

ZPOVĚDNÍ ZRCADLO

Pozn.: Podle katolického počítání přikázání příkaz zde označený jako č. 2 spadá v jedno s přikázáním prvním a tudíž jsou další přikázání označena číslem o jedno nižším (doplněno v závorce). Naopak příkaz zde označený jako č. 10 je v katolickém číslování rozdělen na dvě přikázání (deváté je zaměřeno na vědomě syčenou touhu po ženě bližního, desáté pak na vědomě syčenou touhu po majetku bližního).

Myšlenkové podněty pro výchovu mravní osobnosti a pro správné rozhodování v nejrůznějších situacích.

Vždy nejde především o to, co by člověk dělat neměl, nýbrž co by dělat měl. Svobodu nelze výlučně chápat jako osvobození od něčeho (negativně), ale a především jako svobodu k něčemu.

Příkazy a zákazy nechtějí život a svobodu člověka omezovat, ale chránit. Co je však dělat v konkrétní situaci, v určitém případě, to musí i křesťanům povědět rozum. Je důležité nést svojí osobní zodpovědnost a stále nově orientovat svůj život = svědomí ke křesťanským zásadám:

1. Já, Hospodin, jsem Tvůj Bůh. Nebudeš mít jiné bohy (kat. = 1. přikázání)

Jací „bohové“ určují můj život?

- nepokládám hmotné a vitální hodnoty (peníze, majetek, chvilkové potěšení, požitky) za důležitější než duchovní a osobní hodnoty, jako je láska, důvěra, pravdivost?
- Jaká stupnice hodnot je podkladem všeho mého myšlení a jednání v povolání, doma, ve volném čase? Mohou druzí vidět, nalézat tuto stupnici hodnot uplatněnou v mých postojích a rozhodnutích?
- je v mém životě nějaký náboženský rozměr? Jsem osobně otevřen pro náboženské zkušenosti?
- nezneužívám víry a náboženství tím, že jich využívám jako užitečných výchovných prostředků, ale sám nejsem o tom přesvědčen. Na sebe to nevztahuji?
- Nevymizely z mého vztahu k druhým všechny náboženské skutečnosti a otázky, nebo se jich dotýkám jen povrchně?
- Jsem ochoten se v druhých lidech setkávat v jejich lásce s Boží láskou, která v nich působí?
- Projevuje se má víra a styk s Bohem osobní modlitbou?
- Není moje modlitba jen hříčkou slov – pouhou povinnou součástí denního programu – jen mluvením bez bytostného otevření Bohu?
- Vyjadřuji v modlitbě, na čem mi osobně záleží, své radosti a starosti?
- Mám důvěru jaká je předpokladem pro modlitbu víry?
- Projevuje se mé křesťanství v tom, jak vytvářím svůj osobní a rodinný život?
- Mohou lidé z mého jednání vidět, že se snažím o radikální lásku, ochotu sloužit a odpouštět?
- Mám odvahu před jinými nezapřít víru a zastat se bližních, i když to pro mne může být někdy nevýhodné?
- V čem spočívá moje zcela osobní následování Krista?
- Jak obstoím před Božím slovem: „Budeš milovat Pána svého, Boha, celým srdcem, celou duší, celou myslí a celou svou silou a svého bližního jako sebe“ (Mk 12,30-32)?

2. Nedělej si žádnou modlu (kat. = součást 1. přikázání)

- Jaký obraz Boha máme v sobě? Nevytvářím si takový obraz o Bohu, že je v rozporu se zjevením?

- Zním vůbec Boha, jak se nám zjevil – snažím se o četbu Písma, o další vzdělávání, o opravu představ o Bohu, které znám z dětství?
- Není můj obraz o druhém člověku ustrnule hotový?
- Nevtěšávám do svých samolibých představ svého partnera v manželství, své děti, přátele a známé? Umím skutečně druhého člověka také vnitřně přijmout i s jeho chybami a stinnými stránkami? Bereme při výchovné práci zřetel na to, že každé dítě je zvláštní a jiné? Nebo snad používám děti jako náhražku pro své osobní životní cíle, kterých jsem nedosáhl? Vyžaduji od nich příliš?
- Obraz, jaký mám o sobě – jsem ochoten se korigovat, nechám si od jiných ukázat, co sám nevidím?
- Přiznám se i k chybám, k vině? Nebo přikrašluji své chování, zakrývám svou vinu?
- Je můj život skutečně prostoupen Božím obrazem, přijatým od Ježíše Krista, který se s námi setkává jako Vykupitel a Vysvoboditel z hříchu a viny? Jaký mám vztah ke zpovědi, ke kajícím pobožnostem? Nevyhýbám se osobní rozmluvě s knězem? Přezkoumávám čas od času svůj základní mravní postoj?
- Jaký je náš vztah – já a zpovědník?

3. Nezneužiješ jména Hospodina, svého Boha (kat. = 2. přikázání)

Náš poměr k Bohu se projevuje také v tom, jak o něm mluvíme, jak vyslovujeme jeho jméno: bezmyšlenkovitě, bez úcty, zbytečně:

- Nezneužívám Božího jména lehkomyšlnou přísahou tím, že se obracím na Boha jen jako na pomocníka z nouze, že Bohem zakrývám vlastní zájmy a přání? Nezneužívám jméno Boha k tomu, že vyhrožuji jeho trestem?
- Nejsou svaté znamení (kříž, svěcená voda, posvěcené předměty) jen ozdobou bytu – uvědomuji si význam těchto znamení? Snažím se o to, abych spolu se svou rodinou plně prožíval náboženské zvyky?
- Dělán ve svém životě a při výchově jména křesťan čest?
- Zapírám toto jméno, když je to pro mě výhodné? Jak se chovám při prohlídce kostelů?
- Kdy, kde a jak můj život oslavuje svaté Boží jméno?

4. Pamatuj na den sváteční, abys ho světil (kat. = 3. přikázání)

- Vykonávám náležitě své povolání? Vidím ve své činnosti skutečně společensky významný úkol, Boží příkaz, nebo je to pro mne jen zdroj výdělku nebo nutné zlo?
- Nevyhýbám se povinné práci a závazkům, které s ní souvisejí?
- Snažím se o dobrou a solidní práci, jak se ode mne právem očekává?
- Nepracuji jen pro zisk nebo ze ctižádosti?
- Nevěnuji se své práci tak, že už nemám smysl ani čas pro jiné závazky a hodnoty?
- Nevyužívám bez výčitek obětavost a dobrotu druhých pro své osobní zájmy a úkoly?
- Je pro mne a pro členy mé rodiny neděle opravdu dnem volna, oddechu a zotavení?
- Nepřetěžuji nebo neobtěžuji svým nedělním programem jiné lidi? Manželku (manžela), děti, rodiče, přátele, sám sebe?
- Zbude mi na konci týdne nebo v neděli čas na zamyšlení co jsem dělal uplynulý týden, na plánování příštího týdne, na smysl mé práce a života pro Boha?
- Vyjadřuji svou vinu v neděli živou účastí na bohoslužbě ve společenství obce křesťanů?
- Může obec věřících počítat se mnou a mou pomocí?
- Jak přispívám osobní činností k tomu, aby bohoslužba byla důstojná a oslovovala přítomné? Nebo patřím k okrajovým křesťanům, kteří v neděli bohoslužbu jen povinně přečkají?
- Dávám těm, kdo ke mně mají bližší vztah (dětem, přátelům) náležitě podněty k správnému spořádání neděle a k účasti na bohoslužbě?

- Má nedělní slavení eucharistie vliv také na můj život a jednání v následujícím týdnu?
- Jak se slaví neděle v naší rodině? Je to opravdu den radosti a pospolitosti? Nebo se rodina rozejde, protože každý si jde svou cestou?
- Dojde při různých zájmech jednotlivých členů rodiny k dohodě, která je únosná pro všechny? Nebo máme v neděli dlouhou chvíli – z nedostatku vlastní iniciativy a lásky – plného zájmu?
- Pamatujeme v neděli na staré a trpící lidi v naší obci nebo farním společenství?
- Udělali jsme už někomu radost, že jsme ho v neděli nebo ve svátek pozvali ke stolu?

5. Cti svého otce a svoji matku (kat. = 4. přikázání)

Odpovědnost za soužití generací

- Jak se utváří náš poměr k členům rodiny: k rodičům, prarodičům, příbuzným, k těm, kdo bydlí v tomtéž domě jako my nebo v sousedství? Prokazujeme jim náležitou úctu a čest?
- Jaký je náš vztah ke starým, slabým, churavým lidem, kteří pokud se hledí jen na výkon už nic neznamenaají?
- Jaké místo mají staří lidé v naší rodině, v naší obci nebo městě? Je možno v tom, ještě vidět soužití generací nebo jsou od ostatních izolováni?
- Je naše péče o staré lidi něco víc než jen příležitostná materiální pomoc nebo krátká návštěva – máme s našimi starými lidmi živý kontakt?
- Kdy a kde se sám se starými lidmi setkávám? Zním jejich slabosti? Dovedu je vyslechnout? Beru jejich přání vážně?

Poměr rodičů k dětem:

- Bereme své otcovství a mateřství skutečně odpovědně?
 - Uděláme si čas pro své malé děti – nebo je prostě ponecháme vlivům kamarádů, mateřské školky? Posadíme je k televizoru, abychom měli od nich pokoj?
 - Nepřetěžujeme své děti podle představ a obrazů, které jsme si o nich sami vytvořili? Nebo se opravdu snažíme pomáhat rozvíjet jejich vlastní vlohy?
 - Máme také my sami úctu ke svým dětem a vážíme si jich, jak to vyžaduje čtvrté přikázání od dětí vůči rodičům?
 - Držíme se jako rodiče správné střední cesty mezi přísností a mírností, mezi náročnými požadavky a povolností? Nebo pocítují děti na sobě i naše špatné nálady tím, že máme nesmyslné nebo málo odůvodněné požadavky na jejich poslušnost?
 - Jak se chováme k mladistvým, kteří se obracejí s protestem proti nám, snad proto, aby unikli z příliš hlídaného prostředí a byli samostatnější? Neposuzujeme takové protestní či vzdorné chování jen negativně? Nebo to pomáhá i nám probrat se z našeho sobectví, ve kterém nechceme děti propustit, ale mít je stále pro sebe?
 - Čím přispíváme sami k zralému vztahu mezi rodiči a dětmi?
- Vztah k autoritě a vykonávání vlastní autority:
- Jaký mám vůbec vztah k nadřízeným v povolání, ve společnosti a v církvi?
 - Neprokazuji falešnou „shrbenou“ úctu – jako postoj cyklisty, který se nahoru hrbí a dolů šlape?
 - Mám odvahu dát najevo své přesvědčení i tehdy, když to může mít pro mě nepříjemné následky?
 - Nesu spoluzodpovědnost za větší celek společnosti? Jak?
 - Je moje kritika autority opravdu konstruktivní – nebo je negativní a ničivá, vzniklá z osobního odporu, z nevěcných pohnutek?
 - Jak vykonávám vlastní autoritu? Nedával jsem svévolné pokyny a rozkazy, nechtěl jsem, aby druzí pocítili mou moc?

- Nezanedbal jsem netečným postojem, jako vykonavatel autority svou povinností, podporoval jsem svévolné jednání podřízených?
- Nepoučoval, neopravoval druhé a stále jako nadřízený i jiné lidi? Jak jsem přijímal od druhých lidí oprávněnou kritiku?
- Jsem si vědom, že mám uplatněním své autority sloužit bližním?

6. Nezabiješ (kat. = 5. přikázání)

Bůh je Bohem živých, ne mrtvých. Chce-li křesťan plnit Boží vůli, musí také svým chováním sloužit životu. Jak mnohostranný je to úkol, připomínají tyto otázky do svědomí:

- Neohrožoval jsem zdraví, svůj život nebo život druhých nezdravým způsobem života? Bezohlednost při dopravě (alkohol za volantem atd.)?
 - Nepodporuji ve svém pracovním a životním prostředí náruživost (kouření, pití, léky, drogy) například tichým souhlasem, účastí? V čem jsem náruživý?
 - Snažil jsem se kontrolovat projevy svých pudů?
 - Jak je to s péčí o život, s naší službou druhým lidem?
 - Poskytujeme v naší rodině příbuzným a přátelům pomoc, kterou potřebují umírající? Všímáme si těžce nemocného a posilujeme ho v jeho opuštěnosti a bídě, těšíme ho a jsme mu blízko?
 - Nepotlačuje se v našem okolí, v našich řečech a jednáních skutečnost smrti, nesmí se o tom nikdo ani zmínit?
 - Jak se snažíme konkrétní pomocí chránit nenarozený život – ochotnou službou nastávajícím matkám, podpíráním důvodů k donošení dítěte, odmítáním jakékoli diskvalifikace nemanželské matky a nemanželského dítěte?
 - Byli bychom ochotni v případě potřeby přijmout i nastávající matku pod svou střechu, nebo stát se kmotrem nežádoucímu dítěti?
 - Neprojevujeme snad nepřátelský postoj k dětem tím, jak reagujeme na dětský křik v domě nebo jinou nepříznivou odezvou?
 - Jak se chovám v konfliktních situacích vůči druhým lidem?
 - Nepřispívám k jejich zostření? Nebo jsem ochoten přejít od konkurenčního postoje k vzájemné spolupráci, někdy pro pokoj i ustoupit?
 - Nevyvolávám celým svým jednáním konflikty?
 - Snažím se poznat své slabé stránky, o nichž sám nevím, ale které od druhých často vyžadují příliš a jsou jim často na obtíž?
 - V čem spočívá má služba pokoji ve vlastní rodině, obci, církvi, společnosti? Jen v halasných řečech, či také v konkrétních činech?
- Jak se starám o svůj duchovní život:
- Uvádím ve skutek své vlohy a schopnosti nebo se poddávám nudě a duchovní lenosti?
 - Konám-li pravidelně duševní práci, snažím se také o tělesné vyrovnaní? Při každodenní tělesné práci také o duševní zaměstnání v době volna?
 - Snažím se o přiměřené poznání sebe a světa? Nepohrdám hodnotami, které přináší vědecké bádání?
 - Tvořím si svůj promeditovaný obraz nebo jsem jen nekritickým konzumentem cizích názorů?
 - Zním ve svém myšlení a jednání také onen rozměr života, který směřuje k Bohu jako původci a cíli všeho života?
 - Jaká je moje víra ve vzkříšení a věčný život?
 - Vážím si eucharistie, společenství večeře Páně jako „chleba života“ který posiluje naše živé spojení s Bohem a s obcí věřících?
 - Jak odpovím dětem, když se ptají na smrt?

- Je znát v naší rodině, v naší farní obci, když někdo umře, že věříme ve vzkříšení a ve velikonoční radost?

7. Nezcizoložíš (kat. = 6. přikázání)

Ve starých zpovědních zrcadlech se u sedmého (kat. šestého) přikázání hovořilo o nečistotě a nestydatosti v podrobném rozvedení. Ukázalo se však, že tento způsob zužuje pohled na pohlavní morálku a nepřispívá k dosažení zdravé duševní rovnováhy. Proto dnes klademe otázky poněkud jinak:

- Přijímám skutečnost, že jsem muž, žena a to jako dar a závazek?
- Snažím se o pevné uspořádání svých pohlavních sil nebo podléhám okamžitým touhám?
- Když si musím uložit odříkání, uvědomuji si důvody pro to - nebo své pudové vlastnosti pouze potlačuji?
- Jsem si vědom, že nejen člověk svou sexualitu zneužívá, ale i když ji potlačuje, pohrdá jí, je to narušení přirozeného pořádku v člověku?
- Chovám se jako svobodný čestně vůči druhému člověku – nebo v něm vzbuzuji naděje, které nikterak nemohu splnit?
- Jsem ve svých erotických projevech pravdivý?
- Hovořím se svým partnerem také o svých a jeho pocitech, přáních, nadějích a úzkostech?
- Snažím se opravdu, aby se prohlubovala naše láska jako nosný základ erotického vztahu nebo si s druhým jen hraji a neberu ho jako osobu vážně?
- Jaký je můj poměr k věrnosti a to nejen k manželské, umím držet slovo?
- Mám odvahu něco rozhodnout a zavázat se tím k věrnosti? Jak je to s mou věrností v malém?
- Je láska pro nás manžely opravdu stále tím, co nás spojuje, lze v ní tušit lásku Kristovu k jeho církvi?
- Vyznačuje naše manželské společenství zápolení nebo spolupráci?
- Modlíme se my manželé společně, přijímáme společně svátosti?
- Přijímáme se navzájem se svými chybami a slabostmi, máme ohled jeden na druhého?
- Nenarušují naše manželské soužití věrnost infantilní neurotické vztahy k jiným osobám (manželský trojúhelník), hysterické poruchy vztahů nebo jiné psychicky podmíněné nesprávné chování?
- Máme ve svém manželství jeden pro druhého ještě čas – nebo si každý utíká ke své práci či k dětem či k televizi?
- Dovedeme si spolu povídat a to tak, aby jeden druhému pomáhal poznat, co sám na sobě nevidí – ale také aby to v něm posilovalo a potvrzovalo jeho dobré vlohy?
- Je v našem manželství zamezování početí podloženo opravdu odpovědným rodičovstvím, kladným postojem k vzniku nového života a s ohledem na to, co je žena schopna unést?
- Může být naše rodina svědectvím křesťanského rodinného života? Nebo si žije nudně, jen v rámci povinnosti?
- „Milovat člověka znamená vidět ho tak, jak ho Bůh chtěl“ (Dostojevskij) – milujeme manžela a naše děti tímto způsobem?
- Pomáháme jako rodiče nebo jako vychovatelé dětem, aby měli vztah k tomu, co jsou chlapec nebo děvče, aby měli správný poměr k vlastní sexualitě?
- Nevládne v naší rodině nezdravé a stydlivé ovzduší, takže se o sexuálních otázkách vůbec nemluví? Dovědí se naše děti od nás, jaký je kladný smysl v projevech něžnosti?
- Mohou naši mladí z našeho chování dospět k přesvědčení, že jim rozumíme, aniž přitom schvalujeme, co je na jejich chování nesprávného?
- Snažíme se, aby pochopily význam sexuální sebekázně – neúzkostlivé, ale spolehlivé – pro šťastný život v manželství?

8. Nepokradeš (kat. = 7. přikázání)

V čem spočívá omezování svobody a krádeže dnes:

- Respektuji svobodu druhého nebo si rád zavazuji druhé úslužností, dary, sliby?
- Obstojí můj poměr k majetku před požadavky Nového zákona?
- Není můj životní styl nákladný?
- Nezvyšuji si životní úroveň na účet druhých?
- Nepotřebuji všechno jen pro sebe, dovedu být velkodušný?
- Nedávám druhým pocítit svůj dar jako almužnu, nemám zvláštní nárok na uznání?
- Patřím k slušně vypadajícím okrádačům společného vlastnictví tím, že se vydávám v zaměstnání za nemocného, ačkoliv nejsem? Že se nechám při opravě auta hradit škody, které nevznikly při nehodě, na kterou jsem pojištěn? Že se pomocí daňového přiznání „odškodňuji“ na státu?
- Působíme na děti a dospívající, aby sami odpovědně nakládali s kapesným a respektovali cizí majetek, aby se dělili s druhými, aby se uměli dobrovolně něčeho zříci?
- Vyhovujeme každému jejich přání, jen abychom měli „svatý pokoj“?
- Podporujeme u dětí ochotu pomáhat těm, kdo potřebují pomoc a cítit s nimi, nebo posilujeme rodinný egoismus?

9. Nevydáš křivé svědectví proti svému bližnímu (kat. = 8. přikázání)

- Nežiji ve lži tím, že si sám něco namlouvám a nechci být takový, jaký jsem? Že v zaměstnání předstírám jiným, co nemohu dodržet? Že nechci vidět a znát skutečnosti, které jsou pro mne nepřijemné?
- Používám obezřele svých slov? – když vyprávím své zážitky – nebo když vykládám historické události – nebo je pro mne všechno buď černé, nebo bílé?
- Snažím se získat co nejvšestrannější obraz skutečnosti – nebo neberu pravdu vážně?
- Nejsem lehkověrný, nevěřím nekriticky všemu, co slyším?
- Poznávají na nás děti a mladiství, kteří se s námi setkají a setkávají cenu pravdivého chování?
- Říkáme v hádce, hněvu nebo rozčilení našim dětem pravdu bez přípravy a bez lásky jen proto, abychom jim pohrozili?
- Jak reagujeme na pravdivé chování mladistvých? Uděláme si čas, abychom s nimi přemýšleli a hovořili o pohnutkách ke lži?
- Přiznáme se dětem nebo podřízeným ke svým chybám a slabostem (přiznáme se před nimi) nebo je zastíráme?
- Je naše celkové náboženské chování v očích lidí pravdivé?

10. Nepožádáš (manželky a) domu svého bližního (kat. = 9. + 10. přikázání)

- Považuji osobní hodnoty za důležitější – nebo je obětuji před osobním, pouze vitálním potřebám?
- Snažím se o třibení svých snah a přání a tužeb – nebo se nechávám unášet proudem potřeb, které kolem mne převládají?
- Snažím se také, aby askezí (cvičením) rostla svoboda a odpovědnost?
- Vzpomenu si v pátek na Kristovu smrt a zvolím si dobrovolně páteční oběť?
- Jakými motivy se řídím, když si něco odřeknu?
- Snažím se svým dětem ukázat smysl odříkání? Dovedu po nich požadovat nebo vyžadovat co je obtížné nebo povolují jejich přáním?
- Připravujeme se v naší rodině v době adventní a postní na hlavní svátky roku tím, že se snažíme o prohloubení svého duchovního a náboženského života?

Závěrem: „Využijte pravou chvíli“

Čas, který je nám dán, abychom vytvářeli svůj život a naplňovali jeho smysl, je vzácný. Každému z nás je vyměřen Bohem.

Každý člověk prožívá v životě chvíle, o kterých by si přál, aby zůstaly, ale čas plyne neúprosně vpřed – zdá se nám, že čím jsme starší, tím plyne rychleji. Ale jindy se nám čas přímo vleče. Zdá se nám, že stojí a chtěli bychom jej uspišit. Ale čas nelze ovlivnit.

Jen svými myšlenkami můžeme prolomit hranice prostoru a času, překročit začátek a konec vlastní pozemské existence, zkoumat minulost, plánovat budoucnost.

Bezprostředně se nás ovšem dotýká doba nejbližší: příští týden, příští den, příští hodina, příští chvíle. V ní se žádá správné rozhodnutí.

Abychom my jako dospělí lidé vystihli včas problémy doby a jejich řešení, to zdůrazňuje sv. Pavel v listě Efesanům: dřív než začne připomínat povinnosti křesťanů ve společenství, vybízí: „Žijte pozorně jako moudří a využijte pravou chvíli, neboť dny jsou zlé. Chápejte, co je vůle Boží“ (Ef 5,15a).

Vyloží-li se desatero přikázání pro dnešní dobu a snažíme-li se je vzít za svou směrnicí, pomáhá nám uchopit pravou chvíli, konat Boží vůli a stávat se lepšími a šťastnějšími lidmi.