

„ZRANENÁ A PREDSA ŠŤASTNÁ“

Prednáška plenárnemu zasadnutiu Konferencie vyšších predstavených ženských reholí na Slovensku (KVPZR)

Dali ste mi slobodu vybrať tému tejto prednášky. Išli ste tým do rizika. Dúfam, že nebudete ľutovať, že ste mi dali túto dôveru! Na začiatku by som chcel zdôrazniť jednu vec: Byť predstavený je niekedy zložitá úloha. Bol som sám provinciálom a už dosť dlho som predstaveným. Zo skúseností viem, ako často táto služba môže byť skutočným krížom. Takže ak si dovoľím byť v určitých veciach kritický, to neznamená, že mám niečo proti predstaveným!

Názov toho, o čom chcem hovoriť je: „Zranená a predsa šťastná“ alebo „zranené a predsa šťastné sestry“. „Zranená“: Asi každá rehoľná sestra, s ktorou som sa v minulých 10 rokoch stretol na duchovných cvičeniach, na kurzoch alebo na duchovnom sprevádzaní, bola alebo je nejakým spôsobom zranená. Zraneniam sa nedá vyhnúť. Každý človek má svoje, či už v kláštore, v manželstve alebo aj ak zostane slobodný. Semináre zamerané na vnútorné uzdravenie majú veľký úspech: Ľudia hľadajú pomoc a úľavu v emocionálnych bolestiach.

„A predsa šťastná“: Tak by to malo byť. Bude samozrejme potrebné bližšie sa pozrieť na to, čo znamená byť šťastný/á a čo nie. Pravdou je, že veľa ľudí, a medzi nimi aj mnohé sestry sú nešťastné a nespokojné kvôli zraneniam, ktoré nie sú uzdravené. Ale vďaka Bohu je aj veľa sestier, ktoré sú šťastné, čo neznamená, že nemajú problémy ako každý iný človek, ale vedia ich spracovať a žiť s nimi.

1-„ZRANENÁ“

Rozlišujeme medzi zraneniami, ktoré boli spôsobené pred vstupom do rehole a tými, ktoré boli spôsobené v reholi.

Zranenia pred vstupom do rehole

Anselm Grün napísal knihu o zraneniach, ktoré nám v detstve spôsobili otec a matka¹. Vzťah s rodičmi má pre každého človeka pozitívnu a tiež bolestnú stranu. Aj najlepší rodič na svete je obmedzený a je nemožné, aby svoje deti nikdy nijakým spôsobom nezranil. Grün rozlišuje medzi zraneniami, ktoré boli spôsobené matkami a zraneniami, ktoré spôsobili otcovia. Matka má dať svojim deťom základný pocit bezpečia a dôvery. Keď im to nebola schopná poskytnúť napríklad kvôli práci, chorobe alebo jednoducho pretože v tom zlyhala, dieťa to prežívalo ako opustenie, čo môže zanechať stopy na celý život. Pre dievča je veľmi zraňujúce, keď jej mama dáva signál: „Nepribližuj sa ku mne.“ Možno chce byť milujúcou matkou, ale zároveň sa obáva blízkosti. Alebo opačne, keď sa jej napríklad zdôverí so svojimi osobnými partnerskými problémami.

Základná úloha otca je dávať deťom oporu, odvahu žiť a prekonávať prekážky. Ale koľko je otcov, ktorí túto úlohu nespĺňali napríklad pre svoju neprítomnosť v rodine alebo pre alkoholizmus. Dieťa, ktoré otec bil, musí spracovať hnev a zlosť, aby sa tieto rany zahojili: spracovať hnev voči rodičom je jedna z najťažších a najzložitejších vnútorných úloh. Najväčšou ranou, aká sa môže stať dievčaťu, je sexuálne zneužívanie otcom. Titul jednej knihy to opisuje ako „Vražda duše“².

Nemyslite si, že ide o niečo výnimočné. Prípadov incestu je oveľa viac ako si ľudia myslia alebo ako chcú uveriť. Väčšina z nich sa nikdy nevyvorí na povrch. Na Slovensku sa odhaduje okolo 20 000 ročne prípadov sexuálneho zneužívania detí.³ Na našej internetovej stránke mám zopár prednášok. Ľudia si najviac pozerajú, čítajú alebo sťahujú prednášky práve o sexuálnom zneužití (už vyše 2000 krát). Vo vašich provinciách máte to isté percento ako v spoločnosti a pravdepodobne aj viac.

Následky sexuálneho zneužívania sú oveľa vážnejšie ako si môžeme predstaviť. Mladá rehoľná sestra, ktorá navonok normálne pracuje a „funguje“ mi napísala: *„Všetko sa mi zdá veľmi čierne ... bez zmyslu, bez radosti ... Nechcem si spomínať na veci, ktoré sa stali, ale oni sa vracajú samé. Stále je to so mnou, všade ma to prenasleduje. A ja vidím, ako prenášam svoju bezmocnosť, hnev, strach, do úplne iných situácií, na úplne iných ľudí. Často nezvládam vzťahy, pretože v podvedomí mi nejaký človek pripomína otca.“* Jej spolusestry o ničom nevedia.

Rany sú na sociálnej úrovni (ťažkosti vo vzťahoch, v dôvere atď.), na duchovnej úrovni (dôvera v Pána a často hnev voči Nemu) a na psychologickú úroveň: Zvlášť pocit viny a hanby sú silné. Väčšinou ide o najhoršie tajomstvo v ich živote a myšlienka „Keby spolusestry vedeli...“ ich prenasleduje. Medzi vašimi staršími sestrami sú iste niektoré, ktoré sa celý život s touto traumou trápili a nikomu o nej nehovorili okrem - pravdepodobne, otvorenia problému v spovedi, kde skúsili spracovať pocit viny, aj keď boli celkom nevinné.

Zranenia v reholi

Pred príchodom na Slovensko, keď som študoval v USA, mi jedna spolužiačka, rehoľná sestra pochádzajúca zo Singapuru povedala, že zasvätený život na Slovensku bol autentickjší a silnejší počas komunizmu. Nevie, odkiaľ mala tento pohľad, určite by mnohé z vás s tým nesúhlasili. Ale keď som sa opýtal jednej z vašich sestier, aký bol pre ňu rehoľný život počas komunizmu a po páde, napísala mi: *„Počas totality sme žili na bytoch v skupinkách asi po tri sestry. Nikto nekontroloval, či sa dodržiava denný poriadok alebo iné predpisy. Dôvera bola samozrejmosťou a to nám dávalo pocit slobody. Keď sa v r. 1989 skončila totalita a my sme sa mohli vrátiť do komunit bolo to veľké sklamanie, keď sme zrazu neboli dôveryhodné a dôveru vystriedala kontrola. Mali sme pocit, že sa začala „totalita z vnútra“. V niektorých komunitách sestry nemohli mať u seba ani kľúče od domu, v ktorom žili... Tento nedostatok dôvery šíril pocit neslobody a pre mnohé sestry to bolo smutné rozčarovanie a zranenie.“* Iba vy, milé sestry, viete, do akej miery je v tom niečo pravdivé.

Prekvapuje koľko rehoľných sestier potrebuje antidepresíva alebo trpí psychosomaticky podmienenými chorobami. Dokonca aj mnohé mladé sestry sú zodraté od služby. U niektorých je duchovný život vyschnutý iba preto, že sú vyčerpané. Niekedy nemáme na výber, musíme ťahať a pod tlakom práce a rozličných povinností vydržať. Je to tak aj pre mnohé ženy, ktoré sa musia starať o rodinu a pritom tiež pracujú. Ale ak situácia stresu a preťaženia príliš dlho trvá, v človeku sa niečo zlomí. Nemôže to byť Božia vôľa. Niekedy som počul: *„Bolo mi povedané, musíš sa obetovať, preto si prišla do kláštora. Boh sa postará.“* Ale teraz majú také osoby zdravotné problémy, pretože oni sa o svoje zdravie nestarali.

Niektoré zranenia majú svoje korene už v čase formácie. Sú sestry, ktoré sa necítili rešpektované ako dospelé a boli vtlačené do „odlievacej formy“ (šablóny) alebo do roly dieťaťa, čo je príčinou ich terajšej nezrelosti. Veľmi odporúčam k tejto tematike knihu od A. Grüna „Ľudská zrelosť zasvätených osôb“⁴.

Nemať svoju vlastnú izbu v niektorých prípadoch spôsobilo alebo prispelo k zraneniam. Nielen pre psychickú vyrovnanosť, ale aj pre zdravý psychický vývin človeka je dôležité mať možnosť súkromia, svoj osobný priestor, kde sa môže človek stretnúť sám so sebou. Je vedecky dokázané, že keď nie je v človeku uspokojená táto potreba, môžu z toho vzniknúť poruchy.

Nechcem viac rozprávať o zraneniach. Pomenoval som iba zopár z nich a to stačí. Som presvedčený, že ak chceme byť verní evanjeliu, treba sa pozeráť s odvahou na všetko, čo je zranené, choré a čo potrebuje uzdravenie, obrátenie alebo zmenu. Je to podmienka, aby nám Duch Svätý mohol pomôcť.

2- „A PREDSA ŠŤASTNÁ“

Ale ponúka sa otázka: Čo s tým? Čo s minulosťou, ktorú nemôžeme zmeniť? Čo s osobami alebo so situáciami, ktoré sú – možno pre celú komunitu - prekážkou na ceste ku šťastiu? Jedna známa modlitba znie:

*Bože, daj mi vyrovnanosť, aby som prijal to, čo zmeniť nemôžem,
odvahu, aby som zmenil to, čo môžem,
a múdrosť, aby som vedel odlíšiť jedno od druhého. Amen*

Aby sme boli šťastní alebo aspoň šťastnejší, potrebujeme skutočne múdrosť a všetky dary Ducha Svätého: Rozlišovanie, silu, lásku... Buď sa zmierime s tým, čo sa nedá zmeniť a zmeníme to, čo treba zmeniť, alebo budeme celý život nešťastní.

Ale, čo to je v podstate „šťastie“? Jedna definícia to vyjadruje takto: „*Šťastie je stav duševnej pohody, ktorý je charakterizovaný pozitívnymi emóciami od spokojnosti až po intenzívnu radosť.*“⁶⁵ K tomu chcem povedať dve veci: Nestali sme sa rehoľníkmi a rehoľníčkami, aby sme vždy boli v stave šťastia podľa tejto definície! Náš cieľ nie je, aby sme boli šťastní. Treba hľadať šťastie u Pána alebo v zjednotenom živote s Ním! Panna Mária povedala sv. Bernadete v Lurdoch: „*Nesľubujem ti, že budeš šťastná v tomto živote, ale v budúcom.*“

Avšak na druhej strane sme ako Ježišovi učeníci svedkami dobrej zvesti Evanjelia: Nemôžeme nimi byť, keď sme nešťastní! Ježiš povedal: „*Pokoj vám zanechávam, svoj pokoj vám dávam*“ (Jn 14,27) a tiež „*Toto som vám povedal, aby vo vás bola moja radosť a aby vaša radosť bola úplná*“ (Jn 15,11). Ak pravdu Ježišových slov nevidno na nás, kde ju ľudia môžu nájsť ako skutočnosť a nie iba ako teóriu? Naša radosť by mala trvať viac ako iba hodinu a pol, keď máme návštevu a keď ľudia pri odchode hovoria: „*Aké sú tie sestry šťastné.*“...

Pokoj a radosť sú Ježišove prísľuby. Nie je to presne to isté ako šťastie, ale môžeme to v rámci tejto prednášky považovať za synonymum. Základom pokoja a radosti, ktoré Ježiš prisľúbil sú viera, nádej a láska. Aby sa v našom živote uskutočnili tieto prísľuby, aby sme dostali tieto Ježišove dary, musíme s ním spolupracovať, niečo robiť nielen na úrovni viery, ale aj na iných úrovniach života.

Šťastie sa nedá dosiahnuť priamo, ale iba nepriamo. Ak sa napríklad niekto ožení alebo vydá s cieľom byť šťastný/á, určite taký nebude. Šťastie je „vedľajší produkt“, „vedľajší výťažok“. Toto je presne to, čo hovorí známy americký jezuita John Powell vo svojej knihe „*Šťastie sa začína vnútri*“.

3- „ŠŤASTIE SA ZAČÍNA VNÚTRI“

Pravé šťastie leží vo vnútri v nás, nie je závislé na niekom alebo na niečom mimo nás. Naše vlastné šťastie je vnútorná práca. Všimnite si slovo „práca“. Podľa pátra Powella šťastie je vedľajším produktom iných činností, ktoré nazýva životnými úlohami. Uvádza 10 vecí, v ktorých sa človek má cvičiť, ak chce byť šťastný. Chcel by som sa dotknúť pár bodov z toho, čo píše a pridať ako prvú životnú úlohu v našom kontexte témy (byť šťastný/á napriek našim zraneniam) odpustenie.

1-Odpustiť

Človek nemôže byť šťastný, ak nevie odpustiť. Stávajú sa udalosti v živote, ktoré spôsobujú bolesť, zranenie a hlboký smútok. Každý z nás má s tým skúsenosť. Keď prechádzame takýmto obdobím a emóciami, necítíme šťastie. Spracovanie bolestných udalostí, zranení, strát, poníženi atď. je súčasťou vnútornej „práce“ s prijatím života takého, aký je a byť s tým vyrovnaný.

Často si myslíme, že zlosť je spôsob, ktorým držíme toho, kto nám ublížil v emocionálnom väzení a že pokiaľ sa držíme hnevu, druhý zostáva vo väzenskej cele. V skutočnosti, keď neodpustíme, my sme uväznení nenávisťou a nie tá osoba.

Aké je veľmi ľahké kázať o odpustení, ale pre hlboké rany to môže byť bolestný a dlhý proces. Treba rozlíšiť odpustenie týkajúce sa zranení a krívd, ktoré sa stali kedysi v minulosti a denné odpustenie, o ktorom Ježiš hovorí, keď povedal, že máme odpustiť sedemdesiatšedem ráz.

Pri každodenných ublíženiach sa musíme naučiť spracovať ľudským, prirodzeným a zároveň nadprirodzeným spôsobom naše normálne psychologické reakcie. Pozri sa na schému⁶ :

HNEV A ODPUSTENIE



Spracovanie psychologických reakcií (pocitov)

Pripuť si pocity sklamaní, bolesti, túžbu po pomste atď. Pociťuj a vyjadruj ich radšej akoby ich vytlačil z vedomia: Vykrič svoju bolesť do vankúša, urob kresbu svojho hnevu...

Dať bolesť Bohu

Keď sú pocity vynesené na svetlo a vyjadrené: urob vedomé rozhodnutie vzdať sa túžby po pomste (ublížiť druhým alebo sebe v myšlienkach, slovách a skutkoch). Odovzdať bolesť Bohu znamená prestať pokúšať sa brať veci do svojich vlastných rúk – skrývaním svojej bolesti, protestom, vykresľovaním pomsty alebo prebývaním v nenávisti. Ale pokiaľ neobetuješ svoju bolesť s úprimnou láskou, nemá tento výraz zmysel. Kristus znášal všetku bolesť nespravodlivosti a utrpenia otvorene a bez hnevu pre naše vykúpenie. Tým, že to tak robil, ukázal nám, že pravá láska znamená ochotu znášať emocionálnu bolesť spôsobenú druhými, trpieť za nich v nádeji na ich vykúpenie. „Dať bolesť Bohu“ je oveľa viac ako fráza: je to namáhavá, ťažká práca. Klakni si pred kríž, odovzdaj svoju túžbu pomstiť: „Pane, je mi ublížované. Pomôž mi pokračovať v mojej práci, v tvojej službe napriek tomu, že sa cítim... (zradený, odmietnutý, nemilovaný, falošne obvinený atď.)“ A potom nechaj Boha robiť, čo On chce, aby premenil tvoje utrpenie na odvahu a vytrvalosť – a uzdravujúcu milosť pre tých, ktorí ťa zranili.

Pamätať si, že ten, ktorý nám urobil zlé, je ako aj my iba človek slabý, hriešny... pokúšať sa mu rozumieť.

Rozlišovanie: k čomu nás Duch svätý volá, mlčať a iba prijať? Alebo využiť energiu pocitov a niečo povedať, robiť, zmeniť?

2-Prijať sa takí, akí sme

J. Powell uvádza prijatie seba samého ako prvú životnú úlohu, bez ktorej niet šťastia. „Sebaprijatie zahŕňa predovšetkým radostnú spokojnosť so sebou samým. Ak mám byť šťastným človekom, mal by som byť sám so sebou šťastný... Niektorí sú extroverti, iní introverti. Niektorí sú zábavní a iní nevedia ani správne prečítať vtip, niektorí majú hrošiu kožu, iní sú zas citliví. Každý je však jedinečný a odlišný od všetkých ostatných. Odlišujeme sa našimi darmi a definujú nás naše obmedzenia“⁸. Toto všetko však nie je jednoduché: Je to náročná vnútorná práca.

Treba prijať aj celú svoju históriu, svoje telo, rozum, emócie, prijať tiež svoju sexualitu, pre niektorých – a to je ťažká téma - prijať svoju homosexualitu, a pritom žiť v čistote. Združenie Anonymných alkoholikov objavilo oslobodzujúcu a uzdravujúcu silu sebaprijatia. Vyjadrujú to nasledovne: „Keď som dnes rozrušený, je to preto, lebo nachádzam nejakú osobu, miesto, vec či situáciu, nejakú skutočnosť svojho života, ktorá je

pre mňa neprijateľná, a nemôžem nájsť pokoj, kým neprijmem, že tá osoba, miesto, vec či situácia sú presne také, aké v danom momente mali byť. Nič, absolútne nič sa v Božom svete nemôže stať kvôli nejakej chybe. Pokiaľ nemôžem akceptovať môj alkoholizmus, pokiaľ nemôžem zostať pokojný, pokiaľ neakceptujem život so všetkými jeho obdobiami, nemôžem byť šťastný/á“.

Svätá Terézia z Lisieux nám dala úžasný príklad tým, že prijala seba ako malú, neschopnú veľkej svätosti a práve touto cestou sa stala veľkou svätou.

3-Prebrať zodpovednosť za svoj život

Za náš nedostatok šťastia často obviňujeme ostatných, okolnosti, našu prácu, Cirkev, „*Rast začína tam, kde končí obviňovanie*“ hovorí Powell. Takže keď prestanem obviňovať iných z môjho nešťastia, vtedy sa môžem začať učiť, ako sa tešiť zo šťastia, ktoré vychádza zvnútra.

Každý človek je sám zodpovedný za svoje duchovné, duševné a tiež telesné zdravie, aj rehoľník, ktorý zložil sľub poslušnosti. Keby mi pán biskup dal príkaz zdvihnúť 100 kilogramovú sochu, a keby som to kvôli poslušnosti skúsil a pritom si zlomil pár stavcov, bola by to moja zodpovednosť. Moje telo mi nepatrí, ani biskupovi, ale patrí Pánovi. Existujú samozrejme mimoriadne situácie ako napríklad vo vojne alebo v čase moru, keď niekto dobrovoľne obetuje svoje zdravie a svoj život pre iných. „*Nikto nemá väčšiu lásku ako ten, ktorý obetuje svoj život*“ (Jn 15,13). Ale normálne existujú iné riešenia, aby sa nikomu zdravie nezničilo.

K tejto tematike patria otázky týkajúce sa poslušnosti a slobody: Kde je hranica zodpovednosti predstaveného/nej a kde začína tá moja? Je to oblasť, v ktorej cítime často napätie. Chcel by som uviesť iba to, čo vyjadrila jedna sestra: „*Ako začínajúca predstavená chcem rešpektovať slobodu sestier a zároveň cítim zodpovednosť udržať poriadok v komunite. Kontrolu alebo sledovanie sestier považujem za ponížujúce. Je tu veľká výzva pre budúcnosť ako vytvoriť podmienky v komunitách, aby ostal dostatočný priestor pre slobodné rozhodovanie sestier a zároveň uchrániť hranice, ktoré držia komunitu spolu a dávajú rámec rehoľného života.*“

Mladí ľudia, ktorí v sebe rozpoznávajú volanie k apoštolskému rehoľnému životu, nie sú už viac ochotní akceptovať životný štýl, kde je osobná zodpovednosť veľmi obmedzovaná a nedôležité veci sú považované za dôležité.

4-Hľadať rast, nie dokonalosť

„*Perfekcionizmus chce na miesto doraziť hneď (ak nie aj skôr), rast vníma život ako proces, počas ktorého sa postupne rozvíjajú zručnosti. Vie, že ak chceme prejsť tisíc míľ, musíme začať prvým krokom*“⁹. Najviac ľudí s depresiou sú perfekcionisti. Žiť s predstavenou, ktorá je perfekcionistka, môže byť pre celú komunitu očistcom.

Rozlišujú sa dva druhy perfekcionizmu: Zdravý a nezdravý. Zdravý perfekcionista chce to najlepšie, ale je zmierený s tým, že na tomto svete nič nie je dokonalé. Takýto človek má pozitívny a reálny pohľad na seba, teší sa zo svojich schopností a vie oceniť dobre vykonanú prácu. Nezdravý perfekcionizmus si všíma viac zlyhania, než úspechy, prináša so sebou obsedantné správanie, prehnajú kritiku. Svoju hodnotu odvodzuje od výkonu, je podozrievavý a má sklon všetko kontrolovať. Dopredu ho ženie motivácia poznačená strachom¹⁰. Perfekcionizmus je v službe tohto strachu. Bystrá poznámka Alberta Einsteina „*Posledná vec, ktorá skolabuje, je fasáda*“ je stále aktuálna: Často je naším najhlbším strachom strach z odhalenia. Preto potrebujeme fasádu: osobnú alebo spoločnú.

V našich komunitách je často veľa kritiky. Keď brat alebo sestra robí všetko na 98% dobre, dostane kritiku za tie 2% nedostatku. Pri tom pedagógovia už dávno vedia, že uznanie a ocenenie sú oveľa efektívnejšie pre to, aby druhá osoba niečo zmenila.

5-Urobiť zo života skutok lásky

„Neschopnosť milovať spôsobuje chronický pocit nešťastia“, píše Powell. „Zdrojom väčšiny pocitov nešťastia je neschopnosť dať lásku.“¹¹

Najväčšou prekážkou milovať je – pravdepodobne – bolesť. „Keď prežívame bolesť, premeniť vlastný život na skutok lásky je vtedy najťažšie... Fyzická bolesť, obava, neúspech, smútok alebo výčitky svedomia sú bolestivé a oberajú nás o schopnosť milovať... Bolesť zdanlivo vyžaduje všetku našu pozornosť a absorbuje všetky naše sily.“¹² Samozrejme, že dá sa milovať aj v bolesti: Zvlášť svätí o tom svedčia. Sv. Bernadeta bola napríklad strašne ponížená predstavenými. Chceli ju chrániť od pýchy, aby si nezakladala na zjaveniach Panny Márie. S veľkou vierou a láskou sa jej podarilo všetko znášať. Ale nie všetci sme na tejto úrovni. Bernadeta sa stala svätou, iné sestry by boli na 99% zničené alebo choré, keby mali zažiť také „procedúry“. Nebola to Božia vôľa, Boh chce, aby sme sa rešpektovali, milovali. Ale On to dopustil.

„Základnou hybnou silou človeka, ktorý sa rozhodol, že jeho život bude skutkom lásky je, aby bol jednoducho milujúcou ľudskou bytosťou... Na križovatke každého rozhodnutia sa máme pýtať: Čo je správne podľa lásky?“¹³

6-Oddych, cvičenie a výživa

„Keď pocítujeme príliš veľa stresu, sme nervózni. Strácame schopnosť jasne myslieť a dlhodobý stres dusí našu dušu... Nedostatok pohybu spôsobí, že sa nám bude zdať všetko ťažké... Moderná veda, ktorá nám podrobne vysvetlila stres, tvrdí, že ho možno poraziť... ak budeme správne odychovať, cvičiť a zdravo sa stravovať... Mnohí autori zaoberajúci sa krízou stredného veku odporúčajú každodenné energické cvičenie: Beh, plávanie, rýchla chôdza alebo čokoľvek iné. Hlavne sa treba hýbať!“¹⁴

Nedávno sa písalo v časopise „Zasvätený život“ o tejto téme¹⁵. Niektoré kongregácie zakazujú svojim členom športovať, alebo ak môžu, tak iba v rehoľnom rúchu. Neverím, že sa Pán viac teší, keď vidí sestričku behať v habite než v civile, veď aj blahoslavený Ján Pavol II, keď ako pápež chodil lyžovať, nenosil reverendu. Hneď na začiatku svojho pontifikátu si nechal vo Vatikáne postaviť bazén. Keď mu niekto vyčítal cenu, odpovedal, že je to lacnejšie ako nové konkláve. Bola to narážka na náhlu smrť jeho predchodcu, pápež Ján Pavol I, ktorý zomrel iba 33 dni po voľbe na infarkt. Starostlivosť o telo má byť pre nás rovnako dôležitá ako starostlivosť o dušu. Mnohé sestry, zvlášť mladé, by boli spokojnejšie a zdravšie, keby im bolo umožnené viac športovať, ísť plávať a relaxovať a tým by mohli slúžiť kongregácii, Cirkvi a ľuďom s väčšou radosťou.

7-Modlitba

V knihe „Šťastie sa začína vnútri“ autor dáva aj svoje osobne svedectvo: „V jednu jarnú noc sa ma Boh dotkol. Cítil som sa naplnený jeho nepopierateľnou prítomnosťou. Pamätám sa, že som si pomyslel: „Ak je toto šťastie, tak som nikdy predtým nebol šťastný. Toto je chuť nového vína.“ Pamätám sa, ako som tam stál a ronil slzy úľavy. Boh naozaj existuje. A po celý čas bol vo mne.“¹⁶ Určite sú medzi vami také, ktoré vedia z vlastnej skúsenosti o čom Powell hovorí, pretože niekedy majú silný zážitok Pánovej prítomnosti a lásky. Keď sa Boh dotýka nášho srdca vieme, čo to znamená byť šťastný, sme akoby zamilovaní do neho. Pocit tejto radosti však u nikoho netrvá naveky: Už čoskoro sa vráti „normálny stav“. Ale nedá sa na túto skúsenosť zabudnúť a aj človek s veľkými ranami vie, v akom smere hľadať šťastie: U Pána.

„Keď nás Boh stvoril, boli sme stvorení ako ementálsky syr. Máme v sebe množstvo prázdnych miest, ktoré môže zaplniť iba Boh. Ak nepožiadame Boha, aby vyplnil našu prázdnotu, nerozumne sa budeme usilovať vyplniť tie medzery sami. Vychvaľujeme sa, klebetíme, súperime o miesto na výslni, chceme mať moc nad inými... Ale nakoniec zostávame sami s bolestnou prázdnotou, ktorú môže zaplniť iba Boh.“¹⁷ Ponúknuť zasväteným osobám všetku potrebnú duchovnú pomoc a umožňovať im zúčastniť sa na duchovných podujatiach organizovaných rehoľou alebo aj mimo rehole, na duchovných cvičeniach, ktoré najviac potrebujú: Toto všetko má byť samozrejmosťou, aby ich vzťah s Pánom bol čo najhlbším.

Náš duchovný život môže byť oslabený kvôli nezdravému modlitebnému režimu. Modlitba je spôsob spojenia s Bohom. Ak je v komunite povinnosť denne odriekať kopec rôznych modlitieb, tak sa takáto modlitba môže stať prekážkou spojenia s Pánom. Modlitba nie je pokus alebo snaha niečo zmeniť na strane Boha, ale na našej strane. Množstvo výskumov ukazuje, ako skutočná modlitba a rozjímanie pôsobia na tie časti mozgu, ktoré sú spojené s pocitmi spokojnosti a šťastia. Meditovanie o láske a láskavosti Boha my malo nás robiť šťastnejšími!

4- ŽIŤ SO ZRANENÝMI, NEŠŤASTNÝMI ĽUĎMI

Nemôžem si predstaviť, aká by bola vaša vďačnosť, keby som mal jednoduché riešenie na tento problém...! Sú ľudia, s ktorými je spolužitie veľmi ťažké. Medzi nimi sú takí, ktorí sami trpia a hľadajú pomoc, a iní, ktorí sú utrpením pre druhých, a ktorí vidia problém iba v tých druhých.

Prvá otázka, ktorú treba skúmať je, čo môže byť za ťažko znesiteľným správaním: Poukazuje to na staré, nevyliečené rany alebo je to signál či výkrik trpiacej duše, pretože pod tlakom a stresom to už nezvláda a má toho príliš veľa? V každom prípade sa máme snažiť vidieť, čo je za správaním človeka, pretože iba zranený človek zraňuje iných. To neospravedlňuje nesprávne správanie: Spolusestry a komunita musia mať alebo vymedziť jasné hranice a nenechať si ubližovať. Mať napríklad tvrdohlavú osobu v komunite žiada zvlášť od predstaveného/nej pevné nervy, diplomaciu a tiež prísnosť. Nedá a nesmie sa všetko tolerovať. Ale nikdy nemáme právo niekoho odsudzovať, pretože naše poznanie je veľmi limitované.

V manželstve býva chyba niekedy celkom na začiatku: Nemali sa zobrať, pretože sa nehodia k sebe. Aj vo zasvätenom živote sú prípady, keď kongregácia dovolila niektorým sestrám zložiť sľuby napriek tomu, že na to nemali. Bola to chyba a to má teraz následky na celý život pre nich ako aj pre rehoľu.

Milovať zraneného a zraňujúceho človeka, čiže akceptovať jeho obmedzenia, poruchu alebo chorobu môže niekedy žiadať heroické postoje. Silný príklad takej lásky nájdeme u sv. Terézie od Ježiška: *„V našom spoločenstve je jedna sestra, ktorá má talent vo všetkom sa mi nepáčiť, jej spôsoby, reč, povaha pôsobili na mňa veľmi nepríjemne. Nechcela som podľahnúť prirodzenej antipatii, akú som pociťovala, i povedala som si, že láska nesmie spočívať v citoch, ale v činoch. Začala som teda robiť pre tú sestru to, čo by som bola robila pre osobu, ktorú mám najradšej. Zakaždým, keď som ju stretla, modlila som sa za ňu k Pánu Bohu. Neuspokojila som sa s tým, že som sa veľmi modlila za sestru, ktorá ma stála toľko bojov, ale usilovala som sa jej preukazovať všetky možné služby, a keď som bola v pokušení odpovedať jej neprívetivo, jednoducho som sa na ňu čo najlákavejšie usmiala a usilovala som sa zmeniť smer rozhovoru. Keď som mala s touto sestrou nejakú spoločnú prácu a moje vnútorné boje boli už príliš prudké, často som zutekala ako zbeh. Pretože sestra vôbec nevedela, čo k nej cítim, nikdy netušila motívy môjho správania a bola presvedčená, že jej povaha mi je príjemná. Jedného dňa mi počas rekreácie s veľmi spokojným výrazom povedala asi toto: „Nepovedali by ste mi láskavo, sestra Terézia od Ježiška, čo vás ku mne tak priťahuje? Kedykoľvek na mňa pozriete, vždy sa usmievate.“ Ach, to ma priťahoval Ježiš ukrytý v jej duši... Ježiš, ktorý robí sladkým všetko, čo je horké. Odpovedala som jej, že sa usmievam, pretože ju rada vidím (pochopiteľne som nedodala, že z duchovného hladiska)“¹⁸.*

ZÁVER

Experimentovať s odvahou

V priebehu deviatich rokov od r. 2000 do r. 2009, klesol počet sestier na celom svete o 8,75 percenta, z 800000 na celkových 730 000 (-17,6 percenta v Európe, -12,9 percenta v Amerike, zatiaľ čo počet stúpol o 21,2 percent v Afrike a o 16,4 percent v Ázii). Nemám štatistiky čo sa týka Slovenska, ale nie je to u nás ružové. Predseda Biskupskej konferencie Nemecka, arcibiskup Robert Zollitsch, mal príhovor k členom Nemeckej konferencie vyšších rehoľných predstavených, v ktorom povedal: *„Krízu rehoľného života prejavujúcu sa v nedostatku povolání, výstupmi z reholí, prestarnutosťou a pracovnou preťaženosťou*

zapríčinila priepasť medzi kláštorným vlastným svetom a novodobou spoločnosťou.“ A arcibiskup povzbudil rehoľných predstavených: „*Experimentujte s odvahou – aj keď sa všetko nezdarí – skúšajte, ako by sa poslanie vašej rehole mohlo realizovať v podmienkach dnešnej spoločnosti.*“

Boh nám dáva všetko: stvorenie, život, vieru, Ježiša, Cirkev, sviatosti... Je na nás odpovedať na túto Božiu lásku s odvahou. Máme byť verní a zároveň kreatívni. Sme slobodní odpovedať spôsobom ako chceme v rámci našich konštitúcií. Pred kapitulou sa obyčajne celá provincia modlí. Otázka je: Za čo sa modlí? Aby sa niečo zmenilo, alebo aby všetko zostalo tak, ako to bolo doteraz?

Zaujímavá, informatívna avšak náročná operácia, ktorá by vyžadovala veľkú pokoru a túžbu po pravde, by bola spýtať sa sestier, ktoré odišli, aké zmeny by odporúčali svojej bývalej kongregácii, aby bola naozajstnejšia svojmu poslaniu v Cirkvi a vo svete. Aj človek s ktorým nesúhlasíme, môže prejavíť kúsok pravdy zvlášť v oblasti, kde sme slepí, ak sme ochotní ho vypočuť.

Byť živým podobenstvom Božieho Kráľovstva

Naším povolaním a poslaním nie je iba pracovať. Naše povolanie je oveľa väčšie: Byť živým viditeľným podobenstvom Božieho Kráľovstva! Vždy budeme mať problémy, ale oni nie sú k tomuto cieľu prekážkami. Duch Svätý môže používať všetko, ak mu dôverujeme. Sme podobenstvom Božieho Kráľovstva vtedy, ak niečo z evanjelia je u nás viditeľné napriek naším slabostiam.

Arcibiskup Zollitsch pokračoval: „*Nepodceňujte to, čím ste v Cirkvi. To, čím ste pre Cirkev v zmysle 2. Vatikánskeho koncilu –, nie ste na základe svojej práce a činnosti alebo svojich výsledkov a úspechov. Rehole sú „boží dar“ Cirkvi, hovorí „Lumen Gentium“ – a to bude platiť aj pri klesajúcom počte, aj pri vysokom veku, ba nezruší sa to ani vymieraním jednotlivých komunit. Rehole majú v Cirkvi absolútny primát Boha. Nie ako jednotlivci, ale práve ako spoločnosť sú rády prorockým znakom toho, že aj v spoločenstve Cirkvi existuje primát milosti pred ľudským výkonom.*“¹⁹

Žijeme vo svete, v ktorom sa Boh vylučuje a odmieta. Madleine Debrêle, konvertitka, ktorá žila neďaleko Paríža v jednej robotníckej štvrti chudobných, píše: „*Tam, kde niekto verí a miluje, vytvára ostrov prítomnosti Boha*“²⁰.“ Hovorte to zvlášť svojim starým a chorým sestrám; táto myšlienka môže mať pre ne existenciálny význam a pomôcť im ešte aj v starobe byť šťastné: „*Vaša komunita je ostrovom prítomnosti Boha vo vašom meste, v našej krajine, vo svete*“.

¹GRÜN Anselm „Jdi svou vlastní cestou, Jak čelit zranění z dětství“, Edice Klíč, Paulínky, s. 21-42.

² WIRTZ Ursula, „Vražda duše. Incest a jeho terapie“ Portál 2005.

³ SME 12. mája 2009

⁴ Don Bosco 2007

⁵ Wikipedia

⁶ RICHMOND Raymond L., Healing, Trademark Publishing, s. 40

⁷ POWELL John SJ, „Šťastie začína vnútri“ s. 10

⁸ POWELL John SJ, tamže s.27

⁹ POWELL John SJ, tamže s.131

¹⁰ <http://blog.tyzden.sk/tomas-hupka/2009/06/07/perfekcionizmus-%E2%80%93-cesta-do-neba-ci-do-pekla/>

¹¹ POWELL John SJ, „Šťastie sa začína vnútri“ Dobrá kniha Trnava, s. 87

¹² POWELL John SJ tamže s.87

¹³ POWELL John SJ, tamže s. 74

¹⁴ POWELL John SJ, tamže s. 58 – 70

¹⁵ „Zasvätený život“ 2011/01 „Šport v reholi –luxus alebo nevyhnutnosť? S. 12

¹⁶ POWELL John SJ tamže s. 166

¹⁷ POWELL John SJ tamže s. 176

¹⁸ „Príbeh mojej duše“, Bratislava, Lúč 1997, s. 257

¹⁹ ZOLLITSCH Robert, predseda nemeckej konferencie biskupov, 6. 6. 2011 in Vallendar

²⁰ NÜRNBERG Rosemarie, „Ergriffen von Gott, Exerzitien mit Madeleine Debrêl“ Verlag Neue Stadt, s. 25
