

# Zneužívání: Duchovní zneužívání - otázky a odpovědi 1.

*Co je duchovní zneužívání a další otázky.*



Zneužívání

## Duchovní zneužívání - otázky a odpovědi 1.

### Co je duchovní zneužívání?

K duchovnímu zneužívání dochází, **když někdo používá duchovní nebo náboženské přesvědčení, aby vám ublížil, vyděsil vás nebo vás ovládl.**

Může to být někdo, kdo vás nebo vaše děti nutí účastnit se duchovních nebo náboženských praktik, když nechcete.

### Co to znamená být duchovně zneužíván?

**Jakýkoli pokus uplatňovat moc a kontrolu nad někým pomocí náboženství, víry nebo přesvědčení může být duchovním zneužitím.** K duchovnímu zneužívání může dojít v rámci náboženské organizace nebo v osobním vztahu.

### Příklad duchovního zneužívání

Pokud se o tom vůbec mluví, většina příkladů duchovního zneužívání odkazuje na **kazatele, staršího sboru nebo vedoucího víry, který zneužívá členy sboru**, často tím, že vytváří toxickou kulturu uvnitř sboru nebo skupiny tím, že zahanbuje nebo kontroluje členy, využívá sílu svého postavení.

## Co se považuje za náboženské zneužívání?

Náboženské zneužívání je **zneužívání provozované pod rouškou náboženství, včetně obtěžování nebo ponižování, které může mít za následek psychické trauma**. Náboženské zneužívání může také zahrnovat zneužívání náboženství pro sobecké, sekulární nebo ideologické účely, jako je zneužívání postavení v úřadu.

## Co je duchovní trauma?

K duchovnímu traumatu **dochází v důsledku událostí, které ohrožují a poškozují naše základní duchovní hodnoty a cíle**. To může být buď důsledkem zneužívání náboženskými / duchovními postavami, nebo vychování s toxickým a panovačným výkladem tohoto náboženství nebo duchovní víry.

## Jaká jsou duchovní zranění?

Duchovní zranění mohou mít běžně tuto podobu:

**Odpojení od toho, co přináší smysl a radost do života člověka.**

Odpojení od sebe samých a ostatních.

Snížený pocit vlastní hodnoty a sebeúcty.

## Jak překonávat duchovní traumata?

**8 způsobů, jak se zotavit z náboženského traumatu**

1. Uvědomte si, že se to stalo.
2. Oddělte své osobní hodnoty od svých náboženských přesvědčení.
3. Připojte se ke zdravé podpoře a komunitě.
4. Prozkoumejte, čemu věříte a proč tomu věříte.
5. Vytvořte zdravé hranice ve vztazích.
6. Identifikujte své naděje do budoucna.

## Jak trauma ovlivňuje spiritualitu?

Trauma může být spojeno se **ztrátou víry, sníženou účastí na náboženských nebo duchovních aktivitách, změnami ve víře, pocity opuštění Bohem nebo jeho trestu a ztrátou smyslu a naplnění života**.

## Příklady náboženského traumatu:

Ztráta církevního společenství nebo rodiny (nutnost opustit, protože je to nebezpečné nebo nepřátelské).

Když vám někdo řekl, že nemáte v nenávisti hřích, že milujete hříšníka.

Stydět se za svobodu, nebo jít na potrat.

Emocionální, sexuální nebo fyzické zneužívání ze strany církevních vůdců, rodinných příslušníků atd.

např. kvůli přesvědčení o LGBTQ apd.

## Co jsou to zranění duše?

Zranění duše jsou **minulá emocionální zranění, která se projevují identitou založenou na bolesti.**

Přijímáme bolestivé zkušenosti a začínáme se jimi definovat, vidíme se jako oběti, zlomení nebo zostuzení.

Tyto příběhy o zranění duše nás omezují na malé světy, malé sny a nenaplňují vztahy.

## Jak poznám, že mám náboženské trauma?

Známky a příznaky náboženského traumatu:

**Zpomalený vývoj (sociální, emocionální, sexuální atd.)**

Deprese, úzkost nebo jiné problémy s duševním zdravím.

Špatné rozhodovací schopnosti.

Nedostatek sebevědomí a sebeúcty.

## Může náboženské trauma způsobit posttraumatickou stresovou poruchu (PTSD)?

**Náboženský traumatický syndrom je v raných fázích výzkumu a získává pozici jako legitimní diagnóza.**

Výše jsou uvedeny některé příznaky, které běžně zažívají lidé trpící syndromem náboženského traumatu. A mnoho dalších příznaků PTSD včetně nočních můr, flashbacků, disociace, emočních potíží atd.

## Uvolňuje pláč trauma?

**Nezbaví vás PTSD a vašich strachů,** ale nechte slzy téct a možná se poté budete cítit o něco lépe. Dlouhodobý pláč uvolňuje oxytocin a endogenní opioidy, jinak známé jako endorfiny. Tyto chemikálie pro dobrý pocit mohou pomoci zmírnit fyzickou i emocionální bolest.

## Uzdravuje Bůh PTSD?

**Bůh léčí PTSD mnoha různými způsoby, například nadějí na věčný pokoj v nebi. Uklidněte emoce, úzkost a starosti modlitbou. Přijměte pokoj s vědomím, že naše minulost a budoucnost je v Božích rukou.**

## Jak se modlit za PTSD?

*Věčný Otče, láme mi srdce, když vidím, jak [jméno] trpí duševním utrpením PTSD. Prosím, Pane, buď milostivý a poskytni pomoc a útěchu této zraněné duši. Kéž Duch svatý mocně působí, aby poskytl*

*pokoj a útěchu. Kéž jsou bolesti tohoto traumatu zhojeny léčivou silou Tvého evangelia.*

-rd-

*Můžete také navštívit naši facebookovou stránku [Baptisté - Síť víry](#) nebo facebookovou skupinu [Zpravodaj Baptisté - Síť víry](#)*