

Bolest ze ztráty člověka, který mi býval tak blízko, byla tak veliká, že jsem se zařekla, že rozchody už nikdy více. To mě ale přivedlo do extrému, který mi život neusnadnil ani o kousek: rozhodla jsem se, že se už nikdy nechci rozcházet. Prostě s nikým nebudu chodit do té doby, než si budu JISTÁ, že si ho chci vzít, a pak si ho jenom vezmu a . . . žádná bolest, žádný rozchod.

Nemoudré a naivní! V mnoha věcech to bylo fajn a pomohlo mi to vyvarovat se řady špatných vztahů. Ale dokážete si představit ten tlak, když jsem objevila kluka, o kterého jsem měla zájem a který měl zájem o mě? Ten tlak, že když s ním začnu chodit, tak si ho technicky vlastně už „musím“ vzít?! A co teprve ten tlak a to pokoření, když jsem věděla, že bychom se měli rozejít. Znamenalo to se veřejně přiznat k nezdaru mého mnohaletého hesla, o kterém všichni věděli.

Holky, nekomplikujte si život a buďte otevřené představě, že něco nemusí vyjít. Vždyť chybovatí je lidské a odpustitelné. Chození je chození hlavně proto, že si to ještě můžete rozmyslet.

### ***Ale pozor na opačný extrém!***

Problém může být také i v tom, když se vrhnete do vztahu, ať to stojí, co to stojí, a šlapete po lidských srdcích. A to je můj druhý příběh.

Holky, dejte si pozor na chození založené na touze, aby vás někdo obdivoval, říkal vám krásné věci, objímal, hladil a líbal! Takový vztah má jenom jednu jistotu – přijdete o něj; sen o pohádkovém romantickém příběhu se rozplyne a vy přijdete o člověka, který jinak mohl být váš skvělý kamarád.

Bůh mě ale tenkrát varoval. Na začátku roku jsem si vytáhla biblický verš. Moc jsem ho

<sup>1</sup> 1. Korinským 7, 39; 2. Korinským 6, 14; 5. Mojžíšova 6, 4-7

nepochopila a do konce roku už jsem v něm litala. Tady je úryvek z mého deníku:

Bože, tolik se toho stalo v mém vztahu s L – tolik věcí, za které se stydím. Opakovaně jsme chodili na romantická místa plná pokušení, ALE Ty jsi mě varoval! Dal jsi mi verš na letošní rok:

„Každý z vás by měl vědět, že byste si pro sebe měli hledat manželku nebo manžela svatým a čestným způsobem, ne vášnivě a chtivě, jako lidé, kteří neznají Boha. Nikdo by neměl ostatních věřících takto zneužívat a využívat pro vlastní prospěch.“

(1 Tesalonickým 4,3 v překladu pro studenty: GOD'S WORD FOR STUDENTS)

Vášnivě a chtivě! Tolik mě to usvědčuje. Vždyť přesně takhle jsem začala chodit s L. Byl atraktivní a já jsem tolik toužila po romantických chvílích, že jsem se odhodlala začít vztah stejně lehkovážně jako lidi, kteří Tě neznají. Ale nikdy mi na něm asi nezáleželo tak, jak by mělo. Tolik se stydím. Co dělat? Prosit o odpuštění? Určitě, ale co dál?

To, co následovalo bylo jedno z nejtěžších období mého života. A to hned ze dvou důvodů. Ten první je nasnadě. Odčinit tak velkou a sobeckou chybu není snadné. Hodně jsem ublížila člověku, který mě měl opravdu rád, skvělému kamarádovi a úžasnému klukovi. Bůh mi ale ukázal zcela jasně míru mojí sobeckosti a sundal mi růžové, ale silné brýle, skrze které jsem neviděla realitu, nebo nereálnost, našeho vztahu. Měli jsme jasný problém. I když jsme oba před začátkem našeho vztahu věděli a souhlasili, že Boží řád pro vztah muže a ženy je něco, co chceme v našich životech přijmout (že Bůh jako „vynálezce“ sexu mu rozumí lépe, než kdokoliv jiný, a proto dobře ví, že sex je něco vzácného a jedinečného, co je dobré chránit manželstským slibem) rozhodně jsme netušili, že to nebude jednoduché. Řeka sexuální touhy, do které jsme vstoupili zrychlovala svůj tok tak, že se z ní brzy stal dravý proud. Zachytávali jsme se větví na okraji a dlouho se neudrželi. Chtěli jsme stále víc a víc. Velmi nás to oba trápilo, ale moc jsme nevěděli, co s tím. Navíc jsem cítila, že mě to odděluje od mého drahého Pána Boha a od druhých lidí. Myslím si, že díky našemu tělesnému sblížení jsme také neviděli věci v našich osobnostech, které bychom mohli vidět dřív. O mnohých věcech se nám nedařilo hovořit a náš vztah a komunikace přinášela daleko víc stresů a trápení než povzbuzení a radosti. Ze začátku jsme si oba užívali příjemné fyzické blízkosti a pocitu, že nás někdo obdivuje a potěšuje. Když ale přišly komplikované okamžiky, neměli jsme sílu se s nimi vypořádat. Nějak pro nás bylo těžké najít společnou řeč. Bylo jasné, že tudy cesta nevede. Musela jsem odčinit, co jsem pokazila. Pokusila jsem se vysvětlit, že jsem udělala chybu, když jsem kývla na náš vztah. Pokusila jsem se vysvětlit, že kvůli svému svědomí před Bohem už v našem vztahu nemůžu pokračovat. Omlouvala jsem se a prosila jsem za odpuštění. Myslím, že ani jedna z věcí se mi příliš nepodařila a náš vztah je do dnešního dne hodně poničený, naše přátelství v podstatě neexistující. Ale s odpuštěním nemůžete nikdy počítat. Poškozené vztahy je těžká mzda, kterou je platíme za hřích.

Důležité ale je, že Bůh odpouští a dává sílu k novému začátku. Bůh mě odpustil a přivedl mě do zcela jiného vztahu. Ten druhý je založený na modlitbě, úctě k mému partnerovi a hlavně na hledání Boží vůle a poslušnosti.

Tyto dva vztahy se dají porovnat dle definice pobláznění a opravdového zamilování z knihy *Jde to vůbec?* od E. Wheata.

„Pobláznění se definuje jako emocionální a tělesná reakce na falešné dojmy či pouhý zevnějšek druhého, jež byly přeceněny nebo vzbudily chtivost. Naproti tomu opravdové zamilování je duchovní, duševní, emocionální a fyzická odezva na skutečný charakter a celou bytost toho druhého, který ztělesňuje dlouho hledané a obdivované vlastnosti.“<sup>2</sup>

### ***Ale co s tím?***

Kde hledat správný postoj? Jak nespadnout ani do jednoho z extrémů? Jak z nich ven? Dá se na najít odpověď v osvědčené studnici moudrosti, v Bibli? Zdálo by se, že skoro ani ne.

Bible skutečně o tématu rozchodu nebo chození moc nepíše. Hovoří se tam vlastně jen o třech kategoriích lidí: svobodných, zasnoubených a žijících v manželství. Není divu, vždyť chození a rozchody je vlastně až výdobytek moderní doby. Po mnoho století (včetně těch, ve kterých byla napsána Bible) měli rodiče hlavní slovo. Po mnoho staletí lidé žili v komunitě, která se navzájem

<sup>2</sup> Wheat, Ed a Perkins G., *Jde to vůbec?* Biblos, Brno, 1995 (str.55)

znala, kde si lidi takříkajíc vzájemně viděli až do talíře a všichni tedy více méně tušili, co je kdo zač. Dohodnuté sňatky tehdy měly svá opodstatnění.

Dnes v naší moderní uspěchané a individualistické době už to tak fungovat nemůže. Lidé žijí ve velkých městech a večery tráví u televize místo u sousedů. Navíc jsme získali řadu svobod a chceme je uplatňovat. Světový názor, volba partnera a volba povolání už není v rukou rodiny, ale jednotlivce. Neexistuje jiná varianta než vystrčit nos do světa okolo nás, hledat a riskovat. Začít vztah a riskovat, že skončí . . . nebo vyjde.

Ale i přes relativní mlčení v otázce chození můžete v Bibli najít odpovědi. Bible není manuál nebo seznam zákonů, které by vám říkaly přesný postup nebo daly přesný seznam dobrých a zakázaných skutků. Argument typu, že když Bible nezakazuje marihuanu, tak ji vlastně dovoluje, je hodně zcestný. Bible je plná všeobecných principů o lidských vzájemných vztazích a z nich je možné čerpat moudrost a odpovědi na všechny otázky, tedy i chození a rozcházení.

### ***Vážít si***

První z principů ohledně chození, které je možné vyčíst z Bible, už byl vlastně zmíněn v mém předchozím příběhu. Je to úcta k člověku. Vidět v tom klukovi vzácného člověka, Boží dítě, a jako k takovému k němu přistupovat. Nechtějte toho druhého využít jenom pro svoje potěšení. Nemám lepšího verše než: „jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak i vy ve všem jedněte s nimi; v tom je celý Zákon i Proroci.“ (Matouš 7, 12) Pokud vás Bůh usvědčí ze sobeckosti, je načase s tím něco udělat. Na prvním místě je důležité začít hledat dobro toho druhého a tím někdy může být ukončení vztahu, který stojí na špatném základě.

### ***Zvážit si***

Druhý princip bude poněkud rozvinutější: Nejlepší způsob, jak se vůbec nemuset rozcházet, je vědět hned na začátku vztahu, co chceš a co ne. Díky tomu nemusíš jít do vztahu, který by pak skončil rozchodem. Pořádně o něm přemýšlej hned na začátku. Sleduj ho, zvažuj a rozvažuj – biblickými slovy: SEDNI SI A SPOČÍTEJ NÁKLAD!

Zde je biblický příběh, z kterého cituji:

„Chce-li někdo z vás stavět věž, což si napřed nesesedne a nespočítá náklad, má-li dost na dokončení stavby? Jinak – až položí základ a nebude moci dokončit – vysmějí se mu všichni, kteří to uvidí. Řeknou: „To je ten člověk, který začal stavět a nemohl dokončit.“

(Lukáš 14, 28-30)

*A jaké „náklady“ si tedy spočítat ve vztahu s klukem?*

Hledejte neustále vztah plný obdivu ke svému partnerovi. Pokud si ho nedokážete vážít v zásadních bodech a životních hodnotách, skončete ten vztah dříve než později. S každým společně stráveným dnem rozchod víc bolí. Pokud si ale svého kluka vážíte ve všech důležitých věcech a momentálně vám leze na nervy nějaká maličkost, vydržte to s ním. Stojí to za to. Problém je jenom v tom, že zásadní věci a maličkosti se liší člověk od člověka. Proto bych vám chtěla zprostředkovat vodítko, jak mezi nimi rozlišovat, z knihy *Boundaries in Dating* (Hranice v chození) od autorské dvojice Cloud a Townsend.

Základní věci jsou prosté: společné zájmy, společné cíle, společné životní hodnoty. Některé z nich jsou viditelné hned na začátku. Pokud ale v průběhu vztahu objevíte, že se nedokážete shodnout na některé z výše uvedených věcí, je to velký důvod vážně tento vztah přehodnotit a s nejvyšší pravděpodobností se rozejít.

Jsou tu ale i další zásadní otázky. Ve svých závěrečných radách na toto téma říkají:

„Naučte se rozpoznávat mezi lidskými nedokonalostmi (každý máme nějakou), které nejsou destruktivní, jenom nepřijemné, a charakterovými vadami, které zásadně poškozují váš vztah. Naučte se přijímat toho druhého s jeho

Jak tomu rozumět? Co je co? I na to dávají odpověď:

**Malé a nedestruktivní věci:**

(otázky zralosti či dovednosti – pokud jsou v nižším stupni a pokud s nimi ten druhý chce něco dělat)

např.:

nepořádnost

uzavřenost

snaha se předvádět

puntičkářství

netrpělivost

a další nectnosti v mírných dávkách

**Velké a destruktivní věci:**

pomluvy a urážení ostatních

nemravnost

nevěrnost

neupřímnost

nadutost a povýšenost

zákeřnost

bezohlednost

a Hlavně nepoučitelnost: neochota vidět, jak vás zranili, omluvit se, napravit chyby a nepokračovat v nich!

Holky, vážně vás varuju: Jakmile uvidíte cokoli z pravého sloupce, měly byste si nazout běžecké boty a pokud uvidíte nepoučitelnost, utíkejte, co vám síly stačí.

Dávejte si i pozor na to, když ve vás kluk vyvolává pocit, že se musíte přizpůsobit jeho požadavkům na vaši osobu. Zvažte, jak a kolik jste ochotny se přizpůsobit. Musíme být schopni přijímat jeden druhého takoví, jací jsme. Nikdy nepředpokládejte, že se ten druhý v základních charakterových vlastnostech a postojích změní nebo že ho dokonce změníte vy. A stejně se ani vy nesnažte „zalíbit“ tomu druhému tím, že se sice budete chovat podle jeho představ, ale už to nebudete vy. To se stalo mě.

Měla jsem pocit, že začínám být přetvářena ne k obrazu Kristovu, což je ten nejkrásnější cíl Božího plánu s námi, ale k obrazu mého kluka. Začala jsem mít strach, že zase udělám něco, co jeho zarmoutí, co se jemu nebude líbit. Ten strach ale už nebyl tou zdravou obavou, že zarmoutím milovanou osobu, ale byl to strach, který mne začal ovládat a svazovat a děkovala jsem za každou chvíli, kdy jsem byla „přijatelná“. Začala jsem chápat, že to není v pořádku.

A mám pro vás ještě jeden náklad, který je třeba započítat. Ten nemám vyčtený a možná vám bude k smíchu nebo se nad ním pohoršíte, ale třeba alespoň některým z vás o kousíček usnadní život. Úplně souhlasím s tím, co v předchozích dvou bodech říkali pánové Cloud a Townsend a myslím si, že je opravdu důležité rozlišovat mezi podstatnými a nepodstatnými věcmi. Nenechte se ale zmást a myslet si, že nějakou „nepodstatnou“ věc, která naprosto ničí *jenom vás osobně*, můžete jen tak hodit za hlavu. Znáám holky, které experimentovaly s tím, že přece dokážou „překousnout“ takovou hloupost jako, že kluk má špatné zuby, sedá si s nohou přes nohu, klátí nohama, mluví s plnou pusou, má špinavé nehty... Dokonce se styděly za to, že je taková „blbost“ vůbec může rozhodit. Ale nakonec je to tak otravovalo, že kvůli takové „nepodstatné maličkosti“ nedokázaly odpustit ani ty skutečné maličkosti a komplikovali si s tím klukem život navzájem. Vážně si rozmyslete, s čím dokážete žít a s čím ne.

A poslední moudro, které jsem kdysi slyšela ohledně „počítání nákladů“ chození a rozcházení, je úplně z jiného soudku. *Spočítejte si náklady rozchodu!* Každý konec něco stojí. Nechaly jste někdy sportu nebo hraní na hudební nástroj a za pár měsíců či let se k tomu chtěly vrátit? Šlo to ztěžka, co? Stejně je to i se vztahem. Když něco skončí, je náročné to obnovit, často nemožné. Rozmyslete si, jestli vám rozchod stojí za to.

**Když dojde k nejhoršímu ...**

... tedy, když si uvědomíte, že jste udělaly chybu, že jste ve vztahu s člověkem, s kterým nechcete a nebo byste neměly strávit zbytek života.

<sup>3</sup> Cloud, H a Townsend, *J Boundaries in Dating* Grand Rapids, Zondervan 2000 (str. 105)

Mohly bychom přemýšlet nad příběhy dalších lidí a určitě bychom našli řadu společných prvků a moudrostí, co dělat a nedělat. Troufám si říct, že hlavním důvodem k rozchodu je poslušnost Boží vůli, která pro nás chce to nejlepší: život s čistým svědomím, život plný upřímné lásky a úcty k lidem okolo nás a k našemu životnímu partneru.

Hledejte neustále Boží vůli a Boží standard pro vaše činy a z těch nepolevujte.

### ***Pozor na dlouhé lokte***

Nakonec vám chci zprostředkovat, co mi vyčetl kluk, s kterým jsem se rozešla. Holky mají tendenci se rozcházet na dlouhé lokte. Dává to smysl – ženským emocím se nedá snadno poručit. Navíc každá žena automaticky srůstá se svým prostředím a je pro ní těžké se od něj odcizit s okamžitou platností. Dejte si ale pozor na nejasné signály, které by klukovi dávaly falešné naděje. Jeho dvě námitky na moje chování při našem rozchodu jsou tady přetištěné:

Nejhorší je porušování „rozchodu“ hláškami typu „zajdeme spolu na večeři“, „přijed' za mnou“, „zavolej mi, popovídáme“ a podobně. Tím ten druhý pouze získává naději, že by to mohlo někdy pokračovat dál. O co tvrději se k tomu druhému chovám, o to víc mu vlastně pomáhám, aby se z rozchodu vzpamatoval dřív.

Holky, pamatujte si, že *naděje umírá poslední a tonoucí se stébla chytá*. Když se s někým rozejdete, ten druhý chce přirozeně mít naději, že si to s tím koncem rozmyslíte. Možná vás rozchod bude stát víc úsilí než jenom jedno důrazné vysvětlení. Někdy je třeba vytrvalost a důslednost. Nepovolujte ani, když ten druhý vydírá. Nechtějte být hodnou kamarádkou. Stůjte tvrdě za tím, že se už nebudete vídat. Překousněte chuť se usmířit. Najděte si kamarádku, které můžete důvěřovat a která vás může povzbuzovat, když se bude váš rozchod komplikovat.

Neudělejte stejnou chybu jako já: Po našem rozchodu jsme se jednou viděli. O samotě. Mluvili jsme. A najednou to všechno bylo zpátky. Zachovala jsem se velmi lehkovážně a dala jsem mu zpátky naději, že to zkusíme znovu. Moje euforie a znovu objevená naděje netrvaly dlouho. Bylo to sobecké a kruté chování. Za týden bylo vše zpátky při starém a mě došla nemilosrdná pravda. Já jsem nepostrádala milovanou osobu, postrádala jsem blízkost a důvěrnost vztahu, na který jsem si tak zvykla. Velmi jsem mu tím ublížila a opět otevřela ránu, která se už začínala hojit. Rozešli jsme se znovu a tentokrát jsem věděla, že už to musí být definitivní.

Uzdravit se musíme každý sám, odděleně, často není možné ani přátelství, i když je skvělé, když se po nějaké době přátelství může zase obnovit.

### ***Vysvětlovat nebo ne?***

Jeho druhou výčitkou bylo:

*Když vím, že se s tím druhým chci rozejít, je dobré ho nějakou dobu před tím připravit na to, že se něco děje a že se to týká jejich vztahu. Pokud se to týká nějaké vlastnosti, která mi na tom druhém vadí, pak je důležité ho několikrát na tu vlastnost upozornit, říct mu, proč mi to tak vadí, a také poukázat na to, jaké negativní důsledky to má na vztah. Opravdu je to mnohem lepší, než ze dne na den přijít k tomu druhému a říct mu „jsi takový a takový a proto se s tebou rozcházím“. Účinky náhlého rozchodu jsou přece jenom více devastující.*

To jsou moudrá slova pro standardní situaci a ideální scénář. Určitě je moudré vysvětlovat a mluvit, ale pouze pokud se o věcech hovořit dá! Pokud ten druhý neposlouchá (a nebo neslyší), nedá se nic dělat. Několikanásobné varování je sice hezký scénář, ale může se stát, že na to nebudete mít sílu. Nebo si z čista jasna uvědomíte, že se určitým věcem nechcete vystavovat ani o den víc. Tehdy je to pravé místo na předchozí doporučený scénář: náhlý a důrazný konec.

### ***Ve dvou se to lépe táhne***

Každopádně budete potřebovat podporu a povzbuzení od lidí, kteří vás mají rádi a kteří vám pomůžou věci rozebrat. Nastaví vám zrcadlo a pomůžou vám vytrvat v dobrých rozhodnutích ve chvílích, kdy vám vaše emoce budou říkat, že věci nebyly tak zlé a že to můžete zkusit znovu. Nenechte se vtáhnout zpět do vztahu, který toho není hoden. Nebojte se být ke své kamarádce otevřené a upřímné. S poloviční upřímností dostanete jenom poloviční pomoc.

***A ve třech se to táhne nejlépe!***

Kamarádka, rodiče nebo nějaká moudrá starší holka či paní vám budou určitě vynikající a užitečnou pomocí, ale ze všeho největší pomocí vám bude Bůh, který je nám vždy nablízku, který slyší naše modlitby a vždycky v každé situaci dává východisko (1. Korintským 10, 13) a dává sílu překonat kdejaké trápení.

A do nového začátku po rozchodu ještě jednu radu: Dejte si načas. Nespěchejte do žádného vztahu brzy po ukončení jiného. Nebudete mít jasný objektivní pohled a motivem pro další vztah, byť i podvědomě, může být zaplnit mezeru, kterou teď ve svém životě cítíte. Obklopte se dobrými přáteli, nebuďte samy, dělejte něco dobrého se svým životem, zkuste nové věci, které by vás bavily a nadchly. Bojujte proti sebelítosti a nebojujte samy.

Přeji vám moc a moc jistoty, že vždy a za všech okolností jste v Boží ochraňující a hýčkající náruči.

Přeji vám úžasné a dobré kamarádky, které vás v tom nejen nenechají, ale které vám budou věrnou oporou a povzbuzením.

Přeji vám pevnou naději a důvěru, že Bůh pro vás má daleko lepší budoucnost a lepšího partnera.

Tak zatím,  
Kristýna

P.S. Odpouštějte. Je to zázrak a ten nejlepší lék na zraněné srdce.