

Dobrý Ježíši,
utichá den a přichází večer.

Celý den jsme něco slyšeli.
Tolik hlasů, tolik zvuků, tolik melodií, tolik všelijakých slov.

Mnohé jsme však také vědomě přeslechli, nebo zaslechli
a zranili tím druhého.
Teď, když je ticho, si na to vzpomeneme a mrzí nás to.

Dobrý Ježíši,
utichá den a je večer.

Celý den jsme mluvili.
Tolik slov, tolik vět, tolik jmen tolika lidí.

Mnohé jsme však také vědomě neřekli, nebo řekli
a zranili tím druhého.
Teď, když je ticho, si na to vzpomeneme a mrzí nás to.

Odpust' nám, bud' s námi a žehnej nám.
Ve jménu Otce i Syna i Ducha svatého. Amen.



Ježíš uzdravuje hluchoněmého
dopis rodičům

Milí rodiče,

Kolik slov a kolik zvuků slyšel dnes každý z nás? Kolik lidí oslovilo nás a kolik lidí jsme oslovili my? Kdo nás dnes zavolal jménem a kolik jmen jsme dnes vyslovili my?

Možná nám v uších ještě teď zní slovo, které nás potěšilo, možná nám ještě teď zní v uších slovo, které nám ublížilo. Víme, jak dlouho dokážeme žít s melodií, kterou jsme po ránu slyšeli, a jak vtíravá bývají slova televizních reklam.

Společně s dětmi jsme dnes slyšeli biblický příběh, ve kterém Ježíš nemocnému člověku uzdravil sluch a navrátil řeč. Možná se ptáte, co to má společného se námi, vždyť slyšíme i mluvíme dobře a naše děti také.

Slyšet a mluvit však znamená mnohem víc, a právě to jsme se dnes pokusili objevit. Nenaslouchali jsme tomu, co je hlasité a hlučné. Poslouchali jsme jemný tón zvonku a ticho. Naslouchání vede ke ztišení a ztišení vede k tomu, abychom spolu dokázali mluvit.

Kolik slov se namluví o komunikaci a kolik školení se na toto téma pořádá. Kolik problémů je mezi lidmi jen proto, že jeden druhému nerozumí. Je totiž opravdu těžké srozumitelně vyslovit, co vyslovit chceme, a uslyšet, co druhý říká. Až pak si začneme rozumět a mít jeden ke druhému důvěru.

Otevřeně naslouchat a mluvit znamená rozumět si a to znamená mít vztah, mít důvěru a otevřít se druhému i s nebezpečím, že ten druhý mě zraní.

Otevřeně naslouchat a mluvit vyžaduje velkou odvahu a mnohdy i velkou vytrvalost stále znovu začínat a nasloucháním a mluvením obnovovat vztahy ke svým nejbližším, ke svým dětem a k přátelům.

Ježíš řekl nemocnému: „Effatha, otevři se.“

Jeho slova platí i dnes a jsou velikým zaslíbením. Bůh je na straně těch, kteří se chtějí navzájem slyšet a porozumět si.

Ježíš nás ujišťuje, že pro nás chce šťastný život a dává nám naději, že i v situacích, kdy mezi lidmi zavládlo „hrobové ticho“ a všechny prostředky zdá se selhaly, se najde řešení.

Co můžeme společně dělat?

Je těžké v pravý čas uslyšet a v pravý čas naslouchat, v pravý čas mluvit a v pravý čas mlčet. Můžeme se o to společně pokusit.

Sedneme si ke stolu, který může být úplně prázdný.

Najdeme si chvíli k mluvení a k naslouchání druhému:

Každý smí říct vše, co potřebuje vyslovit. Otec i matka, syn i dcera.

Když jeden mluví, snažíme se mu naslouchat. V tu chvíli nepotřebujeme promýšlet důvody proti slovům, která slyšíme. Pokusíme se nechat slova druhého tak, jak je vyslovil, aniž bychom něco doplnili. Vyvarujme se, abychom druhému skákali do řeči nebo mimikou obličej a gesty dávali najevo své hodnocení. Je to těžké, protože mnohá slova se nás mohou dotknout. Každý však má právo vyslovit vše, co potřebuje.

Citlivě pak reagujme na to, co bylo vysloveno.

Najdeme si chvíli k naslouchání sobě:

Můžeme naslouchat zvukům kolem sebe, tikotu hodin, zvukům v místnosti, zvukům z ulice.

Můžeme naslouchat zvukům svého vlastního těla. Můžeme naslouchat nádechu a výdechu a tomu, co v nás žije a co se v nás ozývá. Svě tělo lépe uslyšíme, když si položíme dlaně na uši.

Můžeme naslouchat svým myšlenkám. Slyšíme ještě teď některé slovo, některou melodii?

O všem, co jsme slyšeli kolem sebe, ve svém těle i ve svém nitru si pak můžeme povídat.

Najdeme si chvíli ticha pro sebe:

Sedněme si a spočíme několik minut v tichu, bez novin, bez časopisů, bez televize, bez pletení... Ruce nechejme odpočívat, myšlenky nechejme stranou, jen bud' me a naslouchejme.

Najděme si někde místo, kde nás opravdu nikdo a nic nebude rušit. Jdeme na malou večerní procházku do parku, k řece, do přírody. Máme na to právo, i když nás čeká ještě mnoho úkolů.