



Čítanie: Ef 4,26-27.31-32

Slnko nech nezapadá nad vašim hnevom a nedávajte miesto diablove! [...] Akákoľvek zatrpknutosť, hnev, rozhorčenie, krik a rúhanie aj každá iná zloba nech sú ďaleko od vás. Buďte k sebe navzájom láskaví a milosrdní, navzájom si odpúšťajte, ako aj vám odpustil Boh v Kristovi!

Hnev

6. časť cyklu katechéz O nerestiach a cnostiach

Drahí bratia a sestry, dobré ráno!

V posledných týždňoch hovoríme o nerestiach a cnostiach. Dnes sa pozastavíme a budeme uvažovať o hneve. Je to obzvlášť temná nerest, ale z vonkajšieho hľadiska ju možno najľahšie odhaliť. Človek ovládaný hnevom len ťažko skrýva tento impulz: spoznáš ho podľa pohybov jeho tela, agresivity, sťaženého dýchania, zachmúreného a zamračeného pohľadu.

Vo svojom najostrejšom prejave je hnev zlozvykom, ktorý nás nenecháva na pokoji. Ak vzniká z utrpenia (alebo z domnelej) krivdy, často sa nerozpúta proti vinníkovi, ale proti prvému previnilcovi. Sú muži, ktorí v práci zadržiavajú svoj hnev, aby ukázali, že sú pokojní a súcitní, ale keď prídu domov, stanú sa pre svoje manželky a deti neznesiteľnými. Hnev je prenikavá nerest: dokáže nás pripraviť o spánok a spôsobiť, že v mysli neustále niečo spriadame a nedokážeme nájsť bariéru, ktorá by nám zabránila v uvažovaní a premýšľaní.

Hnev je nerest, ktorá *ničí ľudské vzťahy*. Vyjadruje neschopnosť prijať odlišnosť druhého, najmä keď sa jeho životné rozhodnutia rozchádzajú s našimi. Nezastavuje sa pri nesprávnom správaní jednej osoby, ale hádže do kotla všetko: je to ten druhý, taký aký je, kto vyvoláva hnev a nevôľu. Človek začne nenávidieť tón jeho hlasu, banálne každodenné gestá, jeho spôsoby uvažovania a cítenia.

Keď vzťah klesne na túto úroveň, človek už stráca nadhľad. Hnev spôsobuje stratu jasnosti. Pretože jednou z charakteristík hnevu neraz je, že sa postupom času nedokáže zmierniť. V takých prípadoch aj odstup a mlčanie namiesto toho, aby bremeno nepochopenia utíšili, ho ešte zväčšia. Práve z tohto dôvodu apoštol Pavol - ako sme počuli - odporúča kresťanom, aby problém riešili hneď a pokúsili sa o zmierenie: „*Nech nezapadá slnko nad vašim hnevom*“ (Ef 4, 26). Je dôležité, aby sa všetko vyriešilo okamžite, ešte pred západom slnka. Ak počas dňa vznikne nejaké nedorozumenie a dvaja ľudia si už nerozumejú a zrazu sa vnímajú ako vzdialení, noc by nemala byť vydaná napospas diablove. Nerest by nám nedala v noci spať a rozmýšľali by sme nad našimi dôvodmi a neodôvodniteľnými chybami, ktoré nikdy nie sú naše a vždy sú toho druhého. Je to takto: keď človeka ovláda hnev, vždy hovorí, že problém je v druhom človeku; nikdy nie je schopný uznať svoje vlastné chyby, svoje vlastné nedostatky.

V modlitbe „Otče náš“ nás Ježiš vyzýva, aby sme sa modlili za naše medziľudské vzťahy, ktoré sú mŕtvym poľom: rovinou, ktorá nikdy nie je dokonale vyvážená. V živote máme dočinenia s dlžníkmi, ktorí sú nám zaviazaní; tak ako ani my sme určite nie vždy všetkých milovali správnou mierou. Niekomu sme neopätovali



lásku, ktorá mu patrila. Všetci sme hriešnici, všetci, a každý z nás má účty v červených číslach, na to nezabúdajme! Preto sa všetci musíme naučiť odpúšťať, aby nám bolo odpustené. Ľudia nezostanú spolu, ak sa nebudú cvičiť v umení odpúšťať, nakoľko je to v ľudských silách. To, čo pôsobí na hnev je láskavosť, srdečnosť, miernosť, trpezlivosť.

K téme hnevu však treba povedať ešte jednu vec. Hovorí sa, že je to hrozná nerest, že stojí na počiatku vojen a násilia. Prológ Iliady opisuje „Achillov hnev“, ktorý bude príčinou „nekonečného smútku“. Ale nie všetko, čo sa rodí z hnevu, je nesprávne. Predkovia si boli dobre vedomí, že v nás existuje podráždená časť, ktorá sa nedá a nesmie popierať. Vášne sú do istej miery nevedomé: dejú sa, sú to životné skúsenosti. Za hnev nie sme zodpovední pri jeho vzniku, ale vždy pri jeho ďalšom vývoji. A niekedy je dobré, aby sa hnev ventiloval správnym spôsobom. Keby sa človek nikdy nenahneval, keby sa nerozhorčil nad nespravodlivosťou, keby necítil, ako sa mu niečo chveje v útrobach pri útlaku slabšieho človeka, potom by to znamenalo, že nie je človekom, a už vôbec nie kresťanom.

Existuje však aj sväté rozhorčenie, ktoré nie je hnevom, ale vnútorným hnutím, svätým rozhorčením. Ježiš ho vo svojom živote niekoľkokrát poznal (porov. *Mk* 3, 5): nikdy neodpovedal na zlo zlom, ale v duši tento pocit cítil a v prípade kupcov v chráme vykonal rázny a prorocký čin, diktovaný nie hnevom, ale horlivosťou za Pánov dom (porov. *Mt* 21, 12 - 13). Musíme dobre rozlišovať: horlivosť, sväté rozhorčenie, to je jedna vec; hnev, ktorý je zlý, je však niečo iné.

Je na nás, aby sme s pomocou Ducha Svätého našli správnu mieru vášní, aby sme ich dobre vychovávali, aby sa obrátili k dobru a nie k zlu. Ďakujem vám.

Zdroj: <https://www.vaticannews.va/sk/papez/news/2024-01/katecheza-o-nerestiach-a-cnostiach-6-hnev.html>