



# Úvahy o duchovnom sprevádzaní pre saleziánov

Jack Finnegan, SDB

Formačný týždeň českých a slovenských direktorov saleziánskych komunít,

Fryšták na Morave, 17. – 21. 1. 2005

## 7. Načúvanie

### Obsah

7.	Schopnosť načúvať.....	2
a)	Zlepšenie schopnosti načúvať.....	2
	• Duch Svätý v procese .....	2
	• Bod ticha vo mne.....	2
	• Pozitívna a negatívna spätná väzba .....	3
	• Citlivé miesta .....	3
	• Reč tela hovorí prvá .....	3
	• Sprevádzanie kňazov .....	3
	○ Depresie osôb stredného veku .....	3
	○ Každý vek žiada iný spôsob načúvania .....	4
	• O čom osoba nehovorí .....	4
	• Šesť spôsobov komunikácie .....	4
	• Otázky po skúsenosti práce v skupine.....	5
	• Vstrebávanie .....	5
b)	Kladenie otázok .....	6
	• Vedenie .....	6
	• Reflexia / odraz .....	6
	• Kladenie otázok .....	6
c)	Načúvať rytmu duše .....	7
	• Znamená zomierania .....	7
	• Klinické narušenie osobnosti.....	7
	○ Pasívno-agresívna porucha osobnosti .....	7
	○ Narcistická osobnosť.....	8
	○ Obsedantno-kompulsívna porucha osobnosti .....	8
	• Úloha formácie.....	9
	• Keď starý obraz Boha nefunguje .....	9
	• Otázky.....	9
d)	Počuť čo je skryté .....	11
	• Čo bráni rozvoju autentickej spirituality .....	11
	• Ego túži kraľovať.....	12
	• Návrat k reflexii .....	12
	• Stála potreba obviňovať .....	12
	• Kto je v centre? .....	13
	• Objať všetkých a všetko .....	13
	• Kontemplatívna a egocentrická mentalita - sú to dva protichodné pojmy? .....	14
e)	Kontemplatívne načúvanie nám umožňuje prístup k širokému spektru tém.....	14
	• hľadieť na osobu bezpodmienečne .....	15
	• návrat ku koreňom.....	15
f)	Spiritualita a svätosť .....	15
g)	Filtrácia .....	17
h)	Odpovedanie .....	18

## 7. Schopnosť načúvať

### a) Zlepšenie schopnosti načúvať

Sledujeme stranu 9 v poznámkach ktoré máte<sup>1</sup>. Zdôrazňovali sme, že základnou schopnosťou duchovného sprievodcu je vedieť načúvať. Takže sa budeme zaoberať spôsobmi ako to urobiť, aby sme vedeli stále lepšie načúvať. Všimnite si, že v tom texte volám načúvanie schopnosťou. Nehovoríme tu o počúvaní ako pri počúvaní pri bežnom rozhovore. Toto je kontemplatívne načúvanie.

#### • Duch Svätý v procese

Na strane 20 je diagram, ktorý vám pomôže pochopiť, čo je to kontemplatívne načúvanie. V duchovnom sprevádzaní sú vždy tri vzťahy. Základný vzťah medzi vedeným a duchovným sprievodcom, vzťah medzi duchovným sprievodcom a Duchom Svätým a vzťah medzi vedenou osobou a Duchom Svätým. Keď nebudem načúvať kontemplatívne, neuvedomím si prítomnosť Ducha Svätého, takže aj počas ticha, keď v tichu načúvam danej osobe, staviam sám seba do atmosféry modlitby a som otvorený, očakávam Ducha Svätého, snažím sa pochopiť čo Duch Svätý robí v mojom živote v tom okamžiku ako v duchovnom sprievodcovi a čo robí Duch Svätý v živote sprevádzaného práve v tomto okamžiku. Preto tento proces voláme kontemplatívne načúvanie.

Momenty ako sú tieto môžu byť inšpirované v Písme. Mám skúsenosti a môžem povedať, že sa to deje veľmi často. Osoba hovorí, ja počúvam a načúvam kontemplatívne, a zrazu cítim inšpiráciu, že sa mám pozrieť do Písma. A potom vo vhodnom okamžiku prečítam vedenej osobe kúsok z Písma a obyčajne to má na túto osobu obrovský účinok. A ja v tom momente počujem oveľa viac z jej príbehu. Oveľa viac ako mi sprevádzaná osoba vôbec chcela povedať. A to je jeden z darov, ktorý duchovný sprievodca má. Keď počúvam kontemplatívne, môžem cítiť ako sa vo mne prebúda moja intuícia. Tá mi dovoľí, aby som položil pár jednoduchých otázok. A to môže byť veľmi dôležité pre danú osobu. Často to vidíme v živote don Bosca. Ale ono to nie je až také čudné, stáva sa to mnohým duchovným sprievodcom. Lebo keď naozaj kontemplatívne načúvam Duchu Svätému, potom jeho vnuknutia a jeho inšpirácie sú úplne normálne. A to je veľmi dôležité.

#### • Bod ticha vo mne

Vrátime sa na stranu 9. „Aby sme mohli kontemplatívne načúvať, musím dať bokom vlastné potreby a musím stíšiť svoju vlastnú myseľ a dostať sa do meditatívneho stavu. Musím nájsť miesto ticha sám v sebe...“ Tu je to napísané. Dajte bokom vlastné konflikty a predsudky a sústreďte sa na to, čo vám sprevádzaný práve hovorí. Ja to robím tak, aby som mal v sebe pokoj. Keď cítim úzkosť, keď som rozrušený zlými správami a nepríjemnosťami, potom riešim tieto veci sám v sebe. A nie som schopný počúvať toho druhého. Nedokážem venovať pozornosť tomu druhému. Ale ja som zodpovedný za to, aby som svoju pozornosť úplne venoval tomu druhému.

Po druhé. Musím sa vyhýbať každému verbálnemu a neverbálnemu prejavu nesúhlasu prípadne pohoršenia a posudzovania nad tým, čo mi ten druhý hovorí. Ak nesúhlasím s tým, čo daná osoba robí, musím nájsť nejaký pozitívny spôsob ako jej to povedať. Napr. môžem povedať danej osobe: „Myslíš, že by si to mohol prehodnotiť z tohto pohľadu?“

Praktický príklad. Máme jedného spolubrata, ktorý má konflikt s iným spolubratom. A tento brat príde na duchovné sprevádzanie a hovorí o tomto konflikte. On verí, že problém je v tom spolubratovi. Konflikt nikdy nie je chybou iba jednej osoby. Takže ja s ním asi nebudem súhlasiť. Ale namiesto toho aby som mu to dal jednoznačne najavo, postupne ho navediem k tomu, aby priznal, že

<sup>1</sup> pri prepise nahrávok neboli k dispozícii

aj on je zodpovedný za tento konflikt. Takže on sám zistí, že má na konflikte svoj podiel. A stane sa to súčasťou jeho príbehu. Namiesto toho, aby som to ja tvrdo povedal.

- **Pozitívna a negatívna spätná väzba**

Existuje jeden veľmi zaujímavý fenomén v duchovnom sprevádzaní a my si toho musíme byť vedomí. V angličtine tomu hovoríme *the negative feed back*, čiže negatívna spätná väzba. Znamená to, že ja niečo niekomu navrhnem a on mi povie nie. Ja mu to navrhnem znova, lebo to považujem za dôležité. A on znova povie: nie. Koľkokrát musí povedať nie? Musíme byť veľmi opatrní, aby sme nevyvolali konflikt. Musím sa naučiť, aby som vedel vycítiť pozitívnu ako aj negatívnu spätnú väzbu. Aby som mohol vedenú osobu citlivo viesť, aby pochopila, čo chce Boh.

- **Citlivé miesta**

Ďalší fenomén, na ktorý musíme dávať pozor je, keď vedená osoba znervózne. Signál nervozity je, že osoba očervenie, začne kričať, začne sa rozpačito usmievať, nervózne sa začne vrtieť... Ukazuje to na to, že sme sa dostali na „horúce“ miesto. Je veľmi dôležité, aby sme vedeli reagovať a jednáť s týmito páľčivými vecami citlivo. Musím byť opatrný, aby som príliš netlačil. Jednoduchý dôvod. Keď budem tú osobu príliš tlačiť, nič sa nenaučí a vráti sa k starým spôsobom. Ak sa osoba za niečo hanbí, keď je nervózna z niečoho, vtedy nie je schopná pripustiť zmenu. Ale ja si to musím zapamätať a možno až neskôr sa k tomu vrátiť počas sedenia alebo možno až pri ďalších stretnutiach.

- **Reč tela hovorí prvá**

Vráťme sa späť k textu. Použi obe svoje oči a uši aby si pochopil, čo ti osoba rozpráva. Určitú informáciu ti dáva tón hlasu, držanie tela, gestá, výraz tváre a iné neverbálne prejavy. Dám vám príklad. Poviem osobe: „*Možno by sme mohli hovoriť o vašej sexualite.*“ A osoba spraví odmietavé gesto a povie „Áno.“ Ale držanie tela - zaujme obrannú pozíciu, zakloní sa dozadu, spraví bariéru medzi nami a potom ústa slabo povedia áno. Ako to mám interpretovať? Ako áno alebo ako nie? Čo je prvé? Prvá je reč tela. Takže je to nie. Obyčajne je teda lepšie prijať to nie ako presadzovať to áno. A sme späť u preventívneho systému.

- **Sprevádzanie kňazov**

Keď pracujeme s kňazmi, obvykle otázka sexuality na duchovnom sprevádzaní je veľmi dôležitá. Najmä ak je kňaz v strednom veku, má po 40-ke. Lebo v tomto veku obyčajne muži prežívajú krízu. Kríza stredného veku sa týka každého muža. Ale každý sa s tou krízou vysporiada iným spôsobom. Je dôležité aby sme to chápali. Obyčajne sa to deje, lebo keď máme 20 rokov celú svoju energiu vkladáme do toho, aby sme sa stali kňazom, saleziánom, učiteľom a nemáme čas, aby sme sa hlbšie zaoberali životnými otázkami. V strednom veku sa začínajú vynárať otázky nášho života. Otázky o viere, o kňazstve, o celibáte a pod. A čo sa stane, keď ma začne priťahovať život, ktorého som sa vzdal? Veľa kňazov v dôsledku krízy stredného veku opúšťa kňazstvo. Oženia sa. A idú žiť život, ktorého sa vzdali. Štatistiky hovoria, že väčšina týchto manželstiev netrvá dlhšie ako 3 roky. Je to zlé pre tú ženu. A je to zlé aj pre toho kňaza.

- **Depresie osôb stredného veku**

A čo saleziánski kňazi, ktorí sa dostanú do krízy stredného veku? Tí si musia uvedomiť, že to čo práve prežívajú je normálne. A mali by začať žiť silnejší duchovný život. Lebo **výzvou krízy stredného veku je spiritualita**. Musím nájsť odpoveď na otázku, o čom môj život vlastne je? Možno najväčšie nebezpečenstvo pre týchto kňazov predstavuje depresia. Touto depresiou reagujú na otázky, ktoré sa im vynárajú. Niečo podobné sa potom deje aj u starších kňazov, keď začnú byť chorí a nevládu už tak pracovať. Poznám veľa starých kňazov, ktorí hovoria: „*Už na nič nie som dobrý, už nemôžem nič robiť.*“ A znova toto môže viesť k depresii. A je to opäť výzva, aby prehĺbili svoj duchovný život.

Ak poskytujeme duchovné sprevádzanie mužovi po 40-ke, musíme si uvedomiť, že tie depresie, zmätky, pochybnosti sú normálne. A daná osoba musí nájsť iné odpovede na svoj život. Oveľa hlbšie

odpovede. A to isté so starými, chorými kňazmi. Musíme im pomôcť pochopiť, že ich sebahodnotenie postavili na svojej práci, na ich mieste v komunite – a toto už viac neobstojí. Takže musia prehodnotiť svoje hodnotenie samého seba a vybudovať si nové hodnotenie. A objavovanie toho nového, je niekedy veľmi bolestivé. Tradícia v kongregácii je veľmi jednoduchá. A toto je čas, aby sa tento muž stal mužom modlitby. Úlohou duchovného sprievodcu je sústrediť sa na modlitbu.

#### ○ **Každý vek žiada iný spôsob načúvania**

Toto sú 3 rôzne spôsoby, ako sa pozeráť na duchovné sprevádzanie a sú 3 rôzne spôsoby ako načúvať.

- Mladý muž, tesne po vysviacke, keď začína v komunite, zakladá svoju identitu na svojej práci, službe. Je pre neho veľmi dôležitá formácia.
- Ale v 40-ke, sa identita založená na práci a službe dostáva do krízy. Takže duchovný sprievodca sa musí zamerať na prehĺbenie spirituality.
- A chorý, starý muž musí znova prejsť zmenou, kde sa jeho modlitba stáva kontemplatívnou a mystickou.

A iba vtedy, keď budem načúvať kontemplatívne budem vedieť, na ktorú z týchto troch identít sa mám sústrediť<sup>2</sup>. Prečo je veľmi dôležité naučiť sa načúvať. A musíme vedieť pochopiť, že na rôznych stupňoch vývoja sa začínajú objavovať rôzne potreby. Naša odpoveď vedenej osobe závisí aj od nášho osobného vývoja. Musíme študovať, aby sme pochopili tieto veci.

#### • **O čom osoba nehovorí**

Spať k textu. *„Dávajte pozor nielen na to, čo vedený hovorí, ale aj na to, čo nehovorí. To čo ten človek nepovie je väčšinou to, čo ho najviac trápi. Takže musím dávať pozor na iné signály.“*

Príklad. Salezián hovorí so mnou. Jeho hlas je silný, nemám problém počuť to čo mi hovorí a zrazu sa s jeho hlasom niečo stane. A ja mám väčší a väčší problém počuť, čo hovorí. Akoby znížil hlasitosť hlasu. Akoby niečo iné zrazu ovládlo silu jeho hlasu. Musím vám dať nejaký teoretický základ k tomu aby ste to pochopili.

Vždy sa dejú dva procesy v tom istom čase. Primárny proces a sekundárny proces. Primárny proces je ten, ktorý si tá osoba uvedomuje. Sekundárny je ten, ktorý prichádza skrytými cestami a práve z toho druhého procesu prichádzajú zmeny. Takže muž mi niečo rozpráva silným hlasom, niečo sa stane s jeho hlasom a niečo ho začína umlčovať. To je taký umlčovateľ. Takže ja musím teraz zamerať moju pozornosť nie na to, čo mi hovorí ale na to, čo ho začína umlčovať. Takže ja sa pohybujem od primárneho k sekundárnemu procesu. Ako to spraviť? Je to ťažké. Musíte sa citlivo pýtať. Napr.: *„Všimol som si, že sa ti niečo stalo s hlasom. Stalo sa niečo? Máš nejaký čudný pocit?“* Niečo na ten spôsob. Dám tej osobe možnosť, aby mi to povedala, napr. *„Cítim sa nervózny, aby som opísal to čo cítim.“*

#### • **Šesť spôsobov komunikácie**

- Hlasová
- Pohybová
- Vizuálna
- Propriocense
  - akoby osoba nebola sama so sebou, v tranze, niečo na ten spôsob. Akoby sa daná osoba ponorila sama do seba a zabudla na všetko okolo. Vy zrazu zmiznete a nie ste viac (pre ňu) v tej izbe. A to je tiež forma komunikácie.
  - vzťah
  - svet

---

<sup>2</sup> jednotlivé identity rozpoznám podľa vecí, problémov a riešení o ktorých sprevádzaný rozpráva

- to čo sa deje vo svete. Všetci sme ovplyvňovaní tým, čo sa deje v našich vzťahoch a tým, čo sa deje vo svete.

A toto všetko prinášame do duchovného sprevádzania. A ukazujeme to jedným z týchto spôsobov. Keď sa osoba dostane do stavu „*propriocense*“, najlepšie, čo môžem urobiť, je čakať. Lebo obvykle sa daná osoba vráti a niečo vám povie. Keď sa ju snažíte prerušiť, bude to pre ňu šok. A bude sa brániť. Takže je lepšie počkať a byť trpezlivý.

V skupinách pracujte podľa textu na strane 10:

- Zhodnoťte svoje momentálne načúvacie schopnosti.
- Učte sa akú rolu hrajú pri duchovnom sprevádzaní pocity.

Po prestávke vytvoríme 3-členné skupiny po dobu 40 minút a budeme trénovať prvé dve odrážky, pričom pocity napr. znamenajú „*cítim strach*“ a pod. To sú dva najťažšie prvky pri duchovnom sprevádzaní, ale sú dôležité.

### • Otázky po skúsenosti práce v skupine

- Keď máme komunitu, kde je iba málo ľudí a všetci sa poznajú, ako to potom riešiť s duchovným sprevádzaním, keď je tam iba jeden kňaz? Môže poskytovať tento kňaz duchovné sprevádzanie pre všetkých?

*Vždy je lepšie niečo ako nič.*

- Je možné nahradiť duchovné sprevádzanie listovým kontaktom?

*Áno. To je stará forma duchovného sprevádzania. Bola veľmi rozšírená za života sv. Františka Saleského a aj dona Bosca. Ale nie je to ten najlepší spôsob duchovného sprevádzania. Lebo dlho čakáte kým príde odpoveď. Ale čo je zaujímavé dnes, to je internetové duchovné sprevádzanie. Používa sa chatovanie. Kde môžeme hovoriť okamžite. Takže ak máte počítač a váš duchovný sprievodca má počítač, zalogujte sa v tom istom čase a môžete dlho konverzovať. V USA je veľmi slávny duchovný sprievodca, ktorý sa špecializuje na internetové duchovné sprevádzanie a poskytuje ho ľuďom po celom svete. Takže radšej ako písať listy, použite internet. Ale to je iba návrh.*

*Chcem upriamiť vašu pozornosť na ďalší aspekt v načúvaní.*

### • Vstrebávanie

Vstrebávajúce obvinenia proti sebe, proti Cirkvi, bez toho aby ste sa bránili. A toto nie je jednoduché. Keď sa niekto hnevá na Cirkev, a vy ste kňaz, môžete cítiť potrebu Cirkev hájiť. Ale v tomto prípade to nie je potrebné. Pretože akonáhle začnete Cirkev brániť, alebo brániť Boha, ocitnete sa v konflikte s danou osobou. Ja v takejto situácii hovorím niečo veľmi jednoduché. Hovorím: „*Ďakujem, že to so mnou zdieľate.*“ A nič iné. A daná osoba potom vie, že môže predo mnou demonštrovať svoj hnev, a že ja to neberiem osobne. Možno potom môžeme začať cestu k uzdraveniu.

Toto je niečo, čo sme sa naučili v Írsku. Určite viete, že Cirkev v Írsku je zapletená v mnohých škandáloch. Malé množstvo kňazov zneužívalo deti. A často biskupi týchto kňazov chránili. Takže ľudia sú veľmi nahnevaní na biskupov a kňazov. Ale ako môžete obhajovať škandál? Nemôžete. Navyše vy sami niekedy súhlasíte s tým človekom (ktorý sa hnevá) a sám ste veľmi nahnevaný. Keď ste kontemplatívny to neznamená, že ste prestali byť ľuďmi. Neberte tieto veci osobne. Iba ak ide o utrpenie, ktoré by pomohlo pri uzdravovaní.

Podme k 4. bodu (podľa poznámok).

## b) Kladenie otázok

Kedy prestať počúvať a začať sa pýtať? To záleží na tom ako dobre sprevádzanú osobu poznáte. Alebo či cítite, že sa daná osoba vyhýba skutočnému problému a potrebuje pomoc. Otázky pomáhajú lebo dovoľujú príbeh viac otvoriť a vyjasniť si problém.

Sú štyri základne zručnosti:

- vedenie,
- reflexia,
- otázky,
- filtrácia.

Pozrime sa teraz na jednotlivé zručnosti.

### • Vedenie

Znamená, že duchovný sprievodca nenásilne vedie konverzáciu smerom, aby získal čo najlepšie informácie. Používa stručné otázky. Napr.

„Čo sa potom stalo?“

„Čo sa im stalo?“

„Povedz mi čo tým myslíš?“

Sú to otázky, aby vyjasnili vec. Vedenie je veľmi užitočná zručnosť.

### • Reflexia / odraz

Je spôsob ako dať osobe vedieť, že jej rozumiete a viete čo cíti a ako to myslí. Toto robíte periodicky. Robíte to tak, že použijete jazyk sprevádzanej osoby a odrážate ho späť na danú osobu.

Napr. osoba povie, že je pre ňu bolo veľmi ťažké niečo spraviť. A ja poznamenám „*Bolo to pre teba veľmi ťažké.*“ Alebo to poviem trochu inak: „*Bolo to pre teba veľmi frustrujúce.*“ Znamená to, že počúvam jazyk danej osoby a ako zrkadlo ho odrážam späť. Tiež to znamená, že osobe akoby zhrniem to čo povedala. Napr. môžem povedať: „*Ak som to dobre pochopil, mal si ťažkosti s tým aby si to spravil.*“

Reflexiu používame v troch rôznych prípadoch:

1. **verbálny kontakt s duchovným sprievodcom**, kde sa akoby kontroluje to, čo vedený povedal. Overuje či duchovný sprievodca dobre porozumel.
2. **menujem veci, ktoré boli vyjadrené neverbálne**. A ja ich vlastne vyslovím. Napr. „*Všimol som si, že keď hovorím o Ježišovi, tak si sa necítiš dobre, si trochu nervózny.*“ To bol prípad rehoľnej sestry, ktorý som už spomínal. A robíme to preto aby sme danej osobe pomohli nájsť to, čo vo svojom živote skrýva.
3. interakcia v prípade, ak vyvstal nejaký problém alebo je nejaká ťažkosť medzi mnou a sprevádzaným, a ja tento **problém pomenujem**.

### • Kladenie otázok

Používame, aby sme získali nové informácie a výpovede a jednak na to aby sa objasnilo to, čo už bolo povedané. Najlepšie otázky sú také, aby museli byť zodpovedané viacerými vetami. Máte v brožúre niekoľko príkladov takých otázok. Dnes by som ostal pri tej prvej. **Pýtajte sa otvorenými otázkami**. Nikdy sa nepýtajte tak, aby odpoveď mohla byť iba áno alebo nie. Namiesto toho aby som sa spýtal: „*Si nahnevaný?*“ A ten človek očividne nahnevaný je. Takže daná osoba mi jednoducho odpovie: „*Áno.*“ Namiesto toho sa spýtam: „*Čo sa stalo, že sa cítiš tak nahnevaný?*“ Takže teraz mi daná osoba musí povedať oveľa viac o sebe.

Posledná odrážka - **kladte otázky, ktoré menia tému** vtedy, keď dospejete k záveru, že sme už o niečom dosť dlho hovorili. Ale kladte otázky, ktoré akoby overovali to, čo bolo povedané. Napr. ak sme hovorili, že je nahnevaný. Ja môžem preskúmať ten hnev hlbšie alebo ho môžem preniesť do spirituality. Preto to otočím, napr. „*Kde je Boh pre teba v tomto momente?*“ Takže namiesto, aby sme



jednoducho rozprávali o tom hneve, obrátim to a začneme sa baviť o Duchu Svätom, o Bohu, spiritualite, hodnotách života a pod.

### c) Načúvať rytmu duše

Rozmýšľali sme nad veľkonočným tajomstvom a ako toto veľkonočné tajomstvo pracuje v našej duši. A nazvali sme to rytmom duše. Dnes by som toto naše premýšľanie o rytme duše chcel ukončiť. Pokúsím sa vysvetliť ako máme načúvať tento rytmus.

#### • Znamenia zomierania

Nakoľko tento rytmus predstavuje zomieranie a vstávanie, potom musíme vedieť ako máme načúvať znameniam, keď niečo zomiera. Najjednoduchšie je počúvať zvukom rozkladu a dezorientácie. Dám vám príklad.

- Keď mám životný sen a ten sen sa mi začne rozpadávať, možno mi moja duša niečo hovorí. Možno ten sen nebol pre mňa.
- Keď zistím, že moja nevinnosť alebo naivita je otrasená, možno to znamená, že je môj pohľad na svet príliš zjednodušený.
- Ak sa rozpadáva môj vlastný obraz o sebe samom, možno nebol adekvátny.
- Ak strácam schopnosť reagovať na zmeny, keď strácam kontrolu nad vecami, musím sa sám seba spýtať, aké klamstvá, falošné obrazy, ilúzie ležia pochované hlboko v mojej duši?

Tieto príklady sú vždy nepríjemné. Týkajú sa neporiadku, dokonca môžu mať neurotické tendencie. A keď sa tieto veci dejú v mojom živote, musím si položiť seriózne otázky. „**Keď niečo umiera, čo chce povstať?**“ A to je kľúčová otázka. Keď pracujem s inými ľuďmi a vidím, že niečo také sa u nich deje, musím pochopiť, že niečo v nich zomiera a dúfam, že im budem schopný pomôcť zistiť, čo sa prebúdzá k životu. Ale nie vždy je to možné.

#### • Klinické narušenie osobnosti

Ak je utrpenie človeka spôsobené nejakou poruchou/narušením, používam slovo poruchu/narušenie v klinickom zmysle a nie v morálnom zmysle. Hoci klinické narušenie osobnosti môže viesť aj k morálnemu narušeniu. Keď robíme sprevádzanie v povolání, musí nám byť jasné, že existuje aj psychické narušenie. Preto máme v „racio“ zoznam kontraindikácií. Existujú tri formy narušenej osobnosti, ktoré sa vyskytujú v západnej kultúre - v technologickej spoločnosti.

##### ○ Pasívno-agresívna porucha osobnosti

Najrozšírenejšia je **pasívno-agresívna porucha osobnosti**. Toto narušenie vychádza z hnevu. Hnev je však vyjadrený pasívne. To znamená, že osoba, ktorá sa hnevá nebude s osobou na ktorú sa hnevá rozprávať aj niekoľko mesiacov. Bude ignorovať ľudí. Nechá ich čakať. A vymyslí celú škálu spôsobov ako bude ľudí okolo seba trestať. Takýto človek sa nehodí pre život v komunite. Keď robíme sprevádzanie v povolání, musíme si na tento typ ľudí dávať veľký pozor. Lebo z psychiatrického hľadiska je skoro nulová šanca, že sa títo ľudia uzdravia.

Problém je, že pasívne agresívna osoba nevidí svoje vlastné správanie. Oni veria, že problém je v druhých. Oni sú nevinní a nerobia nič zlé. Niektorí z nás, keď robili direktorov, boli týmito ľuďmi veľmi trápení. Spolubrat, ktorý sa pohádal s jedným bratom - direktorom pred 30 rokmi, trestal každého ďalšieho direktora. Preto hovorím, že takýto človek sa nehodí pre život v komunite. Keď žijeme ako saleziáni, komunitárny život je centrom našej identity. Preto musíme dávať pozor na poruchy osobnosti.

### ○ *Narcistická osobnosť*

Druhá porucha osobnosti, ktorá je tiež veľmi bežná v technologickej spoločnosti je **narcistická osobnosť**. Narcizmus je egocentrické zameranie. Je to narušená a zničujúca láska k sebe samému. A obyčajne je založená na hroznom hneve voči svetu. Narcistická osobnosť **musí byť v strede pozornosti**. Vyžaduje od ostatných absolútnu lojalitu. Ale sama nie je schopná venovať akúkoľvek pozornosť niekomu inému. Nie je schopná byť lojálnou voči druhým. Ak niečo nejde ako si to ona želá, exploduje v hneve. Poznáme takých ľudí, však? Máme ich v komunitách.

Ale keď hovoríme o sprevádzaní v povolani alebo o formácii mladých saleziánov, musíme si dať veľký pozor na toto narušenie osobnosti. Lebo opäť, z psychiatrickej literatúry vyplýva, že je iba malá šanca uzdravenia takejto osobnosti. Nehovorím, že sa nedejú zázraky, ale tie záležia na Bohu a nie na nás. My musíme zvážiť, aký impakt<sup>3</sup> bude mať mladý muž s týmito tendenciami neskôr na život komunity, ktorá s ním bude žiť. Môj názor je, že keď pochybujeme o niekom, musíme opatrne zvažovať, či bude schopný v budúcnosti žiť v komunite, bez toho aby neustále ničil túto komunitu. Moje skúsenosti s formačnej práce v Írsku hovoria, že všetci mladí muži, ktorí nakoniec zanechali kňazstvo, boli nakoniec vďační za naše pochybnosti. Môj názor je, že musíme byť veľmi opatrní. A musíme sa rozhodnúť a predložiť tieto naše pochybnosti pred komunitu a pred Eucharistiu.

### ○ *Obsedantno-kompulsívna porucha osobnosti*

Tretia je **obsedantno - kompulsívna** porucha osobnosti. To je narušenie, ktoré vedie k závislostiam. Zlá správa je, že táto osoba sa môže stať závislou na čomkoľvek. Môže byť závislá na modlitbe, na náboženstve, na alkohole, na drogách, na pornografii, na hocičom. Musíme mať jasno v tom, že mladý muž, ktorý má sklony k závislosti predstavuje veľký otáznik.

Robil som s mladými kňazmi, ktorí boli drogovovo závislí. Robil som s kňazmi alkoholikmi, s kňazmi, ktorý boli závislí na sexe. Všetko to sú príznaky narušenej osobnosti. A toto všetko sa ukázalo až po vysviacke. Potom je veľmi ťažké vedieť čo robiť. Môj názor je, že je lepšie zistiť tieto veci pred vysviackou a nájsť týmto ľuďom profesionálnu pomoc. Závislý človek sa lieči roky. A preto sú toto veľmi seriózne problémy, ktorými sa musia zaoberať zodpovední za formáciu a sprevádzanie v povolani.

Podobný problém ako tieto sa týka toho, že život v celibáte treba brať seriózne. A preto musíme dávať pozor, na narušené sexuálne tendencie. Pre mladého muža s narušenou sexualitou bude celibát extrémne ťažký. Musíme si byť vedomí tejto ťažkosti. Preto mnohé kongregácie dnes trvajú na psychometrických vyšetreniach mladých mužov pred vstupom do noviciátu. Tento test pomôže odhaliť, či tento muž má sexuálny problém, problémy so závislosťami alebo anti-spoločenské problémy. Dnes je možné testovať aj sklony k pedofílii. Pre saleziánov je tento test veľmi užitočný. Avšak, v tomto prípade musíme psychológa informovať o tom, prečo sa tieto testy robia. Keď sa tento test robí dobre, trvá to 3-4 dni a je dosť drahý. Ale ja tento test skutočne veľmi doporučujem.

**Otázka:** *Existujú nejaké znaky obsedantno kompulsívnej poruchy alebo to odhalí iba test?*

Áno, tieto osoby si vytvárajú určité rituály. Všetko robia rituálnym spôsobom. Napr. si aj ruky umývajú rituálne. Obsedantívnym znakom u kňaza je prehnaná pozornosť ku kúskom eucharistie. V Írsku sme mali spolubrata - nikto s ním nechcel koncelebrovať sv. omšu. Lebo keď prijímal z kalicha, olízal všetko jazykom. To bol jeho rituál. Dnes už je to veľmi starý muž a už sa neuzdraví. Ako hovoria stanovy, my ho prijímame takého aký je. Ale toto všetko sú prejavy tohto narušenia. V starom rehoľnom jazyku sa to nazývalo „škrupule“.

Každá porucha, narušenosť môže byť odhalená testom. Ale sú narušenia, ktoré môžu viesť k depresiám. A na to tiež treba dávať pozor. Ale tieto tri sú najrozšírenejšie. Zaujímavé, že keď sa Ázia stala technologickou, tieto poruchy začali byť bežné aj v tejto časti sveta. Zdá sa, že za tieto narušenia

---

<sup>3</sup> faktor vplyvu



je zodpovedná spoločnosť v ktorej žijeme. Takže štatisticky významné percento ľudí bude týmito narušeniami trpieť. Reálny problém pre formátora je to, že **formácia nie je terapia**.

- **Úloha formácie**

Byť formátorom znamená snažiť sa o to, aby sa z človeka vynorila saleziánska identita a zároveň byť stále pozorný, aby sme si všimli tieto poruchy osobnosti. Keď je potrebná pomoc, treba ju týmto mladým ľuďom zabezpečiť. Ak to nie je možné, musíme si klásť seriózne otázky, či je daná osoba vhodná pre saleziánsky život. Samozrejme, že toto nie sú bežné problémy, ktoré riešime vo formácii. Rytmus zomierania a vstávania nie je tak zreteľný.

- **Keď starý obraz Boha nefunguje**

Posledný znak procesu zomierania a vstávania, ktorý má veľký význam pre duchovný život zahŕňa situáciu, keď obraz Boha nezodpovedá viere danej osoby. Prečítajme si Žalm 13:

*Ako dlho si na mňa Pane nespomenieš*

*Ako dlho ešte budeš skrývať svoju tvár predou mnou*

*Ako dlho sa budem súžiť..... (Ž 13,2)*

Tento žalm ukazuje zmysel toho čo sa deje, keď obraz Boží nie je adekvátny. A toto je dosť časté v duchovnom sprevádzaní. Stretávame ľudí, ktorí vyrástli a ich predstava Boha už nestačí. Sú zmätení z toho, že stratili obraz Boha a myslia si, že stratili vieru. Toto je veľmi bolestivá situácia.

Moje skúsenosti hovoria, že toto je ten najčastejší problém, ktorý riešim a stretávam sa s tým aj u kňazov. Príde za mnou kňaz a povie: „*Otče, neviem čo mám robiť ale ja strácam vieru v Boha.*“ Často sa ich pýtam: „*V akého Boha?*“ Pretože jednoduchá príčina je tá, že sa im zrútila ich predstava Boha. A dobrý duchovný sprievodca je expert aj v tejto oblasti.

V Starom zákone, je okolo 25 obrazov Boha. Niektoré sú mužského rodu, niektoré ženského, niektoré obrazy sú zvieracie. Obrazy Boha ako medveďa, orla... Veľa mužských obrazov ako hrdina, bojovník, sudca, otec... Prípadne postava matky a potom ľudia, ktorí majú svoje vlastné predstavy o Bohu. A to nevyhnutne vedie k tomu, že majú takéto krízy.

Takže, keď načúvam rytmu duše, načúvam aj moci predstavivosti osoby. Kresťanská tradícia hovorí (teraz to znova objavila psychológia), že pamäť a predstavivosť sú úzko späté. Môžeme teda predpokladať, že obraz Boha je založený na našich spomienkach. Najpravdepodobnejšie sú spomienky na otca a matku. Problém s obrazom Boha odhaľuje ťažkosti, ktoré sme mali s rodičmi. Ak sme mali dobré vzťahy náš obraz Boha bude pekný a dobrý. Ak sme mali problémy s rodičmi, máme negatívny obraz Boha. Ale obe predstavy vedú ku kríze. Máte k tomu otázky?

- **Otázky**

- Ak má nejaký brat problémy s týmito poruchami a žije už v komunite, je to utrpenie pre neho samého a je to utrpenie aj pre komunitu. Má potom nejaký význam nútiť ho k tomu aby ostal žiť v komunite alebo sa mu má umožniť odchod z komunity a žiť mimo komunity?

*Budem citovať dona [Vecciho](#)<sup>4</sup>. V Bruseli pred pár rokmi sme položili túto otázku. A odpoveď bola, že provincia musí vedieť tento problém riešiť tak aby zabezpečila každému žiť bezpečne svoje sľuby (prirovnal to k poistnému ventilu). Takže je doporučené nájsť pre takého brata vhodné miesto, kde by mohol v samote žiť. Je to ťažké, lebo máme zodpovednosť za toho brata a máme zodpovednosť aj za komunitu. A je to otázka rovnováhy. Moje skúsenosti z Írska však hovoria, že takíto ľudia väčšinou sami opustia komunitu. Ale niektorí nechcú a potom komunita trpí.*

---

<sup>4</sup> hlavný predstavený saleziánov v rokoch 1995-2002

- Myslím si, že máme zodpovednosť za našich bratov. Ale ja to prežívam tak, že si myslím, že väčšiu zodpovednosť mám za tých, ktorí sú normálni a potom sa treba viac venovať týmto, ako sa venovať a zachraňovať tohto jedného a dovoliť aby tí ostatní trpeli.

*Naša hlavná zodpovednosť je za kvalitu komunitného života. Tieto mimoriadne rozhodnutia treba robiť, keď na to príde.*

- Ako pomôcť najsť mladému človekovi zo sídliska, ktorý je úplne „rozbitý“ (rodina nefunguje atď), správny obraz Boha?

*Je to veľmi ťažké. Lebo základ obrazu Boha tvorí rodina. Hlavný obraz Boha je otec. A keď sa rozpadne rodina, je to práve otec, ktorý odchádza. Potom tu máme mladého človeka bez otca. Potom musíte byť veľmi opatrný ohľadne obrazu Boha. Lebo tento človek bol opustený otcom. A bol aj otcom odmietnutý. Títo mladí majú problém s autoritou, je pre nich ťažké poslúchať.*

*Pretože sa rodina rozpadla a pôsobia tu aj iné kultúrne tlaky, **mentalita mladých ľudí sa dramaticky zmenila v posledných rokoch. Táto zmena súvisí s narcizmom a manifestuje sa v individualizme.** Mladí ľudia dnes žijú na seba zameraný život. Všetko je dočasné. Nie sú schopní robiť dlhodobé záväzky. V občianskom živote často menia prácu. Často menia priateľov, často menia partnerov. Toto všetko si prinášajú so sebou aj keď chcú žiť rehoľný život.*

*Kvôli tomuto narcistickému základu, ich hlavným cieľom je zábava. A keď končí zábava, idú niekde inde. Žijeme v civilizácii zábavy. Aj náboženstvo je vnímané ako akási forma zábavy. Preto ak sa im niekedy omša zdá byť nudná, viac na omšu nejdú. Ak sa nudia pri modlitbe, viac sa nebudú modliť. Musíme si uvedomiť, že toto správanie je symptomatické a odzrkadľuje túto chorú spoločnosť. A vhodná **terapia** pre to **je autentická spiritualita.***

*Našou úlohou je **ponúknuť** tejto narcistickej **spoločnosti spiritualitu, ktorá jej prinesie uzdravenie.** Minulý rok Vatikán zverejnil dokument o [New Age](#)<sup>5</sup>. A tam bolo jednoznačne aj tvorcami hnutia New Age priznané, že spiritualite New Age je narcistická. Je veľmi dôležité pre tých, ktorí pracujú s mladými ľuďmi vo formácii, aby chápali podstatu narcistickej spirituality. Aby im pomohli oslobodiť sa a nájsť cestu k integrovanej spiritualite, ktorá bude podporovať ich životné záväzky namiesto toho aby mali iba dočasné záväzky.*

*V Írsku, Anglicku, Holandsku a Belgicku sme uvažovali nad tým, aby sme mladým dovolili mať iba dočasné sľuby, napr. na 3 roky. Ale v našej tradícii to nemá opodstatnenie. A ja osobne nezastávam túto myšlienku. Lebo to by bolo akoby sme prijali túto narcistickú spiritualitu. Táto narcistická spiritualita je vírusom a potrebuje liek.*

*Je dôležité aby sme chápali kultúru a spoločnosť, v ktorej pracujeme. Pamätáte si na diskusie v EU, či sa má Boh spomínať v Ústave EU. A Boh prehral. Boh nie je spomenutý. Je to modelom toho, aký majú vzťah politici k viere. Prípadne vzťah štátu a cirkvi. A toto sa začalo francúzskou revolúciou a dnes je to dominantné. Žijeme v čase, keď politici preferujú sekularizmus a nemajú čas na duchovnú stránku života. Je to verejná skutočnosť. Lebo politika je verejná. Náboženstvo a spiritualita je niečo súkromné. A to je tiež dôležité. Lebo veľa mladých ľudí, ktorí nás budú v budúcnosti viesť, sú touto mentalitou utváraní. Stretol som sa s mladými saleziánmi a s mladými kňazmi, ktorí si myslia, že ich viera je čisto ich súkromnou záležitosťou. Keď použijem citát zo Stanov, namiesto aby boli nositeľmi Boha, tak Boha zakrývajú. A toto sú témy, ktorými sa budú musieť formátori zaoberať.*

*Kardinál Ratzinger napísal novú knihu [Európa](#)<sup>6</sup> v taliančine a ja ju každému doporučujem, lebo táto kniha nám pomáha pochopiť to, čo sa deje v Európe a aké stanovisko k tomu zaujíma Cirkev.*

<sup>5</sup> Ježiš Kristus – prameň živej vody, kresťanská úvaha o new age (pápežská rada pre medzináboženský dialóg)

<sup>6</sup> Joseph Ratzinger: Európa, jej základy v súčasnosti a v budúcnosti, Spolok sv. Vojtecha, Trnava 2005

- **Nebolo by lepšie hovoriť o narcistickej mentalite ako o narcistickej spiritualite?**

*Narcistická mentalita tvorí základ narcistickej spirituality. Hovoríme o spiritualite a je to eklektická spiritualita (tj berie si z každej spirituality niečo ale mení to tak, že sa to nakoniec ničomu nepodobá). Takže ľudia hovoria o „mojej“ spiritualite, o „mojej“ modlitbe. Aj jazyk New Age je egocentrický. Takže dobrým technickým označením pre to je narcistická spiritualita. Mnohí z nás ju pravdepodobne máme.*

#### **d) Počuť čo je skryté**

Rád by som dokončil to, čo sme hovorili o rytme duše, o umieraní a vstávaní. Naším cieľom je naučiť sa načúvať. Naučiť sa počuť to, čo je povedané a aj to, čo ostáva skryté. Dôvod je veľmi jednoduchý. Chceme podporiť radosť z toho, že človek nájde hlbší zmysel života. Je tu však jeden nebezpečný moment. Skôr ako prejdeme k vstávaniu, musíme stráviť určitý čas na púšti. Psychológia volá toto miesto ako pustý, prahový<sup>7</sup> priestor. Vidíme to na morskom brehu. Je to priestor kde končí zem a začína more. A je to priestor, kde sa prelievajú vlny. Prichádzajú a odchádzajú. Tento prahový priestor je nepredvídateľný a my sa cezeň musíme dostať. Aby sme sa dostali od smrti k životu. A úloha duchovného sprievodcu alebo formátora je, aby rozpoznal, kedy sa osoba nachádza v tomto stave. A musí byť schopný ponúknuť mu podporu a povzbudenie.

Keď to mám povedať inými slovami, prahový priestor existuje medzi starými istotami, ktoré už zmizli a novými istotami, ktoré ešte neexistujú. Alebo medzi starým obrazom Boha, ktorý už zomrel a novým obrazom Boha, ktorý sa ešte nevytvoril. Takže ako vidíte to staré už nám viac neslúži a to nové sa ešte nezrodilo.

Tento prahový priestor vzbudzuje odpor, obranu. Narastá úzkosť, strach. Je dôležité aby duchovný sprievodca/formátor chápal tento odpor a strach. A musíme si uvedomiť, že tento odpor sa bude prejavovať aj fyzicky, ako fyzický pocit. Je to akési napätie. Keď niekomu načúvate a vy sami cítite tento pocit, možno v tom okamžiku pociťujete svoje vlastné rezistencie. Má to však aj druhú stránku. Ak mi niekto rozpráva veľmi bolestivý príbeh a ja vidím, že je kludný až šťastný, môže sa dokonca usmievať a ja sa cítim zle, potom ja cítim jeho pocit. Lebo on ho ešte nie je schopný cítiť. A toto sa stáva veľmi často. Je dôležité aby sme rozumeli, či to čo pociťujem je môj vlastný pocit alebo pocity osoby, ktorá práve hovorí.

- **Čo bráni rozvoju autentickej spirituality**

Nebezpečenstvo je, že mi máme tendenciu blokovať povstanie toho nového. Dôvod prečo odporujeme, prečo sa bránime tomu novému je, že máme egocentrickú mentalitu. A táto egocentrická mentalita nám bráni rozvíjať skutočnú, pravú spiritualitu. Európska spoločnosť v ktorej dnes žijeme považuje egocentrickú mentalitu za normálnu. A to je skutočný problém. Lebo duchovný sprievodca sa snaží pomôcť ľuďom tým, že im musí vysvetliť, že to čo považujú za normálne je vlastne ten ich problém. **Egocentrická mentalita vedie k slepote.**

Navrhoval by som vám aby ste premýšľali o 8 kapitole Markovho evanjelia. Tam vidíte, že učeníctvo začína až vtedy, keď sa uzdravíme z našej slepoty. A ja dnes vidím slepotu ako výsledok egocentrickej mentality. Tento postoj zaslepuje veľa domén našich vlastných skúseností. Následne, egocentrická mentalita spôsobuje veľa bolestí, ktoré prežívame. Zapríčiňuje naše problémy v komunitách. Nie je to egocentrická mentalita niekoho druhého ale moja. Ak máme v komunitách konflikty a nedorozumenia, toto je príčinou. A sme v biblickej situácii, keď slepý vedie slepého. Alebo jednooký je medzi slepými kráľom.

Problém je, že si vytvárame úplne pomýlený a nekompletný obraz o nás samých a tých druhých. A zriedka si túto skutočnosť uvedomujeme. A tento falošný obraz nás vedie spirituálne a sociálne nebezpečným smerom. Vedie nás na temné miesta, vedie nás k strachu zo života a z druhých

---

<sup>7</sup> okrajový, limitný

a možno najnebezpečnejšie zo všetkého je, že nás vedie do vysnívaných svetov, ktoré nás odtrhávajú od reality, takže nie sme schopní rozlíšiť naše predstavy od skutočnosti. Niekedy si ľudia myslia, že práve toto snenie je spiritualita.

- **Ego túži kralovať**

To, čo nás učí učeníctvo, je veľmi dôležité. Musíme zmeniť náš spôsob prežívania nášho života, musíme zmeniť spôsob ako život interpretujeme. A musíme zmeniť naše očakávania, ktoré máme vďaka nášmu falošnému videniu sveta. To znamená, že musíme rozumieť tomu, čo sami prežívame. Všetky tieto fenomény prebiehajú v našej vnútornej krajine, v nás. Je tam všetko. Myšlienky, emócie, očakávania, sny, spomienky, obrazy, vnemy, predstavy a pod. Naše ego tam žije tiež. A problém je v tom, že naše ego hoci je iba jedným prvkom z mnohých, si myslí, že všetko je v ňom. Ale ego tvorí iba jednu časť. A to je problém.

My musíme dovoliť nášmu egu, aby bolo maličké. Musíme rozlišovať medzi egom a vlastným ja. Ja to je celok, a iba malý bod v tomto celku je ego. Problém je, že ten malý bod si myslí, že je všetkým. V spiritualite sa snažíme pomôcť ľuďom, aby si ego našlo svoje správne miesto. Ako sluha celku. Nie ako pán/majster celku. V egocentrickej mentalite ego, ktoré je malou časťou mňa, dominuje všetkému. Pravá spiritualita ma lieči od tohto dominantného ega. Toto je moje vyššie ja, podvedomie, vedomie, nižšie ja<sup>8</sup>. Ego je jedna časť vedomia. Netvorí všetko, čo som. Preto v spiritualite musíme sami zmeniť chápanie svojho ega. Musíme pochopiť, že ego nám má slúžiť. A jadro nášho ja tvorí duša. Takže ego má slúžiť mojej duši. Ale ego obyčajne dušu ignoruje. Namiesto služby hľadá zábavu.

- **Návrat k reflexii**

Znova sa musíme naučiť meditovať, lebo v meditácii môžeme zakúsiť bohatstvo prúdu, ktorý je v nás - obrazy, myšlienky a pod. Musím sa naučiť nechať to všetko prúdiť bez toho, aby som sa na niečo zameriaval. Lebo inak ma oslepujú voči tomu, čo je Božské. Napr. som veľmi nesústredený v modlitbe. A potom zažijem nádherný pocit, keď sa mi podarí sústrediť. A keď si potom poviem: „*Ó teraz sa modlím.*“, to znamená, že práve vtedy som sa vlastne modliť prestal. Modlitba je pohyb od egocentrického života. Je to pohyb od uvedomovania si seba k uvedomeniu si Boha. Egocentrický život nám v tom bráni.

Nehovorím o tom, aby sme utiekli zo sveta. Hovorím o tom, aby sme začali brať svet iným spôsobom. Aby sme transformovali<sup>9</sup> našu myseľ. Aby naše ego pochopilo, že je iba malou časťou. To je základ radosti v živote. Vrátiť sa do sveta ako Ježiš s bezpodmienečnou láskou.

Rád by som vám položil niekoľko otázok. **Nachádzate šťastie, keď si splníte svoje túžby? Alebo ste šťastný, keď objavíte v Kristovi svoje skutočné človečenstvo?** To je rozdiel medzi egocentrickou mentalitou a kontemplatívnou mentalitou.

**Hľadáte šťastie vo svojej spokojnosti? Alebo sa snažíte nájsť svoju ľudskosť a vďaka tomu hľadať šťastie pre druhých?** Egocentrická mentalita hľadá šťastie pre seba. Kontemplatívna mentalita nachádza šťastie vtedy, keď niekoho spraví šťastným. Sú to dve, úplne protikladné dynamiky. To je význam článku 17 v Stanovách ktorý sa volá „Optimizmus a radosť“: *Salezián nestráca odvahu v ťažkostiach lebo úplne dôveruje Otcovi.*

- **Stála potreba obviňovať**

Som schopný prežívať tento článok Stanov? Nebudem schopný pochopiť to a prežívať to, keby som všetky moje vzťahy zakladal na mojej egocentrickej mentalite. Aby som to dosiahol, musím byť rozjímavým človekom. Znamená to niečo veľmi zaujímavé. Ale zároveň aj niečo, čo je veľkou výzvou. Musím sa naučiť ako prijímať všetky okolnosti svojho života. Všetky okolnosti. Musím sa naučiť skúmať ako vplývajú na moje slepé miesta, to čo neviem. Musím vidieť ako manipulujú moje túžby

---

<sup>8</sup> obrázok nie je k dispozícii

<sup>9</sup> premenili

a očakávaní. Lebo tieto slepé miesta a očakávaní tvoria základ strachu zo života a sklamaní. Nabudúce, keď budete sklamaní, keď sa budete cítiť ohrození položte sami sebe túto zaujímavú otázku: „Keby som žil viac kontemplatívne bol by som schopný toto prijať?“ Keď však žijem egocentricky, cítim potrebu za to niekoho obviňiť. Začneme viniť ľudí za svoje trápenie.

Až keď začnem otvorene reflektovať na okolnosti môjho života, až potom začnem dávať svojmu životu skutočný duchovný rozmer. Keď môj život bude mať autentický spirituálny rozmer, budem schopný rozpoznávať moje očakávaní a dôvody mojich strachov. A s pomocou Krista obnoviť kontakt s mojou skutočnou ľudskosťou. Toto je opakom úniku od reality. Či už je to útek k hmotným veciam, alebo k zábave, do sveta fantázie. Aj keď tento svet fantázie sa bude týkať duchovných vecí.

- **Kto je v centre?**

Ako spoznám, že ten môj spirituálny svet je reálny? Ako spoznám, že moje duchovné zážitky nie sú iba mojou fantáziou? Je jednoduché nájsť rozdiely. Kto je v centre? Ak som ja v tomto centre, asi je to iba fantázia. Ak je v centre Boh, bude to potom skutočné. Zaujímavá otázka, že?

Týmto spôsobom sa stávame autonómnyimi voči silám, ktoré sú okolo nás. Lebo začíname žiť svoj život vnútorne, hlboko v nás. A veci okolo nás postupne strácajú svoju moc nad nami, už nás nemôžu zničiť a narušiť náš kontakt so skutočnou ľudskosťou. Obnovenie spojenia s našou skutočnosťou ľudskosťou vytvára základ pre náš duchovný a kontemplatívny život. Keď budeme meditovať 2 kapitolu saleziánskych Stanov o Duchu Svätom, toto tam jasne nájdeme. Výzva v tomto článku je, aby sme sa stali skutočnými ľuďmi. Skutočným človekom, ktorý stojí v prítomnosti Boha. Byť skutočným človekom stojacim v prítomnosti Boha znamená slúžiť bratom a sestrám. A to je kontemplácia v činnosti - článok 12: *Keď robíme všetko pre bratov a sestry z lásky k Bohu, stávame sa kontemplatívni ako don Bosco.* Nemôžem však byť kontemplatívny v činnosti ak žijem egocentricky. Je to tak jednoduché.

Ako to dosiahnem? Dosiahnem to tak, že sa budem cvičiť jemnej a inteligentnej disciplíny. Článok 15. Meditujte článok 15 a uvidíte, že meditácia vás dovedie k tomu, že je možné sa dopracovať k jemnej inteligentnej disciplíny. Táto disciplína je založená na ľudskej prirodzenosti a podporuje rast. Meditujte o článku 17: *„Salezián nikdy nestráca odvalu, keď má ťažkosti, pretože ma úplnú dôveru v Otca.“* A to je kontemplácia. To je spojenie s Bohom. To je neegoistický postoj.

Aby sme sa naučili prežívať tento obsah našich Stanov, musíme zmeniť centrum nášho života, našej existencie. Musím sa pohnúť od mojej existencie postavenej na mojom ego k tomu, čo František Saleský nazval najvyšším miestom mojej duše, lebo práve tam je Boh. To je saleziánska spiritualita. Žijem zo stredu svojej bytosti, kde je Boh. Nie z miesta kde je moje ego. Stanovy sú toho plné.

Napr. dôraz na optimizmus, vyzdvihovanie ľudskosti, trvanie na vlúdnosti, zdôrazňovanie služby, láskavosti – to je o kontemplatívnom spôsobe života. A to od nás vyžaduje aby sme chápali ako to všetko vnútorne funguje. Avšak, keď žijeme ego, zaujíma nás viac ako veci fungujú zvonka. Zvlášť, ak tie vonkajšie veci majú na nás vplyv. Kontemplácia je niečo iné. Dúfam, že teraz chápete, že kontemplácia nie je iba sedenie pred eucharistiou. Kontemplácia je permanentný stav.

- **Objať všetkých a všetko**

*„Salezián sa nikdy nepoddáva ťažkostiam, lebo je poslom radostnej zvesti a je teda vždy radostný. Vyžaruje radosť a je schopný vychovávať ku kresťanskému spôsobu života. Slúžme Pánovi s radosťou.“* Nemôžem to robiť ak nežijem kontemplatívne. Tento spôsob života nás volá k tomu aby sme sa úplne poznali. Kontemplácia nás mení a mení náš koncept ľudskosti a koncept ľudskosti tých druhých v našom živote. A toto sa môže stať iba vtedy, keď nie sme pod vplyvom nášho ega. Keď sa oslobodíme od ega, začneme veci vnímať odlišne. Ak sme egocentrickí, vnímame ľudí inak ako seba. A žijeme vo svete odlišnosti. A to nás oddeľuje. Kontemplácia nám pomáha sa cez to dostať. Pomáha mi priateľsky prekonať rozdiely.

Stanovy, článok 7 a 14: *„Naše povolanie nás volá aby sme boli hlboko zjednotení zo svetom a jeho dejinami.“* Toto nie je založené na rozdielnosti a separácii. Je to založené na kontemplácii a na



spojení. Článok 14: „*Naše povolanie je smerovane prednostne k mladým. To, že ste mladí mi stačí na to, aby som vás miloval. Táto láska je výrazom pastoračnej lásky a dáva význam celému nášmu životu.*“ Znova. Toto nemôžeme prežívať ak máme egocentrickú mentalitu. Toto si vyžaduje kontemplatívnu mentalitu.

Keď spoznáme našu základnú ľudskosť v Kristovi, začneme ju rozpoznávať aj v druhých. Povedané inými slovami, poznávanie a vývoj mojej vlastnej ľudskosti nie sú narcistické. Lebo ma uschopňuje spoznávať mojich bratov a sestry a pochopiť, že som s nimi spojený. **Kontemplácia lieči narcizmus.** Kontemplácia lieči moju izoláciu, lieči moju samotu. Inak povedané, kontemplácia podporuje prepojenie a tak umožňuje aby sa rozvíjala moja identifikácia s druhými. Kontemplácia nás vedie nad hedonistický a prospechársky spôsob života. Saleziánska kontemplácia je vo svojom základe dialogická. Je to základ našej schopnosti vytvárať si vzťahy s mladými ľuďmi. Bez ohľadu na to ako sme starí. Kontemplácia nám pomáha nadviazať kontakt, aj keď sme v hlbokom mlčaní. A keď s niekým vstúpime do dialógu, zvlášť v duchovnom sprevádzaní, potrebujeme byť kontemplatívni.

- **Kontemplatívna a egocentrická mentalita - sú to dva protichodné pojmy?**

Áno. Sú v protikladne a vedú život opačnými smermi. Problém v našich formačných komunitách je, že k nám prichádzajú mladí ľudia silne egocentrickí. Takí sú, tak sú vychovaní. A my musíme byť trpezliví a povzbudzovať ich k tomu, aby rozvíjali kontemplatívny spôsob života. Moje skúsenosti hovoria, že skutočne kontemplatívna mentalita sa málokedy objaví skôr, než má človek 30 rokov. A nikto vám nemôže zaručiť, že sa v našom živote plne rozvinie. Na jednej strane je realita a na druhej je ideál.

#### **e) Kontemplatívne načúvanie nám umožňuje prístup k širokému spektru tém<sup>10</sup>**

Téma podobnosti je veľmi dôležitá, lebo sa pokúšame rekonštruovať identitu a identita nevyhnutne vyžaduje nejaký vzor, nejaký model. Napr. väčšinu z toho, čo viem o saleziánskej kontemplácii som sa naučil od saleziánskych kňazov. Od veľmi svätého muža, s ktorým som mal veľa dlhých rozhovorov. Študoval som túto tému teoreticky a šiel som za ním, aby som zistil, či sú tie teórie pravdivé. Ja som mal teóriu a on mal skúsenosti. A toto je nádherné a to je to čo myslím pod slovom podobnosť.

*Keď začneme načúvať hermeneuticky, lepšie povedané keď načúvame kontemplatívne, to nám umožňuje konfrontovať otázky rozdielnosti a ich dopad na formačný program. Poďme ďalej niekoľko viet. Jednoducho, kontemplatívne načúvanie má schopnosť prestúpiť akúkoľvek povrchnú nesústreďenosť a dosiahnuť hlbokú podstatu prameňa všetkých duchovných vecí. Vo svojej najrozvinutejšej forme je uvoľnené, bdelé a slobodné od predsudkov a obáv.*

Toto je veľmi dôležité pre duchovného sprievodcu. A ešte dôležitejšie je to pre niekoho, kto robí formáciu alebo sprevádzanie v povolani. Pokračujeme v čítaní: *Načúvanie je vedomé, bdelé a chápujúce. Pokiaľ sa praktizuje sústavne, prebúda nemanipulovateľné vedomie, ktoré je schopné vnímať ako kvalitu vedomia samotného ako aj jeho obsah. Nemanipulovateľné vedomie je charakteristika kontemplácie. Pri otvorení tohto kontemplatívneho vedomia pomocou meditačného stíšenia je nevyhnutne podrobená výzvam aj osobná história, citlivosť, očakávania, úzkosti a názory duchovného sprievodcu. Je dôležité aby sme si to uvedomili a aby sme dovolili aby sa to skutočne stalo. Pri hľadaní pravdy a Božej vôle sa často vynárajú vnútorné kompromisy, najmä ak bolo hľadanie pravdy odložené, ak sa mu odporovalo alebo ak ostalo uväznené v sieti rôznych vysvetlení, konštrukcií a interpretácií. Aby sa človek vyhol dôsledkom vlastnej duchovnej skúsenosti, dokáže byť neskutočne vynachádzavý.*

<sup>10</sup> vid'. strana 3 v poznámkach – ktoré nemáme k dispozícii



- **Hľadieť na osobu bezpodmienečne**

Musíme to pochopiť. Snažíme sa robiť kompromisy. A keď sú kompromisy súčasťou duchovného sprevádzania, to je vždy veľmi nebezpečné. Zamyslime sa na chvíľku - ak pracujete s niekým, koho máte radi, tak prichádzate s jedným určitým postojom voči nemu. Väčšinou zaujmete postoj súhlasu. Keď pracujete s niekým, koho nemáte radi, zaujmete postoj nesúhlasu. A je tu aj iné nebezpečenstvo. Niekedy zistím, že robím duchovné sprevádzanie človekovi, ktorý má ten istý problém ako ja. A ak ja sám zatiaľ nedokážem riešiť tento problém sám pre seba, zabránim aj tomu človekovi aby ten problém riešil. Môj odpor k veciam vo mne mi zabráni, aby som to počul v príbehoch iných ľudí. Keď mám kontemplatívnu myseľ, budem počuť tento odpor v sebe samom, ktorý ma bude nútiť k zmene. A keď začnem pracovať na týchto veciach sám v sebe, oslobodím aj tú druhú osobu, aby s tým mohla tiež pracovať. Preto je dôležité chápať tento vzťah ako dialóg. Čo nechcem objaviť sám v sebe odmietnem objaviť aj v niekom inom. Čiže my musíme vedieť načúvať aj vlastnej rezistencii.

Duša pracuje cez pohyb. Musíme byť experti aby sme vedeli odhaliť tieto pohyby sami v sebe. Iba tak môžeme byť s druhým človekom v kontemplatívnej slobode. Aby sme nestáli v sebaobrane, aby sme nesúdili ale aby sme boli chápací, súcitní, jemní, inteligentní. Tak vyzerá saleziánska kontemplácia. Náš spôsob života nám nedovoľuje stráviť hodiny v tichu. Naša kontemplácia je teda viac naša mentalita. Ale je to mentalita, ktorá rastie cez rozjímanie. Saleziánska kontemplácia má kapacitu pre to, čo filozofi nazývajú dvojité vedomie. Lebo si uvedomujeme dve veci zároveň. Uvedomujem si ľudí, svet, človeka s ktorým práve hovorím a simultánne si uvedomujem Boha. To je saleziánska kontemplácia. To rastie cez rozjímanie. Salezián, ktorý odmieta meditáciu, salezián, ktorý má odpor k meditácii blokuje svoj vlastný kontemplatívny rozvoj.

Stanovy nás vyzývajú ku kontemplatívnejmu spôsobu života. Je veľmi dôležité aby sme to pochopili. Je to srdce toho, kým sme. Je to srdce toho, kým bol don Bosco. A toto je spôsob ako robíme duchovné sprevádzanie. Ja som tu, uvedomujem si sám seba, uvedomujem si druhú osobu a uvedomujem si Boha, ktorý je prítomný v nás a mimo nás. A to je moja zodpovednosť, aby som si udržal toto vedomie. Pretože je dôležité, aby som ako duchovný sprievodca cez hovorené slovo a rozprávanie druhej osoby o svojom živote chápal sám seba pred Bohom. Ja kontemplujem Boha v živote druhej osoby. Ja kontemplujem Boha v príbehu druhej osoby. Nepočúvam lebo som zvedavý. Počúvam pre Boha. Je celkom možné, že osoba, ktorá so mnou rozpráva, si Boha vôbec neuvedomuje. Ja túto osobu musím jemne viesť k tomu hlbšiemu vedomiu.

- **Návrat ku koreňom**

Don Bosco a ďalšie veľké postavy saleziánskej spirituality to rozvinuli k dokonalosti ako to môžeme vidieť v pamätiach oratória. Myslím, že najdôležitejšou knihou v saleziánskej tradícii, aby sme sa naučili ako robiť duchovné sprevádzanie, sú [Pamäti oratória](#). Je to kniha, ktorú by mal každý salezián prečítať niekoľkokrát počas svojho života. Ukazuje nám zápasy don Bosca, jeho zápasy so životom, s problémami, s chorobou, so sklamaniami, a ukazuje nám, ako sa don Bosco vynára z týchto ťažkostí ako Boží muž. Aj keď hovoríme o don Boscovi, že bol svätý, musel žiť svoj život. A to je ten život, ktorý môžeme vidieť v pamätiach oratória. Sú tieto pamäti dostupné tu v Európe, vo vašom jazyku? Áno, je to v počítačovej forme. Aj keď je to na disku, ja by som navrhol, aby ste to mali ako knihu, aby to mohol študovať každý salezián vo formácii.

## f) **Spiritualita a svätosť**

Je ťažké dnes definovať spiritualitu. Pred tým, než zopakujem niektoré veci, rád by som vysvetlil rozdiel medzi svätosťou a spiritualitou.

- **Svätosť** je dar Boží. Nie je to ľudská vlastnosť. Je to Božia vlastnosť a preto to nie je niečo, čo sa vyvinie v ľudskom slova zmysle.
- **Spiritualita** je ľudská vlastnosť. A spiritualitu môžeme rozvíjať.

Preto máme tak veľa neurotických svätých. Lebo neuróza nebráni svätosti. Inak by sme nemohli hovoriť o sv. Dominikovi Saviovi. Je svätý lebo má svätosť. Nie preto, že mal vysoko vyvinutú spiritualitu. Mal spiritualitu 15 ročného chlapca. Ale jeho svätosť je svätosť svätého. Musíme teda dobre chápať rozdiel medzi svätosťou, čo je pôsobenie Ducha Svätého vo mne a spiritualitou, ktorá charakterizuje moju zrelosť.

Preto hovoríme, že seriózna spiritualita začína až keď osoba dosiahne dospelú zrelosť. Musíme si to uvedomiť, keď robíme duchovné sprevádzanie. Mal som tú česť – dva krát v živote som robil duchovné sprevádzanie ľuďom, ktorí mali svätosť. Mali slabé vzdelanie a veľa nerozumeli. Nedokázali o tom hovoriť. Ale z ich správania, ako sa správali k iným ľuďom bolo jasné, že sú svätí. Je možné, že niektorí naši klerici alebo mladí bratia sú svätí? Všetko je možné. Ale ja by som odporúčal, aby sme sa im venovali a pomáhali im rozvíjať ich spiritualitu.

Vrátíme sa ku spiritualite. Rád by som vás upozornil na niektoré témy. Typy definícií, ktoré môžeme nájsť v knihách. Existujú tri druhy definícií.

- Tie, ktoré vychádzajú z **náboženských tradícií**. Sem patrí aj saleziánska spiritualita. Pretože táto vychádza z kresťanskej tradície a je jednou formou kresťanskej spirituality. A to, čo robí náboženskú definíciu spirituality špecifickou je Boh.
- Potom sú definície, ktoré vychádzajú **zo sekulárnych tradícií ktoré uctievať posvätno**. Napr. budhizmus. Lebo budhisti nehovoria o Bohu. Oni sú funkční ateisti. Lebo nehovoria vôbec o Bohu. Keď rozprávam s budhistom nehovorím o Bohu, lebo to nedáva žiaden zmysel. Robiť dialóg medzi kresťanom a budhistom môže byť veľmi zaujímavé. Mal som dva krát možnosť robiť duchovné sprevádzanie budhistom. Je to úžasne zaujímavé, že kresťan robí duchovné sprevádzanie budhistovi. Pracovali sme na úrovni našich skúseností. Nie na úrovni teológie. Problém s New Age spiritualitou je, že táto spiritualita preberá veľa vecí z budhizmu. Keď pracujete s mladými ľuďmi, ktorí sú ovplyvnení spiritualitou New Age – nebuďte prekvapení, keď tam nájdete budhistickú príchúť. Najväčším protivníkom kresťanskej spirituality v Európe dnes, je spiritualita New Age. New Age spiritualita tvrdí, že kresťanská spiritualita je neadekvátne, irelevantná alebo dokonca, že utláča ľudí a preto musí byť odmietnutá. Má korene v starej európskej ezoterickej spiritualite. To je spiritualita tajných spoločností. Do 19. storočia udržiavala určité spojenie s kresťanstvom. Pod vplyvom niektorých významných filozofov, zvlášť Giordana Bruna, spojenie medzi ezoterickej a kresťanskou spiritualitou bolo zničené. Na konci 19. a začiatkom 20. storočia dostala orientálny kontext. Najviac sa o to pričínala [Helena Blavatská](#) – ruská žena. Spolu s ďalšími založila teosofické hnutie a dnešná spiritualita New Age je teosofická a ezoterická. Videl som na nástenke reklamu na liečiteľku Reiky. Reika je príklad New Age spirituality – kanáluje/smeruje duchovné sily, ktoré sú niekde inde a má to svoju vlastnú formu mysticizmu. Musíme byť však veľmi opatrní na Reiku. Lebo veľa liečiteľov používa praktiky New Age, aby ľudia konvertovali k New Age. Vôbec by ma neprekvapilo, keby veľa chlapcov, ktorí prídu k nám a chcú sa stať saleziánmi nebolo pod vplyvom Reiky alebo New Age. Preto je našou prácou rozpoznať to a ak je potrebné pri formácii robiť aj evanjelizáciu. Dnes by som bol veľmi opatrný, aby som si myslel, že mladí ľudia, ktorí k nám prídu, sú úplne čisti kresťania. Takže možno nie iba katechizmus ale nová evanjelizácia je potrebná. Ak je potrebná evanjelizácia, potom je príliš skoro na duchovné sprevádzanie. Vyžaduje si to úplne iný proces aby sme týmto mladým mužom pomohli. Predpokladám, že tieto druhy spirituality ovplyvňujú mladých cez hudbu, časopisy, TV a pod. Spiritualita je veľmi rôznorodá. Musím byť veľmi opatrný a nesmiem predpokladať, že ide o plne rozvinutú kresťanskú spiritualitu.
- Tretia definícia vychádza explicitne **zo sekulárnych zdrojov**. Sekulárna definícia spirituality vychádza z toho, že nič nie je tajné, tajuplné, neodkazujú na Boha a sú zamerané na rozvoj človeka. Takže táto spiritualita vlastne popisuje stupeň rozvoja osobnosti. Podobne ako morálka je stav ľudského rozvoja. Takže ak k vám niekto príde v pastorácii a požiada vás

o duchovné sprevádzanie, je dôležité, aby ste nemali predsudky. Až keď začnem s danou osobou rozprávať môžem pochopiť aká je ich spiritualita. Či majú náboženskú spiritualitu, alebo orientálnu alebo ich spiritualita je čisto sekulárna. Robil som duchovné sprevádzanie ateistom. Je to zaujímavé. Ako ja ako kresťan a nesmiem hovoriť o Bohu, lebo niekto vôbec v Boha neverí...

Vzťah s Bohom je prvá téma, ktorá by sa mala vynoriť na duchovnom sprevádzaní. Ale chcem tiež vidieť, či sa spiritualita danej osoby vzťahuje na niečo väčšie ako iba na ňu samu. Takže keď napr. pri svojej pastoračnej práci stretnem ateistu, spýtam sa: „Existuje niečo väčšie ako Ty?“ A to je vždy zaujímavá otázka.

Ďalšia vec, na ktorú si budem dávať pozor, keď budem počúvať príbeh a hľadať spiritualitu vedenej osoby je zmysel pre transcendentné spojenie. Pre veľa mladých ľudí je to dnes spojenie s prírodou alebo so stvoreniami.

Ďalšia vec, ktorú budem vnímať je existenciálne uvedomenie. Pretože z toho vychádza téma zmyslu života. A z ľudského hľadiska je to ten najdôležitejší bod spirituality. Inými slovami, som schopný vybudovať vlastný koncept chápania seba samého, ktorý mi dáva zmysel. To mi dovoľuje pracovať na ďalšej úrovni spirituality, ktorá sa týka integrity osoby. Spiritualita tu pôsobí ako integrujúce centrum osobnosti. Potom hľadáme iné veci ako sú hodnoty, motivácie atď.

Takže nie je až tak dôležité mať presnú definíciu spirituality. Ale je dôležité mať predstavu o tom čo to spiritualita je a potom sa môžem pohnúť ďalej.

- **môže otec Finnegan povedať niečo viac o novej definícii spirituality sv. otca Jana Pavla II. v encyklike Novo millennio ineunte?**

*Spiritualita Cirkvi sa vždy obnovuje. Hlavnou charakteristikou tejto novej spirituality je návrat k Duchu Svätému. Staršie spirituality boli hlavne Kristocentrické a Mariologické. Nová spiritualita sa otvára pre väčšie pochopenie Ducha Svätého. Druhým znakom, je znovuobjavenie Písma Svätého. Napr. Lectio divina. Don Chávez to odporúča celej saleziánskej kongregácii. Tretia charakteristika je znovuobjavenie Eucharistie. Štvrté, je znovuobjavenie komunity, ale nie tak ako to chápeme my saleziáni. Skôr ako priateľstvo, vzťahy. Ďalší aspekt je humanitárna služba. Mnohí mladí ľudia, ktorí sa stali rehoľníkmi, sa stali rehoľníkmi potom, čo sa zapojili do humanitárnej pomoci. Takže aj my saleziáni by sme mali dovoliť mladým dobrovoľníkom aby chodili pomáhať aj do iných krajín. Dvoma ďalšími rysmi, sú znovuobjavenie laickej služby a znovuobjavenie úlohy ženy v cirkvi a spiritualite. Nová spiritualita má veľa nových charakteristík. Niektoré sú tradičné a niektoré sú úplne nové. Stojí za to preštudovať si to.*

### **g) Filtrácia**

Filtrácia je dôležitá technika duchovného sprievodcu. Keď počúvame príbeh druhého človeka, nemáme veľa objektívnych informácií. Duchovný sprievodca nemôže neveriť tomu, čo je mu povedané, ale na druhej strane musí mentálne prehodnotiť slová sprevádzaného. Preto je dobré položiť si pár otázok. Toto sú otázky, ktoré si kladiem ja ako duchovný sprievodca sám sebe (nevyslovujem ich nahlas). To sú otázky, ktoré sa vynárajú v mojej mysli:

- Čo mi vlastne táto osoba hovorí? Na čo sa ma pýta? Čo odo mňa vlastne očakáva?
- Má aj iné problémy ako tie, o ktorých mi tu rozpráva?

Preto je dôležité, aby sme rozlišovali medzi príčinou a symptómom. Keď je tu niekoľko symptómov, potom musí existovať nejaká príčina. V texte dávam niekoľko jednoduchých príkladov. Keď porozbíjam v kuchyni riad, to znamená, že mám nejaký nevyriešený konflikt, frustráciu.

Rozbíjanie riadu je symptóm. Nevyriešený konflikt alebo frustrácia je príčina. **A ja sa musím zamerať na príčinu. Nie na symptómy.**

Iný príklad – hryzenie nechtov je symptóm úzkosti. Úzkosť je príčina. Takže ja sa nezaujímam o hryzenie nechtov ale ja pracujem s touto úzkosťou.

Druhý aspekt, ktorý máme filtrovať, sa týka **hodnotenia potrieb** sprevádzanej osoby. Je päť spôsobov ako o robíme.

- Môžem to, čo mi je povedané brať ako **problém**. Problém je otázka, ktorá má odpoveď, riešenie. Mojou úlohou je poskytnúť informácie sprevádzanej osobe. Ak stojím pred nejakým problémom, poznám riešenie. A môžem danej osobe pomôcť nájsť riešenie.
- Druhá hladina je **riešenie ťažkostí**. Ťažkosti, ktoré nie je ľahké riešiť. To, čo tu môžem urobiť je, že vyjadriť účasť a poukážem na tieto ťažkosti. Musím preto veľmi pozorne načúvať ľuďom, keď mi rozprávajú svoje príbehy. Je rozdiel medzi problémom a ťažkosťou. Problém má riešenie a ťažkosť si vyžaduje viac času na preskúmanie. Musím si položiť otázku, či daná osoba prežíva práve krízu. Kríza je ťažkosť, ktorá si vyžaduje okamžitý zásah. Takže mojou úlohou je pomôcť danej osobe dostať a z tejto krízy. A pomôcť jej nájsť spôsob a zdroje ako sa z nej dostať. V nich samých a potom aj niekde inde.
- Ľudia niekedy prichádzajú na duchovné sprevádzanie a sú v **panike**. Možno si myslia, že spáchali závažný hriech. Panika je stav, kedy ľudia **prestávajú racionálne myslieť**. Mojou úlohou je pomôcť im nájsť racionalitu a kontrolu nad sebou. A potom ich previesť stavom, ktorý sa podobá kríze.
- Nakoniec treba rozlišovať, keď ku mne niekto príde v **šoku**. To je **stav ochromenia**. To je stav, ktorý vyžaduje lekára. Môžem teda navrhnúť danej osobe, aby našla lekársku pomoc. Typickým príkladom môže byť napr. žena, ktorej práve oznámili, že jej manžel bol zabitý. Alebo v saleziánskom dome, skupina študentov mala nehodu a rodičia sú v šoku. Šok je medicínska vec. Musíme byť opatrní, keď sú ľudia v šoku. Vtedy môžu mať samovražedné tendencie. Nebudte prekvapení, keď počujete, že nejaký salezián spáchal samovraždu. Alebo, že kňaz spáchal samovraždu. Duchovný sprievodca nie je trénovaný na to aby sa zaoberal samovraždou. Je to medicínsky problém. Psychiatrická pomoc je potrebná.

Toto je filtrovanie.

## h) Odpovedanie

Než pôjdeme ďalej preberieme Odpovedanie. Pri duchovnom sprevádzaní nastane okamžik, aby som ja hovoril. Musí nám byť jasné akým spôsobom to máme robiť a musíme si osvojiť vyvážený prístup. Vyvážený prístup je popísaný na str. 12. Musím vedieť aký je rozdiel medzi direktívnou a nedirektívnou technikou. Direktívny prístup je, keď niečo učím druhú osobu. Napr. určitému štýlu modlitby. Nedirektívny prístup je, keď druhej osobe pomáham nájsť jej vlastné kapacity, zdroje. Obyčajne pri odpovedaní v duchovnom sprevádzaní, používam zmes oboch prístupov.

Potom sa musím pýtať sám seba ako použijem informácie, ktoré mám. Či použijem niečo z minulosti, s predchádzajúcich stretnutí alebo použijem iba súčasné informácie.

Potom sa pýtam sám seba ako použijem informácie z minulosti vzhľadom na to v akom stave je daná osoba dnes. Musím byť opatrný, aby som nevinil minulosť za to čo je teraz. Dôvod je veľmi jednoduchý. Všetko v živote tohto človeka má svoju príčinu. A tá je obyčajne v jeho minulosti. Ale určité správanie a určité myšlienky slúžia súčasným cieľom. Napr. osoba sa správa určitým spôsobom, lebo ju to robí stredobodom pozornosti. Aj keď je to negatívna pozornosť.

Musím byť schopný nájsť príčinu, prečo sa daná osoba takto správa. Čiže k čomu jej to slúži, čo je za tým. To je dôležitý prvok pri duchovnom sprevádzaní. Lebo to vedie k odpovedi na otázku: „*Čo robí Boh v tejto osobe teraz?*“

Potom musím **rozlišovať medzi pocitmi a správaním**. Lebo obe veci sú dôležité pre tohto človeka. Pre duchovného sprievodcu je veľmi ľahké ostať v rovine pocitov a nepýtať sa na správanie danej osoby. **Zmena správania znamená, že osoba zmenila záujmy. Zmena pocitov znamená, že daná osoba mení svoje myslenie.** A ja sa musím naučiť pracovať s oboma rozmermi. Nakoniec musím byť schopný rozlíšiť duchovný a psychologický rozmer. Je dôležité dodržiavať aj tu rovnováhu. Kapitola 5 v evanjeliu sv. Jána ukazuje, že Ježiš bol pozorný k spirituálnym aspektom bez toho aby zanedbával emočné a psychologické aspekty. A potom list Solúnčanom. „*Kladíme vám na srdce, aby ste napomínali neporiadnych, posmeľujte malomyselných, ujímajte sa slabých, ku všetkým budte zhovievaví.*“ (1Sol 5, 14) To je vyvážené spirituálne aj psychologicky.

- **Úloha pre prácu v skupinách**

Teraz v skupinách sa pozrite na odpovedanie. Nieкто povie príbeh. A ten, kto robí rolu duchovného sprievodcu, sa bude snažiť odpovedať a pri tom použiť týchto 5 úrovní. Budete mať 45 min. na prácu v skupinách.

Podľa nahrávok:

- preložila: Tatiana Betáková
- redakčná úprava: Nasta Strečková

Pozn.: v texte sú zapracované opravy prekladu podľa výkladového slovníka