

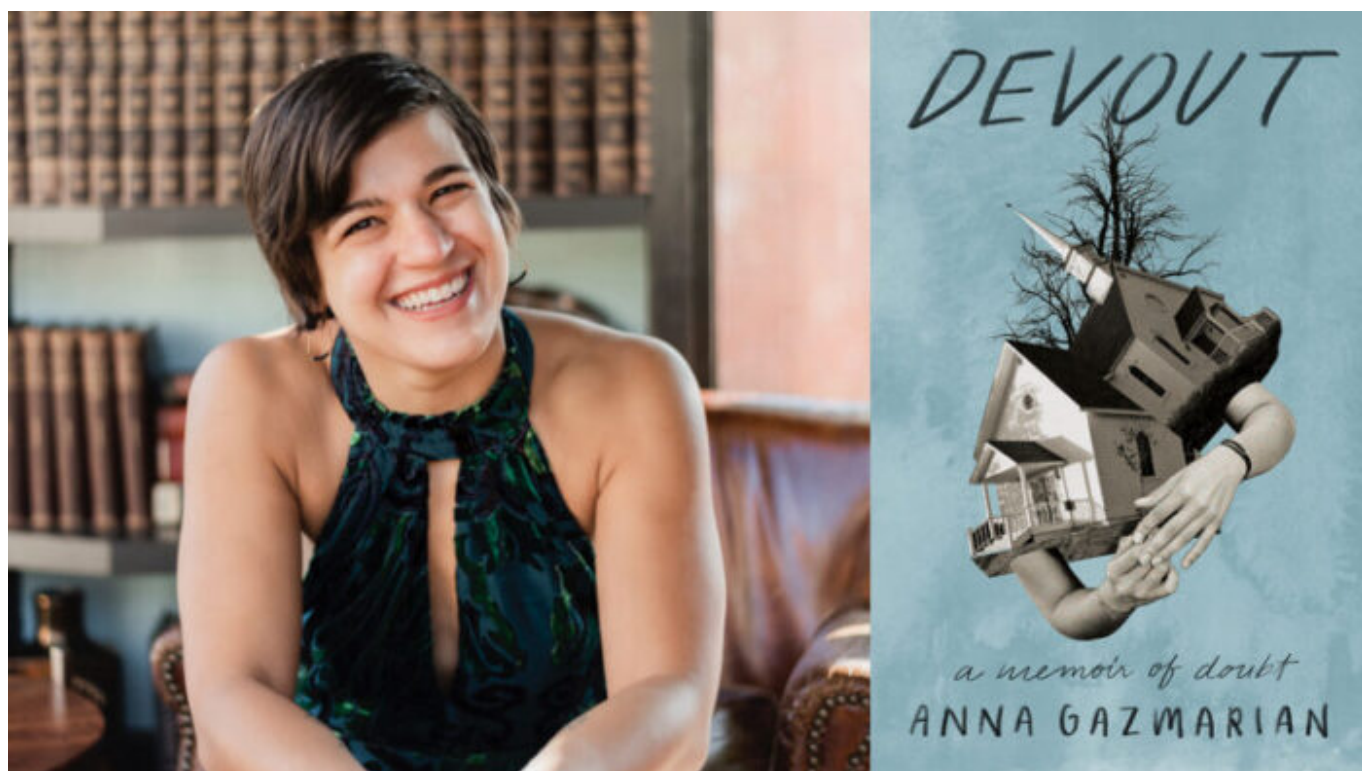
Svědectví: 125. Jak získat zpět víru po diagnóze bipolární poruchy



Svědectví

Jak získat zpět víru po diagnóze bipolární poruchy

Ve své nové knize „Devout: A Memoir of Doubt,” (Zbožná: Vzpomínky na pochybnosti) Gazmarianová odhaluje, jak nedostatečně církev a církvi schválení terapeuti přistupovali k jejímu stavu a jak se snažila najít jinou cestu.



Kniha „Zbožná: Vzpomínky na pochybnosti“ a autorka Anna Gazmarian. (Foto: Jo Lindsay Co)

(RNS) – V roce 2011, když jí bylo 18 let, byla Anně Gazmarianové diagnostikována bipolární porucha¹.

Jako evangelikálka Gazmarianová pravidelně navštěvovala místní sbor, byla aktivní v mládežnické skupině a chodila na jižanskou baptistickou střední školu; to byl recept na frustraci a úzkost. Ve své [nové knize](#) *Devout: A Memoir of Doubt* Gazmarianová odhaluje, jak nedostatečně církev a její církví schválení terapeuti léčili její stav a jak se snažila najít jinou cestu.

Bojovala s téměř neustálými myšlenkami na sebevraždu a dlouhými depresivními epizodami, a aby se mohla začít léčit, musela Gazmarianová opustit církev. Nikdy se však nevzdala své víry. Její kniha nabízí pronikavý pohled na chybnou teologii týkající se duševního zdraví v mnoha evangelikálních zařízeních a na to, jak by mohla obnovit pozitivnější a soucitnější způsob péče o lidi s duševním onemocněním.

Ve své podstatě je to intimní a upřímný pohled na temnou noc duše a na to, jak Gazmarianová dokázala znovu oživit svou víru prostřednictvím pochybností, otázek a nařikání – což její církevní tradice vytrvale popírala.

RNS hovořila s Gazmarianovou, která žije v Durhamu v Severní Karolíně, o tom, jak se s tím vyrovnává a jak se jí podařilo najít stabilitu díky lékům, terapii, milujícímu manželovi a malé dceři i své víře.

Rozhovor byl upraven kvůli délce a srozumitelnosti.

Poutavě píšete o tom, jak se evangelikální sbory vyrovnávají s duševními nemocemi. Jaké byly první zprávy, které jste tam dostala?

Když jsem dospívala, tak bylo období, kdy jsem potřebovala chodit na terapii. Bylo to ještě před stanovením mé diagnózy. A (církevní představitelé) mě poslali ke křesťanskému poradci, který byl přísně biblicky založený. A tak všechno, co říkali, bylo v Bibli. Nebyla tam vůbec žádná psychologie.

Vyrůstala jsem a viděla jsem kamarády, kteří zemřeli sebevraždou. Vzpomínám si, jak kazatelé kázali o synovi Ricka Warrena, který zemřel sebevraždou, a říkali, že je to neodpuštělný hřích a že půjde do pekla. Také jsem chodila na jižanskou baptistickou střední školu a vzpomínám si, jak se jednou v hodině angličtiny učitel zmínil, že lidé, kteří zemřou sebevraždou, půjdou do pekla. Takže to byla taková běžná zpráva, kterou jsem dostávala všude.

Vždycky jsem měla pocit, že je se mnou něco v nepořádku, protože jsem měla velké obavy. Byla jsem úzkostná ze všeho. Vzpomínám si, jak mi můj kazatel na střední škole říkal: „Nebuď úzkostná. Ale všechno se mi vymklo z rukou. A já jsem si myslela, že je to nedostatkem víry. A tak jsem všechno, třeba všechno úsilí, vložila do čtení Bible, do psaní, do modliteb a čekala, až úzkost zmizí, ale nikdy se tak nestalo.

Doporučila byste křesťanské terapeuty nebo duchovenské poradenství věřícím lidem, kteří se potýkají s duševní nemocí?

Důvod, proč jsem to vyhledala, byl ten, že jsem se opravdu bála psychologie a bála jsem se moderní vědy, protože jsem byla naučená být k těmto věcem skeptická.

Myslela jsem si, že když půjdu k běžnému terapeutovi, který nemá náboženské zázemí, přiměje mě, abych se více soustředila na sebe. V mé mysli bylo větší soustředění se na sebe, větší uvědomování si sebe sama, považováno za sobectví, což bylo také považováno za hřích. Takže jakékoliv

sebezdokonalování nebo práci na sobě jsem považovala za sobeckou.

A problém byl i v tom, že terapeut, ke kterému jsem chodila, nebral duševní onemocnění vážně. Mysleli si, že se dá vyléčit terapií a čtením Bible. Když jsem byla starší, chodila jsem ke křesťanskému terapeutovi, který měl lékařské vzdělání. A to se mi opravdu osvědčilo.

Co byste tedy vzkázala lidem, kteří se potýkají s duševní nemocí a chtějí si udržet víru?

Jedna z věcí, která mě zaráží, je, jak evangelikálové překroutili Písmo v podstatě tak, že žít svůj život znamená prožívat pouze šťastné emoce. A já nevím, jak jsme se k tomu dostali, protože když se podíváte do celého Písma, zjistíte, že v Bibli je mnoho lidí, kteří jsou plní utrpení, kteří jsou plní beznaděje, a Bůh je přes to všechno stále přítomen.

Když jsem byla na vysoké škole, začala jsem studovat Pláč Jeremiášův. Nikdy jsem neslyšela žádného kazatele, aby se o Pláči vůbec zmínil. Je to jedna z těch knih, které každý přehlíží. Nechápu, jak můžeme číst Bibli a nepodporovat ty, kteří jsou duševně nemocní, protože i Ježíš měl deprese. A podle mého názoru byly v Ježíšově životě chvíle, kdy byl beznadějný a pochyboval o Bohu.

Pochopení a pohled na utrpení a frustraci lidí v Bibli mi opravdu pomohl, protože to jsou věci, o kterých se prostě nikdy nemluvalo. Takže si myslím, že pro lidi, kteří chtějí být křesťany a jsou duševně nemocní, je křesťanství bezpečným místem, kam můžete přijít takoví, jací jste. A když se podíváte na lidi, kteří jsou považováni za nejvěrnější, tak ti lidé mají také obrovské pochybnosti a obrovské utrpení. A ty vás nediskvalifikují z toho, abyste žili víru. A myslím si, že čím hlubší víru máte, tím více tyto věci vyplouvají na povrch.

Ve své knize popisujete, jak jste v jednu chvíli spálila své modlitební deníky. Vysvětlete, proč jste to udělala.

Myslím, že jsem nepochopila smysl modlitby. Vnímala jsem ji jako něco, čím se v podstatě omlouvám Bohu za všechno, co jsem udělala špatně. A kvůli svému náboženskému pocitu viny jsem si neustále jen zapisovala své hříchy. Boha jsem vnímala jako někoho, komu se musím zavděčit a komu musím neustále něco vynahrazovat.

Tak jsem se dívala na modlitbu. Nebyl to rozhovor, nebyl to vztah. Spíše jsem se řídila strachem. A mé deníky byly v podstatě vzpomínkami, připomínáním hříchů, vši té hanby a viny, kterou jsem cítila. Uvědomila jsem si, že to nepomáhá a že to není způsob, jakým jsem v té době chtěla vnímat Boha.

S modlitbou zápasím dodnes. Stále zápasím s tím, co si myslím o modlitbě, protože po mnoho let bylo mou modlitbou uzdravení, které nikdy nebylo vyslyšeno. A myslím, že když žijete modlitbou, musíte přijmout nejistotu a přijmout to, co nevíte, a žít v tomto prostoru. Víra není o jistotě. Opustit tu kontrolu je opravdu těžké.

Řekla byste, že psaní bylo cestou zpět k praktikování vaší víry?

Myslím, že ano. Vyrůstala jsem s pohledem na muže jako na vůdce a na ženy jako na submisivní a tiché. A můj problém byl, že jsem nikdy nebyla tichá. Vždycky jsem měla spoustu názorů a myslela jsem si, že je se mnou něco špatně, když mám všechny tyto věci. A neustále jsem cítila, že chci být menší, že chci zabírat méně místa.

Myslela jsem si, že to znamená být ženou, zejména křesťankou.

Psaní mi dalo hlas a dalo mi prostor myslet sama za sebe a nedůvěřovat jen tomu, co mi říkají ostatní. Tak dlouho jsem neměla pocit, že by mi byl dán prostor k tomu, abych měla svůj hlas. Jen mi říkali, čemu mám věřit. A pokud jsem měla otázky nebo pochybnosti, neměla jsem je vyjadřovat. Takže psaní pro mě bylo něco jako rozhovor s Bohem. Dokonce i při psaní knihy jsem měla pocit, že je v tom něco opravdu intimního, že jen já a můj editor čteme materiál a máme pocit, že je tam Bůh. Takže si myslím, že psaní mi rozhodně umožnilo prožívat Boha jiným způsobem.

Píšete o svých zkušenostech s ketaminem, silným sedativem, a o tom, jak vám pomohl. Pomáhá vám stále?

Nejtěžší na psaní memoárů je to, že zachycují jen určitý okamžik vašeho života. Poté, co se mi narodila dcera, se mé duševní zdraví tak trochu zhroutilo. A bylo pro mě velmi těžké na knize pracovat, protože jsem si připadala jako podvodník, že píšu knihu o duševním zdraví a zotavení a potýkám se s vírou, protože jsem tyto věci prožívala v reálném čase. Potýkala jsem se s poporodní depresí, a protože jsem během těhotenství neužívala ketamin, neměla jsem vybudovanou toleranci. Poslední dva roky byly opravdu těžké a byla jsem odolná vůči mnoha lékům.

Bylo to pro mě připomenutí, že mé příznaky tu budou vždycky. Je lákavé věřit, že existuje konečný bod, kdy je vše pod kontrolou. Najdete správný lék a vše je vyřešeno. Než se mi narodila dcera, bylo tříleté období, kdy jsem užívala ketamin, kdy se mi všechno v životě zdálo stabilní. Když se mi pak narodila dcera, všechno se rozpadlo a já jsem vlastně skončila v léčebně.

A když jsem tam byla, vzpomínám si, že jsem byla tak znechucená a bála jsem se, že moje kniha vyjde, protože, kdo jsem já, abych o všech těch věcech mluvila, když to prožívám v reálném čase? A když jsem tam byla, potkala jsem mnoho lidí s náboženským traumatem, (kteří) se potýkali s vírou a duševní nemocí. To pro mě byla připomínka toho, pro koho je kniha určena. I kdyby mi nepomohla dostat se na stabilnější místo, mohla by pomoci jiným lidem. A to pro mě stojí za to.

Spousta lidí, když se setká s krizí víry nebo se cítí být církví zneužívána, náboženství úplně opustí. Vy jste to ale neudělala. Proč?

Je to opravdu těžké, protože jsou chvíle, kdy si říkám, jestli by nebylo jednodušší, kdybych odešla. Přátelím se se spoustou lidí, kteří nejsou křesťané, a ti se mě ptají: „To náboženství ti v tolika ohledech ublížilo, jak se k němu můžeš stále vracet a jakou útěchu ti v životě poskytuje?“

To je něco, s čím opravdu bojuju, protože si nemyslím, že víra je opravdu o pohodlí a nemyslím si, že mi dává větší spokojenost. Myslím, že pokud něco, tak to můj život ztěžuje. Takže s tím stále bojuju a když se podívám na americké křesťanství, tak jsme se úplně vymkli z kloubů a je pro mě těžké se kvůli tomu nazývat křesťanem. Ale cítím, že se nemohu distancovat od Kristova života a od toho, jak radikálně miloval lidi. A proto se k němu stále vracím.

Yonat Shimron

[Religion News Service](#)

Poznámky:

¹ **Bipolární afektivní porucha** – tato nemoc byla dříve známa především pod označením maniodepresivní psychóza. Jedná se o **závažné psychické onemocnění, které se vyznačuje poruchami nálad**. Konkrétně se pak střídá manická fáze s depresí, a někdy se dokonce vyskytují oba stavy zároveň.

Yonat Shimron



Yonat Shimron je reportérka a vedoucí editorka Religion News Service.

-tep-

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