



Pred rokmi napísali Dr. Paul Brand a Philip Yancey knihu s názvom *Boleť: Dar, ktorý nikto nechce*. Ak existovala kniha s primeraným názvom, tak to bola práve táto. Lebo kto z nás už len chce bolesti? Kto ich vyhľadáva? A predsa sú bolesti súčasťou nášho života tak ako slnko i vtáci.

Pre mňa najčastejšiu bolesť predstavujú bolesti hlavy, ktoré sa opakovane vracajú. Nie sú to ľahké, rušivé ale oslabujúce bolesti, ktoré mi často bránia v tých najjednoduchších aktivitách. Pred rokom som za jeden mesiac musel užiť sedem tabliet proti bolesti a uprostred ďalšieho mesiaca už o šesť viac. Potom som v časopise Wall Street Journal čítal článok s názvom „Ste tým, čo nejete“. Po prečítaní som si uvedomil, že možno ja sám prispievam k svojim bolestiam. Odvtedy sa vyhýbam pšenici (chlebu a výrobkom, obsahujúcim glutén), mliečnym výrobkom (mlieku, syrom, zmrzline atď.), vajíčkam, cukru, sóji, arašidom (a pritom milujem mimoriadne tučné arašidové maslo – čo je pravdepodobne jedným z dôvodov prečo je moje telo “mimoriadne tučné”) alebo bielym zemiakom. Odkedy som začal s touto diétou, nemusel som si vziať ani jednu tabletku proti bolesti. Nemyslím si, že je to náhoda. Schudol som a fyzicky aj psychicky sa cítim lepšie.

Ako niekto múdry raz povedal, Boh nepremárni žiadnu bolesť. Ukázalo sa, že moje bolesti hlavy v konečnom dôsledku viedli k tomu, že som prehodnotil svoje stravovanie, schudol, a fyzicky sa začal cítiť omnoho lepšie. Ako Brand a Yancey píše vo svojej knihe, hoci by sme sa bolestiam najradšej vyhli, niekedy z nich dokonca profitujeme.

Keď som o tom premýšľal, uvedomil som si, že bolesti aj v mnohých iných prípadoch signalizujú, že je potrebná zmena. Napríklad kopiače sa dlhy spôsobujú veľa stresu a zároveň nám hovoria, že je najvyšší čas zaobchádzať zodpovednejšie s financiami.

Niekedy nám naše zamestnanie spôsobuje bolesti. Tie môžu znamenať, že dozrel čas zmeniť pracovisko, predovšetkým ak nám naša práca už neprináša radosť, alebo je len malá alebo žiadna nádej na zlepšenie. Naše “bolesti” nám však môžu tiež ukázať, že by sme sa v našej práci mali viac angažovať alebo ďalej vzdelávať, aby sme boli schopní vykonávať svoju prácu produktívnejším a naplňujúcejším spôsobom.

Ak zažívame bolestné vzťahy s naším manželským partnerom, našimi deťmi, kolegami v práci alebo dokonca s priateľmi, môže to znamenať, že musíme zmeniť svoj postoj, že musíme byť menej sebeckí, že musíme viac dávať zo seba alebo brať viac ohľad na záujmy druhých. Pravdepodobne tieto vzťahy nemusíme ukončiť, ale skôr sa sami usilovať o zmenu.

Chcel by som vám položiť jednu otázku: Existujú vo vašom živote bolesti, ktoré chce možno Boh použiť k tomu, aby v ňom spôsobil zmenu? Aspoň v Biblii sa píše: „*No nielen to, ale chválime sa i súženiami, lebo vieme, že súženie vedie k vytrvalosti, vytrvalosť k skúsenosti, skúsenosť k nádeji.*“ (list

Rimanom 5, 3-4). Jakubov list 1, 2-3 k tomu pridáva:

„*Bratia moji, majte z toho iba radosť, keď prídu na vás rozličné skúšky, veď viete, že ak sa vaša viera osvedčí, vedie to k vytrvalosti.*“

Zdá sa to byť ťažké, radovať sa v časoch, keď prežívame bolesť, ale neskôr sa bolesti preukážu ako nevyhnutné.

### **Ken Korkow**

(ak máte záujem dostávať od nás týždenne bezplatné impulzy, môžete si ich objednať na e-mailovej adrese: [impulzy@lared.sk](mailto:impulzy@lared.sk) )