



ÚLAVA
OD *stressu*

Svetlo pre teba i vŕetkŕch

Úľava od stresu

Kedysi bývalo zvykom, že televízne stanice tesne po polnoci zahrli štátnu hymnu a ukončili tak svoje vysielanie pre daný deň. Dnes to tak nie je, lebo moderná doba nepozná spánok. Dokonca aj v skorých ranných hodinách môžete sledovať televízny program. Či už v podobe nekonečných televíznych správ, predpovedí počasia alebo teleshoppingu, ktorý propaguje rôzne produkty, o akých ste ani netušili. Niektoré obchody sú otvorené non-stop aj v celkom malých mestečkách. Stále intenzívnejšie pociťujeme, že žijeme vo svete, ktorý funguje 24 hodín denne sedem dní v týždni.

Pracovný čas je vyťaženejší než kedykoľvek predtým. Zamestnanci musia bežne riešiť niekoľko úloh súčasne. Dokonca aj počas jazdy autom môžete toho stihnúť neúrekom – vybaviť alebo prijať telefonát, napísať SMS svojmu blízkemu na opačnom konci zeme, zistiť ceny akcií, urobiť si prehľad o najaktuálnejších správach, zistiť výsledok domáceho futbalového zápasu alebo sťahovať hudbu do mobilu alebo tabletu.

Väčšine z nás sa osemhodinová pracovná zmena predĺžila takmer na celý deň. Práca, obchod a celkovo svet sa tlačia do našich domovov bez prestávky. No skôr či neskôr si uvedomíme, že potrebujeme odpočinok. Nemusí to byť úplná nečinnosť, ale aspoň zmena tempa. Potrebujeme odvrátiť svoju pozornosť od nikdy nekončiacich sa starostí o svoju prácu alebo budúcnosť smerom k veciam nadčasovým a večným; k veciam takým dôležitým, ako je láska, rodina a naše miesto vo vesmíre. Ved' už Sokrates povedal: „Nepreskúmaný život nestojí za to.“ Stále častejšie zisťujeme, že nám uniká zmysel života. Pracujeme a plánujeme, za niečo bojujeme, niečo získavame... Ale s akým cieľom? Kým sa budeme dávať hypnotizovať prúdom informácií, ktoré zaplňajú ovzdušie ako neviditeľný smog, nedokážeme sa zastaviť a premýšľať o životne dôležitých otázkach.

Došlo to tak ďaleko, že dokonca aj tlač orientovaná na financie a ekonomiku (ako napríklad Wall Street Journal) volá po návrate k sobote. Molie Ziegler Hemingway vo vydaní z 15. júna 2007 v článku „Úpadok soboty“ napísal: „Odvrátenou stranou prosperity, ktorú zažívame, je strata dňa odpočinku pre ďalší deň konzumu.

Tempo ekonomiky a nové technológie poskytujú ohromné možnosti, v dôsledku ktorých sa však prestávame zaujímať o rodinu, náboženstvo a odpočinok.“

V čom teda spočíva význam „soboty“? Tento deň je akoby záchranný pás, ktorý dokáže odvrátiť následky, ktoré so sebou priniesla záplava informácií a z nej vyplývajúce stavy úzkosti. Poskytuje úkryt, odpočinok, oddych od neustálej činnosti a nekonečného sledovania správ.

V Biblii čítame, že Boh vtikal našu potrebu odpočinku do samotnej štruktúry soboty. „Boh požehnal siedmy deň a posvätil ho, lebo v ten deň Boh prestal vykonávať celé svoje stvoriteľské dielo, ktoré utvoril.“ (Prvá Mojžišova kniha 2,3) A tak na základe toho, že si odpočinul od všetkej svojej práce, dal človeku príklad, ktorý nemôže prehliadnúť.

V jednom z prikázaní Desatora Boh hovorí: „Šesť dní budeš pracovať a konať všetku svoju prácu. Siedmy deň je deň sobotného odpočinku pre Hospodina, tvojho Boha.“ (Druhá Mojžišova kniha 20,9.10) Všimnime si, že text nehovorí: „Šesť dní budeš pracovať a jeden deň odpočívať.“ Boh výslovne označuje za deň odpočinku sobotu, siedmy deň.

Sobota alebo nedeľa? Záleží vôbec na tom?

Niekoľko možno namietne, že sobota bola ustanovená na Sinaji len pre Židov. Ak by to bola pravda, potom by aj ostatné prikázania – ako „Nezabiješ!“ a „Neukradneš!“ – platili len pre Židov. Možno ste počuli námietku, že Ježiš svojou smrťou na kríži zrušil zákon. To by však znamenalo, že môžeme zabíjať a kraďnúť. A s tým určite nikto nesúhlasí! Niekoľko vám možno vysvetľoval, že nedeľu zachováva na počesť Ježišovho vzkriesenia, no v samotnej Biblii neexistuje nijaký príkaz, ktorý by nariadzoval, aby bola sobota (siedmy deň) presunutá na nedeľu (prvý deň). Takže, ktorý deň máme zachovávať?

To závisí od toho, koho považujete v tejto otázke za najväčšiu autoritu – či Bibliu, alebo cirkev a jej tradície. Od čias reformátorov je Biblia považovaná za jedinú autoritu vo všetkých oblastiach kresťanského učenia. Boh mal vždy okolo seba ľudí, ktorí ho verne oslavovali v biblickú sobotu, a to aj vtedy, keď za to boli prenasledovaní. Svojim nasledovníkom Ježiš kládol na srdce, aby „pamätali“ na jeho smrť. Veď aj v jeho slovách nachádzame pozoruhodnú paralelu k Desatoru: „Pamätaj na deň sobotného odpočinku...“ Pri dôkladnejšom skúmaní dňa od-

počinku zistíme, že jediným dňom, ktorý Ježiš strávil celý v hrobe, bola sobota. Ježišova smrť tým potvrdzuje zachovávanie soboty – a nie jej zrušenie. Ako Boh v siedmy deň stvoriteľského týždňa odpočíval od svojho diela stvorenia, tak Ježiš si v siedmy deň odpočinul od svojho diela vykúpenia.

Mnohí ľudia vnímajú Božie prikázania – alebo pravidlá – ako obmedzenia, hoci v iných oblastiach života pravidlá dobrovoľne dodržujú, aby sa vyhli nebezpečenstvu a žili harmonicky. Boh dal svoje prikázania, vrátane soboty, pre naše dobro. V prvom storočí nášho letopočtu zaťažili Židia sobotu množstvom rôznych drobných obmedzení, preto sa stala bremenom. Ježiš opakovane zdôrazňoval, že „sobota bola učená pre človeka, nie človek pre sobotu“. Sobota nie je nejaký týždenný rituál, ktorý si od nás Boh vynucuje. Naopak, je to odpočinok ušitý človeku na mieru.

Pýtate sa: „Prečo mám odpočívať v sobotu, a nie v nedeľu alebo napríklad v utorok?“ Spomínate si na príbeh o stvorení z Prvej Mojžišovej knihy, v ktorom sa píše, že „Boh siedmy deň požehnal a posvätil“? Čo sa myslí tým „posvätením“? Keď sa Mojžiš priblížil k horiacemu kru, stál na posvätej pôde. **(Druhá Mojžišova kniha 3,1-5)** Čo spôsobilo,

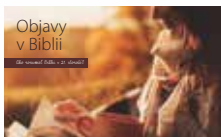
že sa kúsok pustej púšte stal „svätým“ miestom? Bola to Božia prítomnosť, keďže Boh posväcuje sobotu tým, že je v nej prítomný výnimočným spôsobom.

„Tak moment,“ možno bude niekto protestovať, „nie je azda Boh s nami každý deň?“ Samozrejme, že je. Ale pravda je aj to, že Boh je všadeprítomný, a napriek tomu si Mojžiš nemusel vyzúvať sandále všade, ale len pri horiacom kre. Podobný princíp platí aj pre sobotu. Pri horiacom kre bol Boh prítomný iným, výnimočným spôsobom. Tí, ktorí oddelia sobotu, siedmy deň, od ostatných dní, aby si oddýchli od svojich každodenných aktivít a spolu so svojou rodinou sa stretli s Bohom, zažijú neobyčajné požehnanie plynúce z jedinečnej Božej prítomnosti.



Svetlo pre teba i všetkých

www.glowonline.org/glow-slovak



Ďalšie zaujímavé témy nájdete na online stránke Kurzy pre život:

www.kurzyprezivot.sk



Bližšie info na:

info@kurzyprezivot.sk
(alebo 02 4341 5502)

STREDISKO KOREŠPONDENČNÝCH KURZOV

