



Úvahy o duchovnom sprevádzaní pre saleziánov

Jack Finnegan, SDB

Formačný týždeň českých a slovenských direktorov saleziánskych komunít,

Fryšták na Morave, 17. – 21. 1. 2005

4. Rytmus duše

Obsah

4.	Rozlišovať rytmus umierania a vstávania duše	1
a)	Ž 105, 4; Ef 1, 5b.....	1
b)	Markovo evanjelium	1
c)	Temná noc - súčasť duchovného života	2
d)	Prečo odporujeme rytmom duše?	4
	• nechápeme Veľkonočné tajomstvo v našom vlastnom príbehu.....	4
	• sme ďaleko od reality, ukotvení v teórii	4
	• odmietam načúvať reflexii na svoj vlastný život	5

4. Rozlišovať rytmus umierania a vstávania duše

a) Ž 105, 4; Ef 1, 5b

Dnes začneme dvoma krátkymi úsekmi Písma, ktoré nám pomôžu pochopiť biblický základ duchovného sprevádzanie.

Prvý z nich je Žalm 105, verš 4, ktorý je v kontexte modlitby vzdávania vďaky. Jednu vec ktorú sme objavili v psychológii je, že základ vďačnosti je základom pre uzdravenie. Keď nemám zmysel pre vďačnosť, staneme sa zahorknutými ľuďmi. Som plný výčitiek. Vďačnosť nás učí byť svätými. Vďačnosť nás vedie k celistvosti. A to znamená hľadať Božiu tvár. Ako duchovní sprievodcovia pomáhame ľuďom robiť práve toto. Pomáhame im neustále hľadať Božiu tvár.

Druhý text je list Efezanom, kapitola 1, verš 5b. Ako viete v prvej kapitole sa rozpráva o veľkom Božom požehnaní voči nám. Text piateho verša nám hovorí: „...on nás podľa dobrotivého rozhodnutia svojej vôle predurčil, aby sme sa skrze Ježiša Krista stali jeho adoptovanými synmi.“ ... toto je zmysel života. Toto je cieľom kresťanského života, toto je cieľom saleziánskeho života. Žijeme náš život z rozhodnutia Božej dobroty. Ako duchovní sprievodcovia pomáhame ľuďom, aby toto pochopili. Čiže ja pomáham niekomu hľadať Božiu tvár, ale z Božieho rozhodnutia. Nie z môjho osobného rozhodnutia. Keď robíme duchovné sprevádzanie, snažíme sa dosiahnuť tú istú vec. Ako duchovní sprievodca ja sám sa snažím hľadať Božiu tvár. A robím to preto, lebo to je vôľa Božia. A toto je Boží plán - čo sa nás všetkých týka. Je veľmi dôležité, aby sme na to ako duchovní sprievodcovia nikdy nezabúdali. Robíme Božiu prácu. Pomáhame niekomu, aby v sebe samom objavil Božie kráľovstvo. Božie kráľovstvo, ktoré je na dosah ruky. Je medzi nami, je v našich dušiach.

b) Markovo evanjelium

Teraz sa chcem vrátiť k Markovmu evanjeliu. Včera sme čítali 3 krátke príbehy z tohto evanjelia:

- o slepom mužovi v Betsaide, Mk 8, 22-27
- rozmýšľali sme o otázkach, ktoré kladie Ježiš pri Cezarey Filipovej, Mk 8, 27-29
- a nakoniec sme rozmýšľali o veľkonočnom tajomstve, Mk 8, 31-33

Je veľmi zaujímavé aby sme si všimli, že odkaz veľkonoč. tajomstva tvorí jadro všetkých troch kapitol:

- Mk 8, 31-33,
- Mk 9, 30-32,
- Mk 10, 32-34.

Veľkonočné tajomstvo tvorí základ učeníctva. Je zaujímavé všimnúť si, že odkaz na veľkonočné tajomstvo je skoro vždy na tom istom mieste v týchto kapitolách. Je to akoby sv. Marek použil tieto tri referencie ako nejaký refrén, ktorý sa opakuje. A to nás vedie do centra, srdca duchovného sprevádzania. Metafora, ktorú som poučil včera - že veľkonočné tajomstvo umierania a vstávania predstavuje rytmus našej duše, znamená, že duchovný sprievodca sa má stať expertom rozpoznávania tohto rytmu umierania a vstávania.

Duša priťahuje našu pozornosť vďaka tomuto procesu umierania a vstávania. Musíme sa naučiť interpretovať ľudskú skúsenosť, aby sme mohli odhaliť tento proces umierania a vstávania. Keď počúvam príbehy ľudí, hľadám evidenciu - dôkazy toho, kde sa duša nachádza, či je v procese umierania alebo v procese vstávania.

Teraz by som rád upriamil vašu pozornosť na list Rimanom, Rim 14, 7-8: „*Nik z nás nežije pre seba a nik pre seba neumiera. Lebo či žijeme, žijeme Pánovi, či umierame, umierame Pánovi.*“ Tento rytmus umierania a vstávania nás spája s Kristom. Prináša nás do centra Kristovho tajomstva. Vovádza nás do srdca Trojice.

Keď sa pozrieme na Žalm 116, 8-10:

⁸ lebo môj život zachránil od smrti,
 moje oči od slz
 a moje nohy pred pádom.
⁹ Pred tvárou Pána budem kráčať
 v krajine žijúcich.
¹⁰ Dôveroval som, aj keď som povedal:
 „Som veľmi pokorený.“

Toto je rytmus umierania a vstávania. Moja duša sa cíti akoby umierala. Je plná smútku, a mám v očiach slzy, moje nohy sa trasú a nie som schopný ísť po mojej ceste, nepoznávam viac svoju cestu. Boh a ľudia sú mi vzdialení. Keď som v takomto stave cítim sa opustený Bohom aj ľuďmi. Cítim sa v tme. Kresťanská spiritualita to nazýva Temnou nocou. *Ale verím aj keď som povedal, som veľmi pokorený.* Je veľmi dôležité, aby sme si uvedomili, že ako duchovní sprievodcovia budeme stretávať ľudí, ktorí sa budú cítiť takto pokorení a smutní. Stretneme ľudí, ktorí kráčajú v údolí temnoty. A my si musíme uvedomiť, že je to v duchovnom živote úplne normálne. Musíme si dávať pozor, aby sme ako duchovní sprievodcovia nepresviedčali ľudí, že život je vždy úplne šťastný, bezproblémový. Musíme vedieť ľuďom povedať, že miesto bez krížov neexistuje. V našom živote bude vždy nejaké utrpenie. A toto utrpenie nám budú spôsobovať väčšinou iní ľudia. My nedokážeme ovplyvňovať všetky okolnosti, nemáme to pod kontrolou. Dôležité však je, aby duchovný sprievodca vedel pochopiť a uvedomiť si, že ľudia majú vždy voľbu. Môžu svoje utrpenie pochopiť ako pozvanie k novému životu, alebo ako sa hovorí *k životu vo smrti*. Môžem sa rozhodnúť, že toto utrpenie spraví zo mňa lepšieho človeka, alebo sa zo mňa stane neurotická obeť. Ježiš je obeť ale nie je neurotický. A my musíme poznať rozdiel medzi týmito dvomi stavmi.

c) **Temná noc - súčasť duchovného života**

Chcel by som teraz preskúmať ďalšie otázky týkajúce sa umierania a vstávania. Musíme si uvedomiť, že sme neustále pod tlakom smrti. Smrť je realita. Ideme k smrti. Tvárou v tvár smrti sme vyzývaní aby sme životu dali zmysel. A to je to, čo apoštoli nedokázali pochopiť pri troch Ježišových rečiach o veľkonočnom tajomstve. Vidíme reakciu Petra. Peter nechcel aby Ježiš šiel do Jeruzalema. Nechce aby šiel do centra veľkonočného tajomstva. A my reagujeme presne ako Peter. Chceme sa vyhnúť Jeruzalemu. Chceme sa vyhnúť smrti.

Minulý rok som hovoril s jedným psychiatrom a ten mi povedal niečo veľmi zaujímavé, čo ma dosť prekvapilo. Povedal, že jeho skúsenosť a skúsenosť jeho kolegov je taká, že najviac problémov pri umieraní, najviac strachu zo smrti majú kňazi a rehoľníci. To nie je pre nás dobrá správa. Očakávali by sme, že práve kňazi a rehoľníci budú šťastní, keď budú umierať. Skôr by som čakal, že títo ľudia budú veľmi šťastní, keď budú umierať. Nechápem prečo by sa mali báť? Myslím, že možno je to preto, lebo máme obraz Boha, ako niekoho prísneho, koho sa bojíme. Keď sa kňazi a rehoľníci neuroticky boja Boha, potom je Cirkev veľmi nebezpečné miesto.

A môže to tiež znamenať, že sme nepochopili ako sa správa naša duša. Duša prechádza procesom umierania a vstávania. Je to akási špirála. Tento cyklus sa neustále opakuje počas celého života tej ktorej osoby. Neustále umierame a nachádzame tie temné, nepoznane stránky nášho života a to preto aby sme sa dostali hlbšie do tých jasných stránok nášho života. A s touto polaritou nikdy neskončíme. V duchovnom živote hovoríme v tomto zmysle ako *nechať byť, vzdať sa, odovzdať to*.

Po tsunami v juhovýchodnej Ázii vidíme, že aj príroda je nebezpečná. Aké môžu byť duchovné dôsledky katastrofy takýchto rozmerov? Typická otázka, ktorú si ľudia kladú je: „Prečo to Boh dopustil?“ Dobrý duchovný sprievodca na túto otázku nikdy neodpovedá. Lebo nepozná odpoveď. Musíme sa stretnúť s realitou ľudskej existencie, nie iba so vstávaním a šťastím. Nežijeme na bezpečnom mieste. Inými slovami, musíme nechať zomrieť naše ľudské predsudky. Týždeň po tejto katastrofe v Ázii som sa ako duchovný sprievodca stretol s viac ako desiatimi ľuďmi, ktorí po tejto udalosti zmenili svoj obraz Boha. Zrazu stáli pred veľmi dezorientujúcou dilemou. Verili v láskavého Boha a táto ich predstava bola narušená touto nebezpečnou prírodnou silou. „*Bože môj, Bože môj prečo si ma opustil?*“ Veľkonočné tajomstvo. A veľmi praktické. Nie teoretické. Ale reálne. Skutočné.

Musíme pochopiť, že dôstojnosť, ľudská dôstojnosť, práca, naša rola v kongregácii, rutiny, zvyky, sny, vzťahy - to všetko môže umrieť. Každý deň, rytmus umierania a vstávania pulzuje v našej duši. V prirodzenom rytme života. Byť pozorný na rytmus duše znamená, že budeme meniť náš život¹. Pretože to vyžaduje aby sme vnímali rytmus Boží a tanec našej duše. A to sú veci, ktoré úplne nechápeme. Ale keď to robíme, keď pristupujeme k životu rozdielne², výsledkom je, že v nás začne vyvíerať nový život. Lebo v púšti existuje pomoc.

Vrátíme sa k Markovi, Mk 1, 12-13: „*A hneď ho Duch hnal na púšť. Na púšti bol štyridsať dní a satan ho pokúšal. Bol medzi divou zverou a anjeli mu posluhovali.*“ To znamená, že na púšti môžeme nájsť pomoc. Ale je to iná forma pomoci akú by sme normálne očakávali. Je tu napísané, že Ježiš tu bol medzi divou zverou, pomáhajúcimi silami a anjeli ho obsluhovali. To je ďalšia pomáhajúca sila. Nebol tam iba Satan. A v momente umierania tam nie je iba smrť. Je tam tiež možnosť nového života.

Jánovo evanjelium, Jn 10, 10: „*Zlodej prichádza, len aby kradol, zabíjal a ničil. Ja som prišiel, aby mali život a aby ho mali hojnejšie.*“ Umieranie, ktoré musel Ježiš podstúpiť, keď šiel do Jeruzalema, toto umieranie otvára cestu k novému životu. Ako duchovný sprievodca sa stávam služobníkom nového života. Som oporou osobe v ťažkostiach. Dávam jej istotu. Hovorím jej že po temnote príde svetlo. A úlohou osoby je prejsť cez túto temnotu, nebáť sa jej a neodporovať jej. Ale musí sa učiť, že toto je brána k niečomu novému. Ale ja toto môžem robiť iba vtedy, keď verím sám sebe. Lebo, keď si ja sám neverím, osoba s ktorou hovorím pochopí, že klamem. Ľudia, ktorí trpia vždy testujú integritu

¹ aby sme rozumeli, že teraz v nás niečo umiera a potrebujeme sa toho vzdať, aby mohlo v nás niečo nové rásť. Rozumieť a byť aktívny. Keď nerozumieme, kladieme odpor a nemeníme veci, nechceme meniť veci, bránime sa zmenám.

² rozlišujeme život, pristupujeme k nemu inak ako doteraz, aktívne sa dokážeme vecí/okolností vzdávať alebo ich prijímať.

(poctivosť, pravdivosť) osoby, ktorá im pomáha. Takže preto musíme byť kontemplatívnymi v našej činnosti.

d) Prečo odporujeme rytmom duše?

Prečo odporujeme Božím rytmom? Prečo odporujeme tancu Ducha? Prečo nepoznáme melódiu vlastnej duše? Je veľa vysvetlení. Rád by som vysvetlil aspoň niektoré.

- **nechápeme Veľkonočné tajomstvo v našom vlastnom príbehu**

Niekedy vôbec nechápeme tieto veci teologicky. Je to pre nás príliš teoretické. Nie je to niečo, čo sme sami zakúsili. Niekedy chápeme veľkonočné tajomstvo iba z liturgického hľadiska. Rozumieme veľkonočnému tajomstvu, keď slávime Eucharistiou (sv. omšu), ale nerozumieme veľkonočnému tajomstvu, keď sa spolu rozprávame. V Ježišovom živote nie je veľkonočné tajomstvo iba liturgia alebo teológia. Je to niečo skutočné. Takže nemôžeme byť prekvapení, že je to reálne aj v ľudskom živote. Niekedy chápeme veľkonočné tajomstvo príliš zúžene. Vidíme ho akoby sa týkalo iba Ježiša. Akoby sa netýkalo každého kresťana, každého človeka.

Niekedy máme ťažkosti, lebo rytmus umierania a vstávania chápeme ako výsledok trestajúceho otca. **Očisťovanie pociťujeme ako trest a nie ako možnosť.** Nerozumieme veľkonočnému tajomstvu, lebo **kríž chápeme ako koniec a nie ako začiatok.** Nechápeme vykupujúcu slobodu, vykupujúce oslobodenie a ostávame väzňom nášho úzkeho videnia sveta a ľudí. **Neuvedomujeme si, že zmena a nie nehybnosť (stálosť) otvára duchovný život.** A to je veľmi dôležité. Hovorí sa, že človek po 50 rokoch už odoláva zmenám tak, že sa nedokáže zmeniť. Veľmi často sa stáva horším. Poznáte takých ľudí? Všimli ste si to?

- **sme ďaleko od reality, ukotvení v teórii**

Ďalší problém môže predstavovať intelektuálny život. Intelektuálny život, ktorý sa nespája s reálnym životom a nerozpozná možnosti k rastu. Neuznáva možnosti, ktoré má k zlepšeniu života. Nevidí, že smrť je prirodzenou súčasťou sveta kde žijeme. A možno sa aj my rehoľníci snažíme zredukovať krízy. Vidíme krízy ako niečo nepríjemné a negatívne, čomu sa treba vyhýbať. Pritom mnohí z nás žijú svoj život tak, že idú z jednej krízy do druhej. Keď niečo nefunguje okamžite sme v kríze. A my pracujeme a pracujeme a vyhýbame sa skutočnému životu. Salezián, ktorý trávi svoj život v kancelárii a nikdy nie je s mladými ľuďmi alebo s bratmi, pred niečím uteká. Ale my musíme byť schopní žiť svoj život v plnosti! Nie iba kríza a riešenie kríz. To nie je život. To Boh od nás nechce. To je závislosť. To je diagnóza. Je to neuróza. Koľko je nás neurotikov?

Veľmi často, my saleziáni, zle chápeme don Boscove pozvanie k práci. Práca je služba druhým a nie útek pred skutočnosťou. Musíme si to uvedomiť, musí nám to byť jasné. A hlavne, keď formujeme mladých saleziánov. Musíme si dávať pozor aby sme im pomohli vypestovať si dobrý prístup k práci. Aby sme nepovzbudzovali ich vlastné neurotické tendencie.

Sú dve nebezpečenstvá, ktoré na nás číhajú v pastorácii. Musíme si dobre uvedomiť. Prvé je **vyhorenie**. To znamená, že som stratil všetku energiu. Som chorý. Psychologicky **je to dané mojou nerozpoznanou neurózou**. Je to určitá forma masochizmu. Keď som prepracovaný, určite som masochista. **Ja si pritom myslím, že som veľmi cnostný. Ale ja vlastne potrebujem pomoc.**

Druhá vec je **sekundárny traumatický stres**. Spôsobuje ho počúvanie bolestivých, smutných príbehov ľudí. Keď pracujem v ťažkom prostredí, keď robím kňaza alebo duchovného sprievodcu na miestach kde je veľká bieda, kde je veľa bolesti. Veľa príbehov sa bude týkať utrpenia, tragédií a ťažkostí, musím sa starať aj sám o seba. Takže namiesto toho, aby som robil niekomu ja duchovného sprievodcu, musím ísť ja sám k duchovnému sprevádzaniu. Ak som direktorom komunity, ktorá pracuje v ťažkých podmienkach. Ak pomáham bratom vysporiadať sa s bolesťou, ktorí pracujú s bolesťami ľudí, kto pomôže mne? Kam pôjdem hľadať pomoc? Niekedy práve direktori

majú pocit, že im nikto nemôže pomôcť. A to vedie k mnohým ťažkostiam, ktoré majú direktori komunit. Ale aj toto patrí k rytmu duše. Toto tiež súvisí s umieraním a vstávaním.

Posledný dôvod, ktorý vám uvediem prečo nerozumieme veľkonočnému tajomstvu, tomuto rytmu duše je, že odolávame každej reflexii, akémukoľvek pokusu počúvať rytmus môjho vlastného života.

- **odmietam načúvať reflexii na svoj vlastný život**

Nemôžem byť kňazom alebo duchovným sprievodcom, keď nie som schopný rozpoznať svoj vlastný rytmus. A to musí byť časťou mojej každodennej modlitby. Ja si musím denne pripomínať, že mojou úlohou je neustále hľadať Boha a jeho tvár. V mojich modlitbách musím hľadať aké má Boh so mnou plány. Musím mať vlastného spovedníka. Lebo som hriešnik. Musím mať vlastného duchovného sprievodcu, lebo aj ja potrebujem pomoc. Jednou z vecí, ktoré som si v klére všimol (pracujem s kňazmi po celom svete) je, že mnohí z nás si myslia, že nepotrebujú pomoc od nikoho. Pomoc hľadáme až vtedy, keď sme už vo veľmi zlom stave.

Nemôžem byť duchovným sprievodcom, ak sám nemám duchovné sprevádzanie. Nemôžem byť duchovným sprievodcom, ak ja sám nie som otvorený pre rast duchovnom živote. Nemôžem byť duchovným sprievodcom ak tieto veci nechápem. Nemôžem byť duchovným sprievodcom, ak ostanem ako učeníci v Markovom evanjeliu - ľudia, ktorí nechápu.

Toto si vyžaduje aby každý z nás osobne pomenoval proces veľkonočného tajomstva vo svojom vlastnom živote. A vyžaduje to aby sme začali načúvať svoj rytmus. A to robíme vo svojom vlastnom živote a nie iba v živote ľudí ktorým slúžime. Ako to robím? Musím si vytvoriť duchovnú reflexiu. Musím si vytvoriť miesto a čas pre meditáciu. Musím pokračovať v štúdiu a duchovnom čítaní.

V jednom liste don Bosco napísal Kláre Luve. Bola lekárničkou na severe Francúzska. Bola blízkou priateľkou don Bosca. Don Bosco poslal za ňou jednu sestru FMA. Bola často hosťom na Valdocu. Pred svojou smrťou don Bosco poprosil don Ruu aby sa o ňu staral. Keď som písal môj doktorát, mal som prístup k archívu sestier. Našiel som o tejto Kláre veľa zaujímavých informácií. Jedna zaujímavosť bola, že Klára si adoptovala syna, ktorý sa stal saleziánom a bol to prvý provinciál vo Francúzsku. Zaujímavý príbeh. Klára Lue bola veľmi drahou osobou pre don Bosca, čo vyplýva z tohto listu, ktorý jej adresuje. A v tomto liste jej don Bosco hovorí čo je potrebné pre autentický duchovný život. Vyplýva z toho, že mu bolo úplne jasné - že spiritualita musí byť podporená praxou. Trval na **dennom rytme**, ktorý pozostáva z meditácie, reflexie, modlitby, čítania a štúdia. Trval na **týždennom rytme**. A potom **mesačnom rytme** a **ročnom rytme**. Moja duchovnosť je natoľko dobrá nakoľko sú dobré moje praktiky / nakoľko som verný týmto praktikám. Pokiaľ rozumiem správne don Boscovi, modlitba nemôže prežiť bez meditácie a rozjímania. Veľkou chybou v saleziánskom živote je, že sme tak zamestnanými prácou pre Pána, že ignorujeme Pána tejto práce. Ignorujeme rozjímanie, ignorujeme meditácie. Nemôžeme byť duchovnými sprievodcami bez vlastného rozjímania a meditácie. Rutinná modlitba nestačí. Musíme ísť za ňu. O tom budeme hovoriť aj zajtra. Užite si čas osobnej reflexie.

Odporúčam vám aby ste nasledujúcu hodinu strávili v tichu – vezmite si Písmo, alebo čítajte príbehy, robte čo chcete ale premýšľajte pri tom – a dovoľte Bohu aby vás prekvapil.

Podľa nahrávok:

- preložila: Tatiana Betáková
- redakčná úprava: Nasťa Strečková

Pozn.: v texte sú zapracované opravy prekladu podľa výkladového slovníka
Poznámky pod čiarou – tím DC