



Kontemplatívne načúvanie

Techniky na báze duchovného sprevádzania povolania

Dr. Jack Finnegan SDB, PedLic

Celoslovenské formačno – pracovné stretnutie
pre koordinátorov pastorácie povolaní na Slovensku
Donovaly, 7. – 10. apríla 2010

Dr. Jack Finnegan SDB, PedLic

- prednáša na Miltowns Institutions v Dubline, na katedre Teológie Spirituality a Pastorácie. Je predsedom asociácie All Ireland Spiritual Guidance Association – reprezentatívnej skupiny v oblasti duchovného sprevádzania.

Obsah

7. Tmavá noc zmyslov / pokračovanie II.	1
a) Ego v postmodernej kultúre.....	1
• Otázky.....	2
b) Pôvod silného ega v Európe	2
c) Fázy očisťovania	3
d) Túžba versus strach	3
• Otázky.....	3
e) Schématické zhrnutie – duše a ega.....	7
• Otázky.....	8

7. Tmavá noc zmyslov – pokračovanie II.

vid'. nahrávka „temná noc zmyslov / pokračovanie II.“

vid'. video „temná noc zmyslov / pokračovanie II.“

Dnes ráno by som rád pokračoval v téme: temná noc zmyslov.

a) Ego v postmodernej kultúre

Dôvod prečo tomu venujem toľko času je ten, že v poslednom čase sa temná noc zmyslov stala bežnou skúsenosťou. Veľa mladých ľudí, zvlášť tí, ktorí vyrastali v post modernej dobe, prežívajú temnú noc zmyslov veľmi intenzívne. Postmoderná doba je charakteristická veľmi silným egom. Egom, ktoré nadväzuje iba veľmi plytké, povrchné vzťahy z ostatnými ľuďmi a s vonkajším svetom. Takže keď pracujeme s mladými ľuďmi, musíme si uvedomiť, že ich vedomie záväzku je veľmi slabé. Veľmi ľahko sa cítia izolovaní. Ľahko sa cítia odmietnutí a opustení. Majú tendencie žiť vo virtuálnom svete – vo svete, ktorý existuje iba na internete.

Ak má byť ich spiritualita skutočne živá, musí dôjsť k zásadnej premene. Nestačí iba premena ich osobnej identity ale je nutné aby sa uskutočnila premena ich chápania skutočného sveta, toho čo je vo svete skutočné.

Spiritualita väčšiny týchto mladých ľudí existuje iba na internete. Mohli ste si to všimnúť, keď pracujete s mladými ľuďmi. Veľmi rýchlo sa nadchnú a začnú nasledovať nejaký smer, nejaké hnutie ale nevydržia veľmi dlho a rýchlo tento smer aj opustia. Vplyv týchto hnutí na mladých ľudí je zlý, neprirodzený.

Ako mení Duch Svätý takúto mentalitu? Odpoveď znie: prostredníctvom temnej noci zmyslov. Ja sa domnievam, že dnes nemôžeme byť dobrými a rozvážnymi duchovnými sprievodcami, ak nerozumieme ako pôsobí temná noc zmyslov. A ak nemôžeme niekomu pomôcť, keď prežíva túto temnú noc zmyslov.

- **Otázky**

Prečo musí človek tak ťažko bojovať o svoju identitu? Prečo sa to ego až tak nadúva?

Myslím, že preto, lebo Duch Svätý je oveľa mocnejší. Musíme chápať, že zvlášť pre mladých ľudí je zápas o hlbšiu spiritualitu veľmi náročný. Musíme sa naučiť dôverovať konaniu Ducha Svätého. Ego je také naduté, lebo sa to naučilo už od pádu Adama a Evy. Tradičná odpoveď na túto otázku je, že je to dôsledok dedičného hriechu.

Môže dôjsť k rezignácii v boji ega a duše?

Áno a môže to viesť k beznádeji a k depresii. A aj to nám hovorí ako je to dôležité. V týchto prípadoch je potrebné byť s týmito ľuďmi, modliť sa za nich a robiť to čo robiť môžeme. Existuje zaujímavé príslovie. V takýchto prípadoch **je nemožné nepriateľom možného**. Takže my robíme iba to čo sa dá.

b) Pôvod silného ega v Európe

Odkiaľ pochádza silné ego v európskej civilizácii? Vychádza z kolapsu stredovekého myslenia. Je produktom filozofie. Začiatok je v Descartovi: „Myslím, teda som.“ Tu začína silné individualistické ego. Hovoríme tu teraz o histórii 400-500 rokov. A v postmodernej kultúre dosahuje táto filozofia svoj vrchol. Zdá sa, že postmoderná kultúra radikálne zmení chápanie nášho ega a vlastnej identity. Ale to sa zatiaľ nestalo. Takže naďalej musíme pracovať s týmto silným egom.

Silné ego vo mne chce aby moja práca s ľuďmi bola úspešná. Takže aj duchovný sprievodca musí bojovať so svojím vlastným silným egom, svojimi túžbami. Obyčajne sa to deje tak, že on alebo ona (duchovný sprievodca) vynakladá veľké úsilie na to, aby presvedčil sprevádzané osoby, aby ho/ju počúvali, lebo on/ona má pravdu. A obyčajne sa mýli. Zdôrazňovanie načúvania sprevádzanej osobe je dôležité aby sme sa vyhlili tomu, že budeme druhému nanucovať náš pohľad na svet.

Keď sa pozriete na nedávnu históriu Európy, režimy ktoré ľudí utláčali, tak v pozadí môžete vidieť veľmi silné ego. Ego, ktoré vnucuje svoju vôľu všetkým ostatným. A vidíme aký silný bol tento útlak, za ktorým stála veľmi silná vôľa. Takže chceme sa tohto útlaku dopúšťať aj my ako duchovní sprievodcovia? Môže sa to stať tak, že tomu druhému budem vnucovať svoju vôľu. A práve preto sa tak zdôrazňuje kontemplatívne načúvanie.

c) *Fázy očisťovania*

Temná noc zmyslov je prvým stupňom transcencie, stupňom očisťovania a oslobodzovania prostredníctvom duchovnej sily ktorá pôsobí vnútorne na ego.

Samozrejme duchovná sila je silou Ducha Svätého, ktorý pôsobí prostredníctvom duše na ego. A to sa deje pred obdobím prebudenia. **Prebudenie** je veľmi dôležité obdobie pre spiritualitu človeka. Otvára ma aby som bol schopný hlbšieho osobného vzťahu s Bohom. Každý, kto rozvíja svoju spiritualitu, prežil toto prebudenie.

Prebudenie nás pripravuje na to, čo príde potom. Potom príde fáza **očistenia**. Po období očistenia prichádza fáza **osvietenia**. A potom, snáď, nasleduje **zjednotenie** s Bohom. Fázu zjednotenia s Bohom predchádza temná noc ducha.

d) *Túžba versus strach*

V temnej noci zmyslov ego je oslobodené od materialistických túžob, pohnútok, ambícií, našich vlastných hodnôt, priorít a našich vlastných cieľov. Egocentrická identita a egocentrické túžby viac nejestvujú. Ego stráca svoju pyšnú výnimočnosť a aroganciu.

V istom zmysle, temná noc zmyslov pokoruje ego. A Boh môže byť viac prítomný v mojom živote. Skutočná rezistencia existuje iba medzi mojím egom a Bohom. Ego sa musí zmeniť aby Boh mohol aktívne pôsobiť v mojom živote.

Toto sú problémy s ktorými sa stretávame. Pôsobia tu protichodné energie. Energie, ktoré sa stretávajú v človekovi: túžba po zmene (na diagrame vľavo). Túžba poznania a táto túžba odporuje zmene. Má strach zo zmeny. Takže túžba po zmene symbolizuje našu otvorenosť k zmene. Ale toto poznanie predstavuje odpor ku zmene. V duchovnom sprevádzaní to voláme hnutie a proti hnutie. Výsledkom je zablokovanie.

Ak dôjde k zablokovaniu existujú dve cesty ako sa z toho dostať. Prvá cesta je pozitívna a je vnútorná. Druhá cesta je negatívna a znamená to, že ostaneme zmätení. Takže, keď stretáme niekoho kto je zmätený, vieme, že je zablokovaný. A to znamená, že jeho **túžba zmeniť sa je zablokovaná strachom zo zmeny**. Mojou úlohou duchovného sprievodcu je pomôcť sprevádzanému prekonať tento blok tým, že ho upriamim dovnútra. Ako to urobím? Načúvaním, podporujúc tie kroky, ktoré vedú k hlbšiemu pohľadu. Osoba môže povedať: „*Myslím, že by som sa mal viac modliť.*“ A ja sa spýtam: „*Ako ti môžem pomôcť aby si sa viac modlil?*“ Použite vždy ten istý jazyk ako osoba, ktorú počúvate. Ak osoba hovorí o modlitbe, hovorte o modlitbe. Ak osoba hovorí o pôste, hovorte o pôste. Ak hovorí o zviazanosti, hovorte o zviazanosti. Sledujte jej záujem. Duchovný záujem. A to pomôže dostať sa k odblokovaniu.

• **Otázky**

Ak vedený človek stále veľa rozpráva rôzne udalosti zo života. Znova a znova bez prerušenia. Ako dodržať čas? Čo máme spraviť pri takom stretnutí?

Voláme to konfabulácia – je to psychologický termín. Je to znak sebaobrany. A najlepšie, čo môžete urobiť, je čakať. Čakajte v tichu a počúvajte tú konfabuláciu. Načúvajte v tichu. Načúvajte jazyk, ktorý osoba používa. Aj keď konfabulujú, používajú určité kľúčové slová. Napr. mám strach, bojím sa. A mám slovo, ktoré môžem použiť. Takže keď prestanú rozprávať, aby sa nadýchli, môžem sa spýtať:

„Hovorili ste, že sa bojíte. Povedzte mi viac o svojom strachu.“ Ak ma daná osoba počúva, prestane konfabulovať a začne hovoriť o strachu. Ale musíte sledovať danú osobu a sledovať kedy je vhodné prerušiť ju, kedy sa nadýchne. A musíme byť pripravený rýchlo vstúpiť do toho krátkeho priestoru. A to je umenie.

Isté slová indikujú, kde sa skrýva skutočný problém. A ja načúvam tým slovám a keď tie slová zachytím, tak ich použijem. Je dôležité, aby som si vopred nepripravoval niečo, čo chcem robiť s danou osobou na duchovnom sprevádzaní - čo poviem. Jazyk danej osoby mi povie čo mám robiť. Preto ja počúvam v tichu a nenačúvam mojej vlastnej mysli. Neberiem do úvahy moje vlastné domnienky. Načúvam kľúčovým slovám, ktoré vychádzajú od tej osoby.

Ticho nie je pasívne. Je aktívne. Je to načúvanie. Načúvanie aby sme zachytili kľúčové slová. A potom používať tieto kľúčové slová na rozvinutie dialógu. Nebezpečenstvo duchovného sprevádzania je, že vzniknú dva nezávislé monológy. Ja mám niečo, čo chcem povedať a tak to poviem. Sprevádzaná osoba má niečo, čo chce povedať a tak to povie. A nikto z nás nepočúva.

Ako sa tomuto tichu učiť?

Tým, že to robím. Praxou. Prax vedie k dokonalosti. Učiteľ vám môže dať návod, ale vy sami sa musíte naučiť ako to v praxi použiť. Návod je veľmi jednoduchý:

- načúvať,
- identifikovať kľúčové slovo
- a použiť toto kľúčové slovo, aby ste sa dostali hlbšie do príbehu, ktorý sprevádzaná osoba rozpráva.

Je to veľmi jednoduché ale veľmi ťažké to robiť. Lebo musíte načúvať. A načúvanie je pre nás veľmi ťažké. Pamätajte si: napätie – myšlienka – konanie. Kontemplatívne načúvanie je **pozornosť**. Nevedie k myšlienke a konaniu. Dáva pozor. Umenie je – dovoľte mi to znova zopakovať - načúvanie s pozornosťou. Načúvanie slovám ktoré majú energiu. A potom sledujem tieto slová, ktoré majú energiu a používam tieto slová. A tie slová sa menia.

Umenie je dobre načúvať 15-20 minút a pýtať sa seba samého: „Aké slová som počul?“ A potom použiť tieto slová, aby som otvoril život tohto človeka. Prečo otváram ich životy? Aby som vníkol hlbšie/dosiahol hlbší pohľad. A ak sa osoba dostane hlbšie, môže nastať zmena. Môj zámer je dostať sa hlbšie a pomôcť tejto osobe aby dosiahla hlbší pohľad.

Ak je v duchovnom sprevádzaní uzdravenie, tak potom toto uzdravenie sa deje vo vnútri. Keď sme identifikovali hlbší pohľad, napr. „Potrebujem viac meditovať.“, alebo „Potrebujem sa viac venovať Lectio divina.“, potom im môžem o tom hovoriť, ako by si mohli nájsť čas na tieto akcie. Môžete sa spýtať: „Potrebujete vysvetliť ako to robiť“? Osoba môže povedať: „Áno, potrebujem aby mi to niekto vysvetlil“. Alebo osoba môže povedať: „Nie, mám dobrú knihu kde je to rozobrané“. Potom ja už nemusím nič povedať. Môžem sa spýtať, čo sa píše o tom v tej knihe.

Usilujte sa stále sledovať tú energiu. Až kým tá energia zmizne. A potom sa objaví nové slovo a my zmeníme tému. **Jazyk, ktorý používam vychádza od toho, koho počúvam.** A toto je skutočné umenie duchovného sprevádzania. Ako vidíte, duchovný sprievodca je niekto kto sprevádza. Duchovný sprievodca nie je v prvom rade učiteľ. Ak sprevádzam **teba**, potom budem používať **tvoj** jazyk. Budem sa snažiť sledovať **tvoj** záujem. Budem sa snažiť ostať pri **tvojich** problémoch.

Ako pomôcť osobe, ktorá v rozhovore akoby stále od seba odchádzala? Ako ju vrátiť späť k nej?

Toto je symptóm vývojovej fázy. Nieкто, kto neustále hovorí o iných žije v externom svete. Tento človek ešte nemá vyvinutý svoj vnútorný svet. Takže ich spiritualita bude konvenčná – zvyková. Vašou úlohou bude pomôcť tejto osobe aby objavila, že jej pocity patria jej samej.

Ako príklad použijem hnev. Obyčajne hovoríme o druhých, o tých na ktorých sa hneváme. Čo je hnev? Hnev je elektrina, ktorá vychádza z mozgu. A potom sú dva hormóny – adrenalín a noradrenalín, ktoré produkujú žľazy a stimulujú nervový systém. Kto má tieto hormóny? Osoba. Kto má túto elektrinu vychádzajúcu z mozgu? Daná osoba. Takže koho je to hnev? Danej osoby. Takže ja pomáham osobe objaviť, že je to jej hnev. A potom ju učím ako hovoriť o tomto hneve. Napr., aby povedala: „Hnevám sa na toho človeka“, alebo: „Hnevám sa na môjho šéfa“. **Koho je to hnev? Môj. Kto sa musí s týmto hnevom vysporiadať? Ja.** Lebo je to moja elektrina a moje hormóny. Ako to urobíte? Ako získate kontrolu nad produkciou tej elektriny a produkciou hormónov? Je to ľahké. Spravíte si dychovú meditáciu. Trvá to asi 20 minút a vypnete nadobličky. Viac času si vyžaduje aby vaše obličky vyčistili vašu krv. Takže počkáte aby vás vaše prirodzené procesy vo vašom tele privedli do pokojného stavu.

Emócie sú v skutočnosti biologickým procesom. Emócie vznikajú v mojom tele. Takže sa s nimi musím vysporiadať v mojom tele. Nahnevaná osoba, ktorá neustále produkuje hormóny sa ľahko stane depresívnou. Prečo? Pretože dva hormóny: adrenalín a noradrenalín sa menia na tretiu zlúčeninu – kortizol. Kortizol spôsobuje depresiu. Ten kto dobre medituje sa tak ľahko nenahnevá a neupadáva do depresí. Prečo? Lebo neprodukuje bez prestania tieto hormóny.

U mužov prevláda hormón adrenalín. Muži majú menej noradrenalinu. Adrenalín dáva hnevu silu. Noradrenalín zasa dáva hnevu trvanlivosť. Takže mužský hnev je veľmi intenzívny ale netrvá dlho. A preto to nie je mužská cnosť. Je to biológia.

U žien prevažuje noradrenalín a ženy majú menej adrenalínu. To znamená, že ženský hnev trvá dlhšie ale nie je tak intenzívny.

Takže mužský a ženský hnev je akoby v protiklade. Je to ďalší rozdiel medzi mužom a ženou. Preto keď hovoríme o mužskom hneve, musíme si uvedomiť, že budeme hovoriť o intenzívnom hneve. Ak hovoríme o ženskom hneve, tento bude trvať dlhšie. Ale ani jeden ten hnev nie je cnosťou alebo nerestou. Súvisí to s biológiou.

Takže pre duchovného sprievodcu je užitočné ak pozná biologickú a chemickú povahu emócií. Pretože to, čo som povedal o hneve, môžeme aplikovať aj na iné emócie. Sú to biologické skutočnosti. Ak sa niekomu snažím pomôcť, tak táto osoba musí prevziať zodpovednosť za svoje vlastné emócie.

Jedným zo spôsobov ako pomôcť osobe zvládať svoje emócie je naučiť ju opakovať malé krátke výroky. Napr. ak je nieкто nahnevaný, ten výrok bude znieť: „Som veľmi nahnevaný ale volím si život. Nechcem ostať nahnevaný.“

Dovoľte mi dať vám iný príklad. Máte niekoho, kto sa cíti zranený konaním iných. Obyčajne táto osoba povie: „On, ona, oni mi ublížili.“ Ale skutočná emócia je, že ja som pocítil zranenie následkom toho čo povedali/spravili. Koho je to zranenie? Moje. Vo väčšine prípadov, ľudia nemajú v úmysle niekoho zraniť. To ja interpretujem ich slová, gestá, a vravím si: „On/ona ma odmieta.“, „On/ona ma kritizuje.“, a obviňujem ich. Ale emócia nepatrí im. Patrí mne. Je to moja elektrina, sú to moje hormóny.

Ak neprevezmem zodpovednosť za moju elektrinu a moje hormóny, potom budem zranený celý zvyšok svojho života. Budem prechádzať z jedného vzťahu, ktorý ma zraní do druhého vzťahu, ktorý ma zraní. Prečo? Budem prijímať zranenia. To je ten problém. Ja spôsobujem svoj hnev, ja si spôsobujem tie zranenia. Takže mojou úlohou duchovného sprievodcu je pomôcť ľuďom aby pochopili, že ich emócie patria iba im.

Musíme byť opatrní. Ak je niekto veľmi nahnevaný, potom to nie je vhodný čas aby sme mu povedali, že je to jeho hnev. To ho iba viac nahnevá. Ale to čo môžem povedať je: „Poďme preskúmať tento hnev.“ Zaberie to pár minút. A keď sa upokojí, môžeme začať rozhovor, kedy osoba môže prevziať zodpovednosť za svoje emócie. Ale toto môžeme urobiť iba s veľkým porozumením a citom (taktom). Všetko toto sa ľahko hovorí ale veľmi ťažko sa to robí.

Ako pomôcť osobe, ktorá tvrdí: „Mám rada život a preto sa nechcem vydať, ale ani nechcem ísť hlbšie do duchovného života – lebo sa hovorí, že kto bude už na úrovni duchovného života tak zomrie“ ?

Interpretoval by som to ako strach. Strach zo zmeny. Všetci musíme pochopiť, že všetci ľudia sa boja zmeny. Existuje túžba po zmene ale je tu aj veľký strach zo zmeny. Musíme to vziať veľmi vážne.

Ako pomôcť osobe, ktorej stroskotal vzťah, neustále o tom hovorí, plače a nevie sa z toho vymaniť?

V tomto prípade je potrebné rozlišovať medzi zranením a bolesťou. Ak sa dôležitý vzťah rozbil, bolesť je normálna.

Ale dokedy je to normálne?

To nikto nevie. Tak dlho ako je to potrebné. Keď sa rozbije vzťah pociťujeme bolesť, smútok. Zármatok závisí od toho ako hlboký bol vzťah. Môže trvať mesiace, dokonca aj niekoľko rokov. Dynamika zármutku je veľmi zaujímavá. Ľudia investujú do vzťahov veľa emočnej energie. A to vytvára emočné puto. Predstavte si to ako lano medzi dvoma osobami. A potom druhá osoba odíde. Ja mám stále toto lano ale nikto už nie je na druhej strane. A trvá to veľmi dlho aby som stiahol naspäť do seba všetku tú energiu, aby som ju mohol použiť pre ďalšie vzťahy v mojom živote. Takže to trvá roky.

Keď sprevádzate niekoho, kto smúti, to hlavné čo pre nich môžete urobiť je to, že ich zabezpečíte, že to, čo prežívajú je úplne normálne. A že ich bolesť je primeraná. Treba si tiež uvedomiť, že ľudia sú rôzni. Niektorých ľudí sa nič nedotkne.

Poviem vám príbeh jedného kňaza, ktorý bol na dôchodku. Keď bol starcom, chodil na všetky pohreby vo farnosti a zvykol tam veľmi plakať spolu s ľuďmi. S vdovami, vdovcami. Bol starý a každý ho považovali za svätca. Ale tí, ktorí s ním žili vedeli, že nie je svätý. Bol to veľmi citlivý muž. To, čo potrebujete pochopiť je, v akých situáciách ako ukázať svoju empatiu. Samozrejme, svoju empatiu môžem prejaviť slovne: „Spolucítim s tebou.“ Môžem to ukázať svojou tvárou a môžem použiť gestá, ktoré nemôžu byť zle pochopené. A ako to urobiť závisí od jednotlivých konkrétnych situácií. Neexistuje tu všeobecné pravidlo.

Aký problém má osoba, ktorá o sebe rozpráva v tretej osobe?

Je to obranný postoj. Ja by som položil jednoduchú otázku. Zatváril by som sa veľmi zmätene, zmenil by som tvárenie a spýtal by som sa: „Prepáč, rozprávaš o sebe alebo o niekom inom?“

Každý sa musí naučiť na svojich chybách ako klásť otázky. Dávajte si pozor na to, akú reakciu vyvolá otázka ktorú položíte. A postupne sa naučíte „Aha... toto bol nesprávny spôsob ako som sa spýtal – lebo som vyvolal obranný postoj“ a pod. Niekedy musím preformulovať svoje otázky. Dôležité je naučiť sa dávať otvorené otázky – to sú tie, ktoré nenaznačujú odpovede. Veľmi **dobrá otázka vlastne nie je otázkou ale pozvaním**. A užitočné pozvanie je:

- „Povedz mi viac.“,
- „Povedz mi viac o svojom hneve.“,
- „Povedz mi viac o svojom strachu.“,
- „Aký vplyv to má na teba?“
- „Ako si sa potom cítil?“

Keď dostávate viac informácií môžete smerovať rozhovor hlbšie.

Ako pomôcť osobe trpiacej narcizmom?

Duchovný sprievodca môže pomôcť človekovi, ktorý trpí narcizmom, ale musel by mať dobré psychologické vzdelanie. Musíme si uvedomiť, že narcizmus je jednou z foriem narušenia osobnosti. A keď nerozumiete ako pracovať s ľuďmi s narušenou osobnosťou, môžete spraviť viac škody ako úžitku.

e) Schématické zhrnutie – duše a ego

Máme vonkajší svet, máme vnútorný svet, a boží svet. A potom je tu ego, ktoré je súčasne vo vnútornom ako aj vo vonkajšom svete. Po skončení temnej noci zmyslov sa ego spriatelí s naším duchom. A cez ducha sa vytvorí vzťah s dušou. A skrze dušu sa vytvorí vzťah s Božím svetom. Toto je samozrejme ideálny stav.

Všimli ste si, že ego sa nachádza v oboch svetoch – vo vonkajšom aj vo vnútornom. Po temnej noci zmyslov ego začína slúžiť duchu a duši. A prostredníctvom duše potom naše ego slúži Božiemu svetu.

V literatúre kresťanského mysticizmu sa ego nachádza *v najjemnejšom mieste duše, v panenskom mieste duše*. A táto časť duše je vždy v prítomnosti Boha. Kontemplatívny človek to vie. Vie to cez svoje skúsenosti. Existujú dva spôsoby ako to spoznať: intelektuálne a skúsenosťou. Teológovia to vedia intelektuálne. Kontemplatívni ľudia to poznajú z vlastných skúseností. Kontemplatívni teológovia to poznajú oboma spôsobmi. A to je opäť ten ideálny stav. Napr. v orientálnych cirkvách sú teológovia kontemplatívni. Aby ste tam mohli študovať teológiu, predpokladá sa, že ste kontemplatívnym človekom.

Spôsob duchovného sprevádzania, ktorý vám tu predstavujem je, aby duchovný sprievodca sám poznal veci o ktorých tu hovorím. Čiže, aby poznal túto časť svojej vlastnej duše. Mojou úlohou ako duchovného sprievodcu je aby som s veľkou úctou a rešpektom pomohol sprevádzanému objaviť túto časť jeho duše. **Ja im nepomáham riešiť problémy. Ja im pomáham objaviť Boha v ich duši.** To je to čo robím. A počúvam, hľadám návrhy a slová, ktoré by mi pomohli aby som pomohol danej osobe objaviť Božiu prítomnosť v nej.

- **Otázky**

Mám taký pocit, že za 13 rokov mojej praxe som vlastne nikdy nerobil duchovné sprevádzanie. Pomáham ľuďom riešiť ich problémy. Možno je to naša mentalita. Ja sa snažím pomôcť riešiť problémy a až potom si teda môžem nájsť čas na duchovnú stránku. Ale túto duchovnú stránku ľudia odmietajú. Takže čo robiť?

Ja sa snažím povedať, že niekedy musíme ľuďom ponúknuť aj pastoračnú službu. Aj keď vieme, že táto pastoračná služba nie je to isté ako duchovné sprevádzanie. A z mojich vlastných skúseností viem, že väčšina ľudí prichádza kvôli pastoračnej službe. Prichádzajú pre určitú pastoračnú, duchovnú radu. Neprichádzajú kvôli duchovnému sprevádzaniu. Niekedy prídu pre pastoračnú radu a neskôr ostávajú aj na duchovné sprevádzanie. Ale toto nie je bežné.

Niekedy hovorím s ľuďmi hodinu pri duchovnom sprevádzaní. Stretnem sa s nimi iba raz. Takže namiesto toho aby ste sa sústredili na to, kto sú, sústredíte sa na ich problémy. Musíme pochopiť, že vzťah, ktorý sa vytvorí pri pastoračnej službe je veľmi krátkodobý. Pri duchovnom sprevádzaní sa obyčajne vytvára dlhodobý vzťah. Bežne trvá aj niekoľko rokov. Poznám ľudí, ktorí ku mne chodia aj viac ako 10 rokov. Niekedy chodia ľudia k niekomu na duchovné sprevádzanie 2-3 roky a potom zistia, že ich duchovný sprievodca nie je schopný pomôcť im dostať sa ďalej. A to je dané stavom, v ktorom sa momentálne nachádza sám duchovný sprievodca.

Keď za mnou niekto príde a požiada ma o duchovné sprevádzanie, môžem mu povedať: „Dobre ale nasledujúci rok budeš chodiť iba ku mne a k nikomu inému“ ? Alebo je správne povedať, že keď daná osoba zistí, že duchovné sprevádzanie nie je pre neho prínosom, môže bez udania dôvodu prestať ku mne chodiť?

V skutočnosti neexistuje správny spôsob ako to robiť. Existujú však určité odporúčania. Keď ma niekto požiada o duchovné sprevádzanie, robím s ním dohodu, že bude ku mne chodiť niekoľko mesiacov. Stretávame sa raz za mesiac. Takže sa dohodneme, že za 4 mesiace si to prehodnotíme. Doporučujem tiež, aby ste dotyčnej osobe vysvetlili, že duchovne sprevádzanie je dobrovoľné. Takže keď sa rozhodnú nepokračovať v duchovnom sprevádzaní, je to v poriadku.

Tiež by som osobe povedal, že ak by som v dohodnutý čas nemohol prísť na duchovné sprevádzanie, dám jej vedieť. Pretože ako kňaz môžem ísť napr. na pohreb. Povedal by som jej tiež, že ak aj ona nebude môcť prísť na dohodnuté stretnutie, aby mi zavolala a nenechala ma zbytočne čakať. Čiže hovoríme o základnom druhu dohody - ja sa zaväzujem, že ti budem k dispozícii v určitom čase, raz za mesiac a nemienim mrhať svojím časom.

Takže je dobré stanoviť si niekoľko základných podmienok. V západných krajinách je to aj otázka platenia. Nevieť ako je to na Slovensku. V západných krajinách potrebujeme aj poistenie, žijeme v krajinách kde vás ľudia veľmi ľahko zažalujú. Ja to robím tak, že ak osoba príde ku mne a pýta sa aký je poplatok, poviem jej, že môže nechať dobrovoľný príspevok. Niektorí musia zaplatiť za kúrenie, za svetlo. Keď robíte duchovné sprevádzanie niekoľko hodín denne (aj 7 hodín), potom niektorí musia zaplatiť náklady za energie. Je to praktická otázka, ktorá sa týka duchovného sprevádzania. Nedávam vám tu pokyn aby ste začali vyberať poplatky pri duchovnom sprevádzaní. Ale keď sa stane duchovné sprevádzanie viac všeobecným, bude potrebné riešiť túto otázku. Zvlášť ak sa budete duchovnému sprevádzaniu venovať niekoľko hodín denne.

Mám problém. V rehoľnej komunite žijem denne s danou osobou za ktorú som zodpovedná za formáciu a poskytujem jej aj duchovné sprevádzanie. Prežívam s osobou rôzne problémy a rôzne situácie. Potom vidím a posudzujem túto osobu viac z vonkajšej stránky ako z vnútornej. Čo s tým?

Tu si musíme uvedomiť rozdiel pri sprevádzaní v povolani a vo formácii a pri duchovnom sprevádzaní. Všeobecne sú dva základné aspekty v doprevádzaní povolania:

- individuálne duchovné doprevádzanie
- formačná práca

Musíme si uvedomiť, že oba tieto aspekty: duchovné sprevádzanie aj formácia sú vo vzťahu, ale nie je to to isté. Duchovné sprevádzanie je viac osobné. Formačná práca je o formovaní člena komunity. Formácia učí niekoho pracovať s charizmami, stvára danú osobu. A to sa obyčajne nedeje pri individuálnych rozhovoroch. Formácia sa obyčajne robí v skupinách, málokedy individuálne. A tu je ten rozdiel. Tieto dva aspekty sa teda dopĺňajú. V duchovnom sprevádzaní sa môžu objaviť veci, ktoré sa objavili vo formácii.

Dám vám príklad. Keď som pracoval v seminári, bolo tam bežné, že seminaristi prinášali na duchovné sprevádzanie veci, ktoré študovali. Je tu prienik vplyvov z duchovného sprevádzania a formačnej práce.

Ďalší rozdiel vidím medzi etikou duchovného sprievodcu a etikou formátora. V duchovnom sprevádzaní platí veľmi silný etický princíp dodržiavania diskretnosti na rozdiel od formácie. Neznamená to, že vo formácii neplatí etika dodržiavania diskretnosti, ale jej úroveň nie je tak vysoká ako pri duchovnom sprevádzaní, pretože formačná práca sa obyčajne robí verejne.

Na rovine kánonického práva rozlišujeme interné právo a externé právo. Je dôležité aby sme to rešpektovali. Ďalší rozdiel medzi duchovným sprevádzaním a formáciou je ten, že duchovný sprievodca je iba jeden. Ale formátorov je obyčajne viac.

tu nahrávka „temná noc zmyslov/ pokračovanie II. – končí“

tu video „temná noc zmyslov / pokračovanie II. – končí“

Podľa videozáznamu, resp. nahrávok:

- prepísala a preložila: Tatiana Betáková
- redakčná úprava: Anastázia Strečková