



Zasvätený život

02
2024

30

ČASOPIS
PRE REHOĽNÍKOV
A ZASVÄTENÝCH



foto © Alžbeta Mohyláková

6

ROZHOVOR
**Život
po nehode**

17

PSYCHOLÓGIA
**Choroba v kláštore
ako výzva očami
psychológa**

25

FORMÁCIA
**Úloha
predstaveného
v komunite II.**

34

HISTÓRIA
**Keď Boh uzdravuje
a obnovuje miesta
na mape**



september 2024 • 15. ročník • číslo 30

vydavateľ:

Konferencia vyšších rehoľných
predstavených na Slovensku (KVRPS)
Miletičova 7, 821 08 Bratislava
mail: kvrps@kvrps.sk
IČO: 36122084
DIČ: 2021704014

šéfredaktorka:

Hermana Matláková

redaktori:

Františka Čáčková
Metod Marcel Lukačik
Reginald Slavkovský

fotografie:

Katarína Berešová,
archívy rehoľných inštitútov
na Slovensku a archív KVRPS

fotoeditor:

Katarína Berešová

jazyková úprava:

Katarína Gajdošová

grafická úprava:

Lýdia Valter

tláč:

Varínska tlačiareň

evidenčné číslo MK SR:

EV3916/09
ISSN 1338-1032

**finančné príspevky
na vydávanie časopisu:**

IBAN: SK81 1100 0000 0029 2782 6288
SWIFT (BIC) TATRSKBX
variab. symbol: 1111

objednávky:

distribucia@kvrps.sk

príspevky do časopisu:

media@kvrps.sk

Príspevok: 5 €
Vychádza 2× ročne

www.kvrps.sk



Obsah 30

3 EDITORIÁL

4 KVRPS

Finišujeme v našej vízii

6 ROZHOVOR

Život po nehode

9 SPIRITUALITA

On dáva všetkým život, dych a všetko

14 TALENTY

Talenty žiariace v tme

17 PSYCHOLÓGIA

Choroba v kláštore ako výzva očami psychológa

21 REFLEXIA

Choroba v kláštore

25 FORMÁCIA

Úloha predstaveného v komunite podľa Reguly sv. Augustína II.

30 BLOG

Sprevádzanie nevyliciteľne chorých a ich príprava na smrť
z pohľadu rehoľnej sestry

32 BLOG

Životné antibiotiká

33 MÉDIÁ

Pentecost Project ako priestor rásť

34 HISTÓRIA

Keď Boh uzdravuje a obnovuje miesta na mape

39 SPRÁVY Z KVRPS

- Deviate Zhromaždenie Konferencie vyšších rehoľných predstavených na Slovensku
- Noví členovia KVRPS od posledného Zhromaždenia v októbri 2023



Choroba. Niečo, čo nám vstupuje do života. Niekedy pod tlakom veku, niekedy po úraze, inokedy ako dôsledok nášho správania. Napriek tomu ovplyvňuje náš život, ale aj život komunity, v ktorej žijeme, spoločenstva, ktorého sme súčasťou.

Keď Božena Němcová napísala svoju úspešnú novelu *Babička*, opisovala šťastnú ženu s bielymi vlasmi, vráskavými rukami a štyrmi zubmi. Babička mala 55 rokov. Dnes v tomto veku počítame s tým, že máme pred sebou ešte desať rokov pracovného života, že ešte nie je čas starnúť a vôbec prežívať nejakú ťažkosť spojenú s vekom. Za posledných dvesto rokov nám priemerný vek stúpol o viac ako dvadsať rokov. Priemerný vek života na Slovensku je približne 78 rokov (u žien je vyšší, u mužov nižší). Výskumy ukazujú, že vplyvom modlitby a meditácie je tento vek u zasvätených dokonca o 5 rokov vyšší.

Boh nám daroval čas. Čas, ktorý nemali naši predchodcovia. Napriek tomu, že mali menej času na zemi, stávali sa veľkými svätcami. Aj

preto sme sa v tomto čísle časopisu pristavili pri fenoméne choroby a jej vnímania v osobnom, komunitnom i spoločenskom živote. A tak ako choroba navštevuje ľudí, tak navštevuje aj miesta, ktoré je potrebné postupne uzdravovať a vnímať v nich dotyk Boha. Choroba nie je len časom utrpenia, ale aj časom premeny, ktorá mení nielen chorého, ale aj jeho komunitu. Premeny zmýšľania, premeny štýlu života, spomalenia. Choroba sa tak stáva potrebnou skúškou správnosti nášho predchádzajúceho života.

Týmto číslom časopisu vstupujeme aj do jubilejného roku 2025. Jubileum nie je len čas na oslavu, ale aj čas na vyrovnanie chodníkov, ktoré v našich komunitách zarastajú alebo sa kľukatia. Nech téma choroby, začínajúceho sa jubilea ukáže nový smer, kde chceme spolu so slovenskou Cirkvou kráčať. Byť svorníkmi spoločenského i duchovného života v krajine, ktorá si prechádza krízami. Lebo len kríza dokáže pomôcť k vzrastu.

Prajem Vám príjemné
a zamyslené čítanie.

S. Kormaník



Finišujeme v našej vízii

Začiatkom roku 2022, keď bola zvolená nová Rada Konferencie vyšších rehoľných predstavených na Slovensku, sme synodálnym spôsobom začali hľadať cestu pre našu Konferenciu na najbližšie tri roky. Okolo 50 zástupcov rehoľných inštitútov sa stretlo, aby skúmali výzvy spoločného kráčania zasvätených po otvorení synody o synodalite.

Pri našom komunitnom živote sa javí ako veľmi dôležité kritérium pravdivosti a autenticity. Preto vnímame, ako je pre komunitu dôležité pravdivo opisovať realitu, nezakrývať negatívne javy, nebyť farizejskými a nezametať problémy pod koberec, ale riešiť ich.

Pri našom stretnutí sme si uvedomili, že rehoľníci už synodálnou cestou putujú. Jednak preto, že naša spolupráca s laikmi je otvorená, ale aj preto, že zasvätený život je v podstate synodálny – máme kapitulný spôsob vedenia a riadenia, pri ktorom hodnotíme predchádzajúce obdobie a pozeráme sa do budúcnosti, a tiež preto, že predstavení sú volení ale-



bo menovaní len na určité obdobie. Aj keď nám synodálny spôsob života nie je vzdialený, predsa máme svoje bolesti a nedostatky, s ktorými chceme bojovať. Ovocím tohto stretnutia bolo päť tém, ktoré sme na jarnom Zhromaždení KVRPS v roku 2022 prijali ako našu víziu. Boli to témy: spolupráca a etablovanie rehoľníkov, formácia, rozlišovanie, komunitný život a živá evangelizácia. Postupne sme sa týmto témam venovali nielen na stretnutiach vyšších predstavených, ale aj v našej každodennej práci.

Na jesennom Zhromaždení KVRPS toho istého roku sme sa venovali prvej téme – **formácii**. Vnímame totiž potrebu vzájomnej spolupráce v oblasti počiatočnej formácie. Preto pokračujeme v spoločných stretnutiach v internoviciáte a interjunioráte, ale aj vo

formácii mladých rehoľných kňazov. Pochopili sme, že pre plnšie prežívanie spoluzodpovednosti je nevyhnutné skvalitniť formáciu predstavených a formátorov. Aj my sami ako vyšší predstavení potrebujeme formáciu. Preto nás hostia na Zhromaždení previedli úskalím našej služby a hovorili o téme príčin vyčerpania a únavy zo súcitu.

Činnosť rehoľí v spoločnosti si vyžaduje aj vzájomnú **spoluprácu**. O synergiu 72 inštitútov sa totiž potrebujeme oprieť najmä pri vyjednávaní so štátnymi inštitúciami a tých sme absolvovali veľké množstvo – či už to boli rokovania na ministerstve práce a sociálnych vecí, ministerstve investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie, ministerstve školstva či kultúry. Dokonca nás na aprílovom Zhromaždení KVRPS v roku 2023 navštívil aj vtedajší premiér Eduard Heger. Téma etablovania rehoľníkov na Slovensku a vzájomnej spolupráce sa venovalo práve spomínané jarné Zhromaždenie a vzišlo z neho množstvo podnetov pre naše komisie na vzájomnú pomoc a spoluprácu medzi rehoľnými inštitútmi.

Svätý Otec František nás často upozorňuje na to, že Boží ľud stále považuje zasvätených mužov a ženy za pilier pri hľadaní Božieho hlasu a za nositeľov Božej vízie a obracia sa na nich. To nás zaväzuje k rozlišovaniu Božej vôle a snahe poznať realitu života. Téma **rozlišovania** sme sa venovali v októbri 2023. Z nášho synodálneho skúmania vzišlo, že nemáme žiť len z vlastných skúseností, ale máme pozerieť dopredu, s odvahou vstúpiť do nových situácií a rozlišovať, čo robiť alebo nerobiť, resp. čo pustiť. Ako proroci tejto doby vieme, že naša služba má vychádzať z ohňa, nie z popola, ktorý dusí. Máme sprostredkovať to, čo je sväté, a nechať sa pomýliť.

V našom **komunitnom živote** sa javí ako veľmi dôležité krité-

rium pravdivosť a autenticita. Preto vnímame, ako je pre komunity dôležité pravdivo opisovať realitu, nezakrývať negatívne javy, nebyť farizejskými a nezametať problémy pod koberec, ale riešiť ich. Pre miestnych aj vyšších predstavených sme zorganizovali Seminár tvorby spoločenstva podľa známeho psychológa Scotta Pecka a tiež sme sa na jarnom Zhromaždení v tomto roku zaoberali témou *Komunita a duchovné zneužívanie*.

Napokon nás v tomto roku (október 2024) čaká ešte téma **živej evangelizácie**. Vieme, že Ježiš mnoho ráz varoval svojich učeníkov pred tendenciou prispôbiť novosť posolstva evanjelia starým zvykom s rizikom, že sa stane nezrozumiteľným a neúčinným. Veď s Božím kráľovstvom je to ako so semenom, ktoré kľíči a rastie a ani o tom nevieme. Preto ak chceme plniť naše poslanie, musíme skúmať znamenia čias a vysvetľovať ich vo svetle evanjelia. Nákazlivý apoštolský zápal pri ohlasovaní evanjelia sa odrazí aj v duchovných povolaniach. Lebo kde je zápal a chuť ohlasovať radostnú zvesť, tam sa objavajú aj povolania.

Obdobie troch rokov ubehlo veľmi rýchlo. Vízia sa často za tento čas len formuje. Doba je však veľmi rýchla, a preto sa navzájom potrebujeme, aby sme nemuseli mnohé veci riešiť sami v každom jednom rehoľnom inštitúte. Opierajúc sa o našu víziu spájame spoločné sily v oblasti teologicke-spirituálnej, ekonomicko-právnej, mediálnej, zdravotno-sociálnej a školskej. Tak sú nastavené naše pracovné skupiny – komisie. Všetkým, ktorí sa zapojili do naplňovania vízie našej Konferencie, sa chceme úprimne poďakovať a popriať nám, aby sme jej zavŕšenie s Božou pomocou zvládli.

■ JURAJ ĎURNEK, SchP

Život po nehode

Sestra Patrícia, žena pochádzajúca z dediny Stakčín pod Vihorlatom. Teraz je na invalidnom dôchodku a žije v komunite sestier v Prešove Pod Kalváriou. Spolupracuje na prekladoch zošitov duchovnej formácie z poľského jazyka. Maľuje obrázky na fóliu a vytvára pohľadnice na sviatky Kristovho narodenia a vzkriesenia.

Ako vyzeral tvoj život pred príchodom do rehole?

Študovala som na strednej priemyselnej škole v Bardejove odbor výroba obuvi. Keďže internát bol blízko gréckokatolíckeho chrámu, často som využívala možnosť ísť na svätú liturgiu. To ma posilňovalo na ceste životom. V rámci relaxu som rada štrikovala, venovala sa šitiu osobných vecí a pomáhala doma, kde to bolo potrebné. Veľmi rada som bicyklovala a to mi ostalo až dodnes. Po ukončení strednej školy som sa rozhodla vstúpiť do kláštora sestier služobníc nepoškvrnenej Panny Márie. Keď som ukončila noviciát, začala som pracovať ako sakristiánka. Tejto práci som sa venovala viac-menej počas celého svojho aktívneho života.

Aké boli tvoje sny, keď si vstúpila do rehole?

Je to nezvyčajné, ale nemala som sny. Mala som túžbu zasvätiť sa Ježišovi. Poznala som rehoľné sestry, lebo prichádzali do našej farnosti na veľké sviatky a odpustové slávnosti. Boli mi blízke, a preto som sa rozhodla vstúpiť do tejto kongregácie. Jedno som vedela: nechcem učiť a pracovať v nemocnici. Pred príchodom do



Boh mi vložil do srdca jednu myšlienku a ona sprevádza celý môj rehoľný život: „Ži v očakávaní Boha a nie človeka.“

rehole som nebola nikde zamestnaná, lebo hneď po strednej škole som išla do kláštora. Ak by Ježiš nezaklopal na dvere môjho srdca, ostala by som v meste Bardejov

a tam by som pracovala v závode Jas na výrobu obuvi.

Kde si pracovala a čomu si sa chcela venovať?

Na konci noviciátu sme mali prax a ja som praxovala v sakristii. Táto práca mi bola veľmi blízka, preto sa predstavení rozhodli zaradiť ma po noviciáte ako sakristiánku v Katedrálnom chráme sv. Jána Krstiteľa v Prešove. Popri tejto práci som sa naučila šiť naše rehoľné rúcho. Dokonca aj kňazské a biskupské rúcha, aj keď tomu som sa venovala len veľmi málo. Po pár rokoch v kláštore mi predstavení ponúkli možnosť urobiť si vodičský preukaz. To som s radosťou prijala, aby som aj takýmto spôsobom mohla slúžiť. Po noviciáte som si ešte urobila katechetický kurz, aby som mohla vyučovať náboženstvo, ak bude potreba. Krátko, s malými prestávkami, som učila náboženskú výchovu najprv v Prešove, potom v Snine a znova v Prešove. Aj napriek tomu, že som nechcela učiť, predsa som učila. Nebolo mi to blízke, ale snažila som sa dať deťom maximum, zvestovať im Krista a jeho radostnú zvesť o Božom kráľovstve.

Neskôr som sa venovala už iba práci v sakristii. Boh ma napíňal

svojou radosťou a milosťou v živote a v práci, ktorú som vykonávala od začiatku svojho rehoľného života. Vložil mi do srdca jednu myšlienku a ona sprevádza celý môj rehoľný život: „Ži v očakávaní Boha a nie človeka.“ V rôznych ťažších situáciách ma Boh dvíhal aj cez túto myšlienku, za čo som mu veľmi, veľmi vďačná.

Po niekoľkých rokoch sa stala autonehoda. Pamätáš si na ňu? Čo sa stalo?

Autonehoda. Viem, že sa niečo také stalo, pretože nesiem jej následky, ale ako sa to presne dialo, keď sme sa kotúlali, na to si vôbec nepamätám. Vycestovali sme na Ukrajinu skoro ráno – o druhej v noci. Na začiatku cesty sme sa modlili ruženec, potom nám dal jeden z kňazov požehnanie a po chvíli som zaspala. Zobudila som sa, až keď auto znovu stálo na kolesách mimo

cesty. Bola som pripútaná a nechápala som, čo sa stalo, prečo sme mimo vozovky. Keď som chcela pohnúť nohou a potom druhou, nešlo to. Preto som ostala sedieť a čakať, až kým prišli pre mňa.

Čo sa dialo potom?

Odopli môj pás, vytiahli ma z auta a položili na zem. Bol tam chaos. Ležiac na zemi som skúšala dvihnúť pravú a ľavú ruku. Podarilo sa mi ich dvihnúť, ale v lakti sa zohli a prepadli. Myslela som si, že vo vnútri sú zlomené. Pritom na tele som nemala ani jeden škrabanec. Previezli ma do nemocnice v Skole a neskôr do Ľvova. Predstavení rozhodli, aby ma operovali na Slovensku. Letecky ma prepravili do Košíc na operáciu. Prognóza bola ťažká. Lekár o mne povedal: „Podľa všetkého bude iba ležať.“ Nastal čas zotavovania a rehabilitácie, najprv v Národnom reha-

bilitačnom centre Kováčova, neskôr rehabilitácia u našich sestier v Poľsku. Prvé roky som bola celý čas v Poľsku, aby mi čo najviac pomohli. Neskôr, keď sa môj stav stabilizoval, vrátila som sa na Slovensko do svojej komunity v Prešove. Teraz ku mne prichádza jedna pani, ktorá so mnou cvičí trikrát do týždňa, aby sme udržali nad hladinou zázračný úspech všetkých, ktorí mi hneď od začiatku pomáhali. Cvičím aj sama alebo s pomocou sestier.

Aké boli prvé dni, týždne po autonehode?

Jednoznačne boli ťažké, veľmi ťažké. Z aktívneho života prejsť na minimálne aktívny život bo-

**Lekár o mne povedal:
„Podľa všetkého
bude iba ležať.“**



Fotografia použitá s dovolením Alžbety Mohyláckovej

lo veľmi náročné. Boh žiadal prejsť na život, aký mi pripravil. Nechcelo sa mi do ničoho, ani len do sedenia na vozíku. Ale vďaka pani doktorke z Kováčovej, ktorá ma nielen motivovala, ale bola na mňa aj prísna, sedím na vozíku. Sestrám, ktoré boli a sú okolo mňa, vďačím za to, že sa dokážem na vozíku sama posunúť. Na začiatku to bolo len trochu, postupne je to už aj niekoľko metrov. Na kvadriplegika (pozn. redakcie: človek ochrnutý od krku nadol) je to obrovský úspech. V Poľsku som sa naučila jazdiť aj na elektrickom vozíku. Môžem smelo povedať, že podľa možností žijem plnohodnotný život.

Ako sa na situáciu díváš z nadvhľadu rokov? Aký je teraz tvoj vzťah k Bohu?

Môj vzťah s Bohom bol veľmi krásny. Žila som pekné životné dobrodružstvo. Po nehode som ostala jediná s trvalými násled-

Nevnímam sa ako chorá, Boh mi ponechal isté dary, s ktorými môžem pracovať či už v ústraní, alebo pri osobných stretnutiach.

kami. Bolo mi z toho na začiatku veľmi ťažko, ale s odstupom času to vidím ako Boží plán so mnou, potreboval ma v úzadí. Vnímam, že môj vzťah s Bohom nestratil na kvalite, ba ešte viac sa prehĺbil.

Je aj chorá sestra plne rehoľnou sestrou?

Nevnímam sa ako chorá, Boh mi ponechal isté dary, s ktorými

môžem pracovať či už v ústraní, alebo pri osobných stretnutiach, takisto môžem iných potešiť skrze dar, ktorý vytvorím. No sú dni, keď som veľmi slabá, vtedy iba ležím, no ostáva mi najdôležitejšie poslanie – modlitba. Preto sa vnímam ako plnohodnotná rehoľná sestra.

A ako to vníma tvoje okolie?

Okolie sa teší z každého môjho úspechu, povzbudzuje ma, veriaci sa za mňa modlia a hlavne ma majú radi.

Chceš niečo odkázať?

Chcem sa poďakovať všetkým, ktorí mi akýmkoľvek spôsobom pomáhali, pomáhajú a starajú sa o mňa. Boh vás žehnaj, Bohorodička ochraňuj!

Kristus medzi nami!

■ FRANTIŠKA ČAČKOVÁ, OSF





On dáva všetkým život, dych a všetko

V roku 2021 vyšiel slovenský preklad knihy Jamesa Nestora *Dych. Nová veda o stratenom umení*. Kniha sa stala bestsellerom a bola preložená do mnohých jazykov. Je o dýchaní a viacerých jeho aspektoch. Písaná je prístupným štýlom, a tak sa pre mnohých čitateľov stala výzvou nebrať ani základné biologické fungovanie nášho tela ako samozrejmosť.

Aj prostredníctvom dýchania môžeme skvalitniť svoj život. Pre ľudí, ktorí berú vážne aj duchovný rozmer svojho života, je to príležitosť novým spôsobom premyslieť súvislosti dychu, ducha a jednoty našej telesnej a duchovnej skúsenosti.

Dych ako božský dar od úsvitu dejín po kresťanskú Trojicu

V archaických kultúrach malo dýchanie hlbokú symboliku a predstavovalo príliv a odliv existencie. Dych nebol len fyziologickým procesom, ale božským darom, stelesnením vitality a vedomia, oživujúcej sily, ktorá presahuje hmotnú existenciu. V sanskrite slovo *prána* znamená dych, život, duch a i. V upanišadach je to životná sila, ktorá udržiava život a spája ľudí s vesmírnou energiou. Dôležitý je aj sanskritský výraz *átman*. Označuje naše najvnútornejšie ja, najhlbšiu podstatu, ktorá presahuje fyzické telo. Úzko súvisí s pojmami *dych* a *duch*, pričom zdôrazňuje prepojenosť všetkej existencie. Z európskych jazykov si túto stopu nesie nemčina v slovách *atmen* (dýchať) a *Atem* (dych).

Staroveká múdrosť si uvedomovala, že život sa začína prvým nádychom a končí sa posledným výdychom, čo zdôrazňuje hlboký význam dychu vo vzťahu k životu a bytiu vôbec. Tak nám dych môže pripomínať našu hlbokú prepojenosť s vesmírom a byť symbolom nášho spojenia s Božou prítomnosťou. Dýchanie odhaľuje posvätný „tanec života“, symfóniu nádychov a výdychov, našu prirodzenú božskosť a večné puto medzi telom, myslou a duchom. Ešte

Staroveká múdrosť si uvedomovala, že život sa začína prvým nádychom a končí sa posledným výdychom, čo zdôrazňuje hlboký význam dychu vo vzťahu k životu a bytiu vôbec.



špecifickejšie symbolizuje Ducha Svätého ako večný dych lásky, nekonečné dávanie a prijímanie medzi Otcom a Synom. Kresťanskú modlitbu môžeme chápať ako možnosť účasti na tomto „dýchaní lásky“.

Biblické chápanie dychu

Ak máme pochopiť význam dychu a dýchania vo Svätom písme, potrebujeme sa priblížiť k biblickým jazykom, ktoré odrážajú myslenie a predstavy vyše tisícročného obdobia. Tam, kde je v slovenskom preklade *dych*, sú v pôvodnom znení rôzne slová, v hebrejčine až štyri. Každé má niekoľko významov a tie sa môžu prekrývať alebo dopĺňať. Podobne je to v gréčtine.

Pominuteľnosť a neuchopiteľnosť dychu, ktorý je nehmotný, vyjadruje hebrejské slovo *hevel*, tiež *para*, *márnosť*. Ak je použité slovo *nefeš* (tiež *hrdlo* a *krk*, ale aj *osoba*, *niekto*, *život* jednotlivca, aj miesto emócií, túžob

a vnemov), označuje *dych* ako to, čo z nás robí živé bytosti (*nefeš chaja* sa prekladá ako *živá duša*).

Dych a tiež *duch*, oživujúci princíp, *mysel'* a ľudská *povaha*, ale aj pohyb vzduchu od *vánku* po *víchór* vyjadruje slovo *ruach*, ženského rodu. Je nositeľkou prirodzeného života, bez nej by ľudia zomreli. Ak je *ruach* PÁNOVA, Božia a svätá, táto tajomná sila dáva a kriesi život. Vychádza od Boha aj ako *viator* a *dych*, lebo zoslal práve *ruach*, keď *dal zavívať vetru* (Gn 8, 1), aby ustúpila voda potopy, a *prudkým východným vetrom rozháňal a vysušil more* (Ex 14, 21), aby Izraeliti prešli po suchu. Pri stvorení zasa PÁN svojím *slovom* utvoril nebesia a *dychom svojich úst všetky ich voje* (Ž 33, 6). Výraz *dych/duch života* (*ruach chajim*) sa vyskytuje aj spolu s *dychom* (*nešama*) v zmysle *dych oživujúceho ducha* (Gn 7, 22).

Slovo *nešama* znamená *fúkanie*, *vanutie*, *dych*, všetky živé bytosti spolu aj titul Boha. Nájdem

ho v opise stvorenia, keď PÁN Boh vyformoval človeka... a vdýchol do jeho nozdier dych života (nišmat chajim) (Gn 2, 7). Túto nišmat chajim majú všetky živočíchy, ale iba o človeku je napísané, že mu ju vdýchol Boh. Ako pri tom poznamenali rabíni, kto vydychuje, dáva niečo zo svojho vnútra. Tak človek, stvorený na Boží obraz (Gn 1, 27), môže vnímať ľudskú dôstojnosť, ale aj Božiu pozornosť a dôvernú blízkosť v tom, že nosí v sebe jeho dych.

Slovo *nešama* je použité aj v závere žalmov vo výzve: *všetko, čo dýcha, alebo všetok dych, teda každý náš nádech a výdych, nech chváli PÁNA* (Ž 150, 5). V tomto zmysle sa celé naše bytie vo vzťahu k Bohu stáva modlitbou. Prv než niečo povieme alebo urobíme. Modlitba nie je niečo sväté v protiklade k svet-skému a môže byť prirodzená ako dýchanie (T. Merton).

Nový zákon stavia na starozákonných významoch. Preberá ich z prekladu Písem do gréčtiny, keďže je písaný v tomto jazyku. Ďalej ich rozvíja aj pod vplyvom gréckeho myslenia. Napríklad *psyché*, duša, má už iný význam ako hebrejská *nefeš*, ale stále platí prepojenie dychu s duchom. Vyjadruje ho slovo *pneuma*. Označuje okrem *vanutia*, *vetra* a *dýchania*, *dychu* aj životný princíp (*dych/ducha života*, *dušu*) a *vitalitu* alebo *ducha* ako nehmotnú časť človeka oproti telu, sídlu vnútorného života, aj božské *vnuknutie*. Môže ísť aj o nezávislé duchovné bytie, Božieho *Ducha*, ako aj *zlého ducha*. V nadväznosti článku je citát zo Sk 17, 25, kde je použité blízke slovo *pnoé*, v preklade *dych*, *vanutie* a *vietor*.

Okrem biblických jazykov spomeňme aj latinčinu. Slovo *spiritus* pochádza zo slovesa *spirare*, *dýchať*. Označuje *dych* a *ducha*, ako aj *dýchanie*, *vietor*, *inšpiráciu*, *oživujúci princíp* u ľudí a zvierat, *božskú myseľ*, *odvahu*, dokonca *silné destiláty*. Spájalo sa s fyzickými aj metafyzickými aspektmi existencie.

Vedecký prístup k dychu a jeho limity. Tajomstvo podnecujúce vďačnosť

Môžeme mať dojem, že veda natoľko preskúmala proces dýchania, že ho celkom zbavila pôvodnej tajomnosti a posvätnosti. Naozaj o ňom vieme veľa. Je to základný fyziologický proces, nevyhnutný pre život. Ide v ňom o výmenu kyslíka a oxidu uhličitého medzi telom a okolím. Bránica a medzirebrové svaly sa počas nádychu sťahujú, pľúca nasávajú vzduch, z ktorého potrebujeme kyslík. Pomocou krvného obehu sa dostáva do buniek, kde ho mitochondrie využívajú na výrobu energie. Vedľajším produktom tohto procesu je oxid uhličitý.

Dýchanie starostlivo reguluje autonómny nervový systém, najmä dýchacie centrá mozgového kmeňa. Reagujú na chemické zmeny v krvi, napríklad na rôzne hladiny oxidu uhličitého a pH. Okrem toho rôzne receptory poskytujú spätnú väzbu na presné nastavenie rýchlosti a hĺbky dýchania. Vieme, že dýchanie ovplyvňuje aj naše emócie. V pokoji dýchame pomalšie a hlbšie. Stres a úzkosť spôsobujú rôzne poruchy dýchania, ktoré môžu zhoršovať stres aj úzkosť, až sa vytvorí začarovaný kruh. To všetko poukazuje na hlboké prepojenie medzi mysľou a telom.

Napriek týmto komplexným poznatkom má aj vedecké skúmanie svoje hranice. Hoci poznáme fyziologické a biochemické procesy súvisiace s dýchaním, iné jeho aspekty zostávajú menej známe: subjektívne prežívanie dychu, vzájomné pôsobenie medzi emóciami, poznaním, vedomím a dýchaním sa vymykajú prísnej vedeckej kvantifikácii. Ani dýchacie techniky nie sú dostatočne vedecky preskúmané a veda niekedy nedokáže vysvetliť ich priaznivý ozdravujúci vplyv. Integrácia týchto aspektov zostáva naďalej

Napriek komplexným poznatkom aj vedecké skúmanie má svoje hranice. Hoci poznáme fyziologické a biochemické procesy súvisiace s dýchaním, iné jeho aspekty zostávajú menej známe: subjektívne prežívanie dychu, vzájomné pôsobenie medzi emóciami, poznaním, vedomím a dýchaním sa vymykajú prísnej vedeckej kvantifikácii.

výzvou a ponecháva priestor na ďalšie skúmanie. Výskumníci žasnú nad komplexnosťou dýchania, ktoré aj napriek množstvu poznatkov vnímajú ako zázrak a tajomstvo. Pre veriacich ľudí môže byť modlitbou a podnetom na prežívanie vďačnosti.

Kniha Dych a pneumonauti

James Nestor, autor uvedenej knihy, v nej priznáva, že k záujmu o dýchanie ho viedli aj rôzne zdravotné problémy. Jeho kniha je ako dobrodružná výprava, v ktorej sa miešajú historické anekdoty, vedecký výskum a osobné experimenty s technikami dýchania. Autor si váži tých, ktorí po tejto ceste šli pred ním a nazýva ich *pneumonauti*. Ukazuje, že odvrátenou stránkou vývoja modernej spoločnosti sú mnohé zdravotné problémy, pričom niektoré priamo alebo nepriamo súvisia s dýchaním. Paradoxne nám môžu pomôcť rôzne dávne postupy.

Jednou zo silných stránok knihy je podrobné preskúmanie dýcha-

cích technik. J. Nestor ich nielen opisuje, ale uvádza aj historické a kultúrne súvislosti, prípadne vedecké princípy, ktoré objasňujú niečo z ich tajomstva. Uvedme aspoň niektoré. Na svojej webovej stránke má autor aj inštruktážne videá.

Hlavné posolstvo knihy hovorí: treba **dýchať nosom** (nie ústami) a pomalšie. Nosové dýchanie filtruje, zohrieva a stláča vzduch, zabraňuje chrápaniu a spánkovému apnoe.

Pomalé (rezonančné či koherentné) dýchanie zahŕňa dýchanie rýchlosťou päť až šesť cyklov nádychu a výdychu za minútu (nádech aj výdech trvá asi 5,5 sekundy). Výskumy naznačujú, že takéto dýchanie synchronizuje variabilitu srdcovej frekvencie a zlepšuje kardiovaskulárne funkcie. Okrem toho má upokojujúce účinky, podporuje uvoľnenie a redukuje stres.

Metóda Wima Hofa je obľúbená technika, ktorá kombinuje špecifické dýchacie cvičenia s vystavením sa chladu a s meditáciou. Dychové cvičenia zahŕňajú cykly hlbokého dýchania s následným zadržaním dychu, ktorých cieľom je ovplyvniť autonómny nervový systém a zlepšiť celkovú odolnosť.

Nádi Šódhana (striedavé dýchanie nosnými dierkami) je tradičná jogínska prax. Spočíva v nádychu jednou nosnou dierkou pri zatvorenej druhej a opačne pri výdychu. Predpokladá sa, že vyrovnáva energiu tela a zlepšuje dýchacie funkcie.

Dýchanie podľa Butejky je snahou istý čas dýchať menej a tiež nácvik zadržania dychu s cieľom zvýšiť toleranciu oxidu uhličitého. Táto technika mnohým pomohla pri astme a úzkosti, zlepšuje výkonnosť, sústredenie a celkovú pohodu. J. Nestor spochybňuje zaužívaný názor, že oxid uhličitý je len nezáujímavý odpadový produkt. Vyzdvihuje jeho kľúčovú úlohu pri dodávaní kyslíka do buniek a pre celkové dobré fungovanie organizmu. Zámerným zvyšovaním hladiny oxidu

uhličitého prostredníctvom cvičení na zadržanie dychu môžeme posilniť bránicu a zlepšiť účinnosť dýchania.

Stručný prehľad dýchacích technik je v prílohe na konci knihy. Ponúka argumenty podložené vedeckým výskumom a obohatené o osobné skúsenosti. Slúži aj ako historický prehľad a praktická príručka, vďaka čomu je cenným zdrojom informácií pre každého, kto má záujem o zlepšenie svojho zdravia prostredníctvom uvedomelého dýchania.

Dýchanie a duchovná prax

Aj keď má západná kultúra tendenciu všimnúť si na starobylých dýchacích technikách tie aspekty, ktoré sa týkajú fyzického zdravia alebo duševnej pohody, treba priznať, že pre dávnych ľudí mali vždy predovšetkým duchovný význam. V hinduizme je *pránajama* (kontrolované dýchanie) základnou zložkou jogy a pripravuje praktizujúcich na hlbšiu meditáciu a spojenie s božstvom. Budhizmus využíva dýchanie pri meditácii (*anapana-sati*), pričom sa zameriava na uvedomovanie si dychu s cieľom rozvíjať bdelosť a dosiahnuť duchovné prebudenie.

V židovskej a kresťanskej tradícii sa často hovorí o dychu aj v súvislosti s duchovným rozmerom života, ale v duchovnej praxi sa to neodrazilo takým významným spôsobom ako vo východných náboženstvách. Práca s dychom sa výslovne spomína pri **Ježišovej modlitbe** (opakujú sa slová *Pane Ježišu Kriste, Syn Boží, zmiluj sa nado mnou*). Odporúča sa modliť sa v súlade s rytmom dychu, čo platí aj o veršovaných častiach **Liturgie hodín**. Niektoré prístupy k **lectio divina** odporúčajú spájať čítanie Písma s meditatívnym dýchaním, ktoré umožňuje slovu preniknúť do srdca. Za posledné desaťročia sa stáva populárnou kontemplatívna **modlitba súhlasu** (ang. *Cente-*

ring prayer). Okrem posvätného slova, uvedomovania si Božej prítomnosti a súhlasu s Božím pôsobením v duši môže na podporu sústredenia poslúžiť aj vedomé dýchanie, hoci sa neodporúča, aby sa stalo jadrom modlitby.

Viera, že prostredníctvom dýchania môžeme oslavovať Boha, rezonuje s myšlienkou, že najdôležitejšie je to, kým sme, a nie to, čo robíme. Táto perspektíva zdôrazňuje vnútornú hodnotu bytia nad konaním. Dýchanie, základný a mimovoľný úkon, odráža našu existenciu a naše spojenie s podstatou života. Keď si v tichu uvedomujeme svoj dych, ctíme si dar života a dotýkame sa toho, čo je v nás božské.

Tento pohľad sa zhoduje s mnohými duchovnými učebnými, ktoré zdôrazňujú dôležitosť prítomnosti a autenticity. Vo svete, ktorý je často poháňaný tlakom na aktivitu a úspechy, ponúka presvedčenie o tom, že jednoduché bytie a dýchanie môže oslavovať Boha, hlbokú pripomienku našej prirodzenej hodnoty. Tiež nás povzbudzuje k prechodu od výkonu k prítomnosti a pozýva nás, aby sme v jednoduchosti našej existencie nachádzali Boha a jeho láskavú blízkosť.

Na záver uvedieme myšlienky a obrazy Basila Penningtona, amerického trapistu z jeho knihy o modlitbe súhlasu. Hovorí o tom, čo znamená, že nás Boh miluje, že je nám blízko, že s nami chce mať dôverný vzťah, že sme preňho naozaj dôležití. Nestvoril nás pre nič iné, iba preto, aby sa z nás tešil a aby sme sa my tešili z neho. Pre nás však nie je ľahké pochopiť túto Božiu veľkodušnosť. Výchova a postoje, prevládajúce v dnešnom svete, nás utvrdzujú v omyle, že lásku si treba zaslúžiť a za všetko, čo dostaneme, treba zaplatiť. Božia logika je iná. V jeho kráľovstve je všetko darom.



V židovskej a kresťanskej tradícii sa často hovorí o dychu aj v súvislosti s duchovným rozmerom života, ale v duchovnej praxi sa to neodrazilo takým významným spôsobom ako vo východných náboženstvách.

B. Pennington ponúka obraz otca a dieťaťa. Otec sa teší, keď k nemu pribehne jeho synček, ktorý opustil hračky, kamarátov, a vylezie mu do náručia. Keď drží svoje dieťa a túli ho k sebe, nezaujíma ho príliš, či sa dieťa obzerá, či jeho pozornosť preskakuje z jednej veci na druhú, či sa sústreďí na neho, alebo zaspáva. Dieťa si vtedy vybralo byť s otcom, je si isté láskou, starostlivosťou a bezpečím, ktoré mu v jeho náručí patria. K takémuto prístupu má smerovať naša modlitba. V nej sa môžeme uvelebiť v milujúcom náručí nebeského Otca. Naše myšlienky môžu roztržito pre-

skakovať hore-dolu, môžeme dokonca zaspáť, ale dôležité je, aby sme sa rozhodli zostať na istý čas dôverne s našim Otcom, odovzdať sa mu, prijať jeho lásku a starostlivosť, nechať ho, aby si nás užíval podľa svojej vôle. Tento postoj nám môže pripomínať aj vedomé, pokojné dýchanie. Kontemplatívna modlitba je vlastne veľmi jednoduchá. V katechizme sa stať o nej začína citátom sv. Terézie Avilskej: *Podľa môjho názoru kontemplatívna modlitba nie je nič iné ako dôverný priateľský styk, v ktorom sa často zdržiavame sami s tým, o ktorom vieme, že nás miluje.*

Prijmite pozvanie pátrať v Písme po nových zaujímavých objavoch a opatrne vyskúšať niektoré dychové techniky na podporu zdravia a vnútorného pokoja. Budeme radi, ak sa dych pre vás stane tichým svedectvom o Božej vernosti a blízkosti, o tom, že on sám neustále obnovuje náš život a stále trpezlivo čaká, kedy si ho všimneme. Naš dych nás povzbudzuje k otvorenosti voči tomu, ktorý nás miluje a ktorý chce, aby naša radosť bola úplná.

■ LUCIA HIDVÉGHYOVÁ
A REGINALD ADRIÁN
SLAVKOVSKÝ, OP

TALENTY

žiariace v tme

Čo vám napadne, keď vám poviem, že máte niečo veľmi vzácne, čo nemá nikto iný na svete? Poklad vo vašom najhlbšom vnútri, ktorý vám nikto nemôže ukradnúť, môže prinajhoršom ostať naveky ukrytý, ak sa ho neodhodláte vytriahnuť na svetlo? Možno vám tieto slová poštekli srdce a možno vám ide hlavou, že sú to zase len nejaké motivačné duchovné reči. No chcem vám dnes predstaviť nový pohľad na talenty ako na náš najväčší vnútorný potenciál podľa spoločnosti Gallup a jej štyridsaťročných výskumov ľudskej jedinečnosti.



Talenty má úplne každý

Každý človek má talenty. A má ich od narodenia až do konca svojho života. Americká spoločnosť Gallup pod vedením psychológa Donalda O. Cliftona počas 40 rokov výskumov definovala až 34 talentov, ktoré má každý človek, no v jedinečnom poradí. Toto poradie vyjadruje ich silu a intenzitu v živote konkrétneho jednotlivca. Talentom je podľa prístupu

Gallup to, ako prirodzene myslíme, cítime a konáme. Ako sme **prirodzene vnútorne nastavení**. Svojich TOP 5 talentov voláme podpisovými talentmi a sú akýmsi základným filtrom nášho pohľadu na svet. Prvých 10 – 12 talentov používame denne, a preto ich nazývame dominantnými talentmi. Nasledujú podporné talenty a na samom konci nášho poradia sú naše najmenej prirodzené talenty.

Svojich TOP 5 talentov voláme podpisovými talentmi a sú akýmsi základným filtrom nášho pohľadu na svet.

Priemerne dobrý alebo excelentný?

Naša spoločnosť a najmä školský systém fungujú na princípe – „pozrime sa, čo na tebe nefunguje správne, a poďme to opraviť. Najviac

času a úsilia venuj tomu, čo ti ide najmenej.“ A pritom to, v čom máme skutočný potenciál, nedostáva priestor na rast. Spomínaný Donald O. Clifton sa považuje za otca psychológie **silných stránok** a starého otca pozitívnej psychológie. Osobnostný rozvoj založený na silných stránkach hovorí, že ak sa snažíme uspieť v tom, čo nám prirodzene nejde, dokážeme sa do istej miery zlepšiť, no nikdy nebudeme vynikať, **môžeme byť akurát tak priemerní**. Naopak, ak sa sústreďujeme na to, v čom sme prirodzene obdarovaní, budeme cielene rozvíjať svoje talenty a môžeme za krátky čas dosiahnuť neporovnateľne väčší posun. Práve tu je náš **najväčší potenciál na rast a úspech**, čokoľvek pre nás úspech znamená.

Nová kvalita života

Talentoový prístup bol pôvodne vyvíjaný pre potreby výberu zamestnancov do firiem. No Donald O. Clifton sa akosi nevedel zmieriť s tým, že by výsledky toľkých rokov práce mali slúžiť iba pre korporáty a biznis. Túžil po tom, aby z nich mohli ťažiť všetci ľudia a nielen pre pracovný život. Vďaka nemu je dnes k dispozícii online dotazník s názvom CliftonStrengths, ktorý človeku zoradí všetkých 34 talentov do poradia špecifického práve

Exekutívne talenty	Ovplyvňujúce talenty	Vzťahové talenty	Strategické talenty
Vedia, ako veci urobiť/zvládnuť.	Vedia, ako prebrať kontrolu, vyjadriť postoj a zabezpečiť, aby bolo počuť názor tímu.	Schopnosť budovať pevné vzťahy, ktoré môžu držať tím pokoje a urobiť sumu tímu väčšiu ako súčet jednotlivých častí.	Pomáha tímom uvažovať nad tým, čo by mohlo byť. Absorbujú a analyzujú informácie, ktoré môžu viesť k lepším rozhodnutiam.
Produktívny Zodpovednosť Naprávajúci Organizátor Konzistentnosť Presvedčenie Rozvážny Sústredenosť Disciplína	Maximalizujúci Komunikácia Spoločenský Súťaživosť Aktivátor Významnosť Sebaistota Velenie	Vzťahy Harmónia Empatia Prispôsobivosť Pozitivita Rozvíjajúci Jedinečnosť Začlenenie Prepojenosť	Učiaci sa Strategický Zberateľ Nápady Analytický Vizionársky Intelekt Súvislosti

preňho. Nie sú to talenty na šport, hudbu či kreslenie. Sú to talenty ako empatia, pozitivita, vzťahy, spoločenský talent, komunikácia, zodpovednosť, harmónia, učiaci sa talent... Tridsaťštyri talentov, ktoré sú rozdelené do štyroch skupín – talentových domén: exekutíva, vzťahy, vplyv a myslenie. Spoznanie, prijatie a zacielenie týchto talentov môže priniesť úplne novú kvalitu do nášho života – vo vzťahoch, v zamestnaní, v službe, v každej úlohe, role či funkcii.

1: 33 000 000

Viete, aká je pravdepodobnosť, že stretnete človeka, ktorý má vo svojej TOP 5 tie isté talenty v rovnakom poradí ako vy? Tí matematicky zdatní to ľahko vypočítajú, pre ostatných je to 1:33 000 000. Ak by sme brali do úvahy poradie všetkých 34 talentov, tak na zápis toho čísla tu nemáme dosť miesta. Nie je to úžasné? Takí jedineční sme! Taký jedinečný poklad nosíme v sebe. Naše vzájomné odlišnosti často vyvolávajú medzi nami trenie, no v skutočnosti sú pre nás príležitosťou, výhodou. Ak máme menej spoločného, spolu máme toho viac. No spoločný základ rozhodne pomáha. Toto je téma párových a tímových talentových workshopov, počas ktorých sa lu-

dom otvárajú nové dimenzie spolupráce, pochopenia a prijatia vzájomných odlišností, dôvery a úctivej komunikácie.

Vrátim sa k myšlienke, ktorú som spomenula v úvode. Naše talenty sú poklad, ktorý nám nikto nemôže ukradnúť. To, ako prirodzene premýšľame, cítime alebo konáme, je hlboko v nás. Pokiaľ nedôjde k vážnemu poškodeniu mozgu či silnej traume, toto vnútorné nastavenie ostáva v nás. Rozhodujúce je to, ako so svojimi talentmi naložíme. Sú darom pre nás i pre ľudí okolo nás. Majú prinášať úžitok, pomoc, motiváciu, radosť zo života bez ohľadu na to, v akých okolnostiach sa ocitneme.

Ked' zakvitne rumovisko

Ešte ako dieťa som sa dostala ku knižke *Ked' zakvitne rumovisko*. Príbeh Nancy Hamiltonovej, dievčatka, ktoré sa narodilo s vážnou diagnózou, pre ktorú Nancy postupne prišla o obe nohy. Celý čas je pri nej jej mama, ktorá prežíva veľkú bolesť, sklamanie, ťažobu, hnev na Boha i na ľudí. No Nancy sa nestázuje. Na-

Spoznanie, prijatie a zacielenie týchto talentov môže priniesť úplne novú kvalitu do nášho života – vo vzťahoch, v zamestnaní, v službe, v každej úlohe, role či funkcii.



opak. Je v nej toľko života, radosti, optimizmu, že týmto svetlom presvecuje životy všetkých, s ktorými sa stretne. Uvedomuje si svoj stav, no napriek tomu ostáva snívať a veriť v krásu, v dobro, v Boha. Veriť, že svetlo vždy vyženie tmu. Jej žiarivá prítomnosť má obrovský vplyv na ľudí, je darom nezávislým od jej zdravotného stavu či iných životných okolností.

Je fascinujúce čítať príbehy ľudí, ktorí aj v utrpení, v biede, v chorobe, po úraze či po strate blízkych ľudí našli silu žiť svoje poslanie, využívať svoje talenty, dokonca ešte v plnšej miere ako predtým. Zdá sa, že vďaka tomu, že ich možnosti sa zúžili, dokázali sa viac sústrediť na to, k čomu boli skutočne povolani. Vonkajšie obmedzenie akým si zvláštnym spôsobom vytiahlo z nich to najlepšie, tlak okolností z nich vylišoval jedinečný olej. V tme zažiarilo ich vnútorné svetlo. Ich poklad.

Prajem nám všetkým, aby sme sa dokázali dotknúť svojich talentov, tešiť sa z nich a vytiahli ich von. Nech nám slúžia pri ohlasovaní evanjeliovej zvesti, pri budovaní vzťahov, pri zvládaní akejkolvek životnej výzvy. Nech vďaka nim prinášame svetlo tam, kde je tma.

■ EVA HREŠKOVÁ,
GALLUP-CERTIFIED STRENGTHS COACH,
USE YOUR TALENTS

Je fascinujúce čítať príbehy ľudí, ktorí aj v utrpení, v biede, v chorobe, po úraze či po strate blízkych ľudí našli silu žiť svoje poslanie, využívať svoje talenty, dokonca ešte v plnšej miere ako predtým.

Choroba v kláštore ako výzva očami psychológa

Pri vstupe do kláštora sa zvykne posudzovať aj zdravotný stav kandidáta. Ako laik som bola neraz prekvapená odmietnutím človeka s chronickým ochorením. V tomto zmysle sa kritériá vstupu do manželstva môžu niekedy javiť ako zhovievavejšie.

Samozrejme, dôvody precízneho výberu sú zrejmé. Rehoľný život je náročný – ľuďom doslova nemožný, a pritom neustále bytostne ľudský a zraniteľný.

Ako psychologička sa stretávam predovšetkým s bolesťou ľudskej duše, ktorá má v laickom alebo zasvätenom živote skutočne osobitný charakter. Je neviditeľná, často empiricky nedokázateľná, nepochopená a neraz dezinterpretovaná či neprijatá. Duševné ochorenie je krížom, s ktorým sa nepočíta. V prípade rehoľníka vstupuje do života celého spoločenstva. Ak k nemu zaujme správny postoj, môže sa stať jedinečnou cestou pripodobňovania sa trpiacemu Kristovi – aj pre tých, ktorí ho na krížovej ceste sprevádzajú.

Spomínam si na niekoľko stretnutí so zasvätenými pri výkone svojho povolania.

„Je to veľká potupa, že som musela ísť za vami, to si ani neviete predstaviť.“

„Prišla som, lebo mi to prikázali. Sama by som sa nikdy neodhodlala.“

„V kláštore to vie len predstavená, inak nikto. Keď počujem, ako sa rozprávajú o duševných chorobách a psychológoch, viem, že by to nikdy nepochopili. Neuznávajú to.“

„Spolubratia vôbec nechápu, že nevládzem vstať z postele na modlitby, keď sa dokážem prísť najesť.“

Prípadne sú to pohľady a otázky z druhej strany – od spolusestier či spolubratov, alebo predstavených.

„Nemyslíte, že trochu preháňa? Možno len upútať pozornosť.“

„My tu nie sme žiadne terapeutické centrum.“

Rehoľná komunita skutočne nie je sanatóriom ani liečebňou. Je to rodina. Cieľom každého člena by





**Ako psychologička
sa stretávam
predovšetkým
s bolesťou ľudskej
duše, ktorá má
v laickom alebo
zasvätenom
živote skutočne
osobitný charakter.
Je neviditeľná,
často empiricky
nedokázateľná,
nepochopená a neraz
dezinterpretovaná či
neprijatá.**

malo byť porozumieť bolesti brata alebo sestry, ktorým do života vstúpilo duševné ochorenie, a následne byť im na blízku – nie ako psychológ či psychiater, ale ako dobrý brat alebo sestra, otec alebo matka. Porozumenie dynamike bolesti duše pomáha predchádzať ďalšiemu zraňovaniu a súčasne podporuje náročný proces liečby.

Čím trpia zasvätení?

Duševné utrpenie má mnoho podôb. Pomerne často nadobúda tvár úzkosti alebo depresie. Ak človek aktívne a neúnavne slúži druhým, môže sa ľahko dostať do stavu vyhorenia, ktorý v priebehu rehoľného života môže prepuknúť i do závažnejšieho celoživotného psychotického ochorenia (napr. schizofrénie) či bipolárnej poruchy („mániodepresie“). V komunitnom živote sa môžu výraznejšie prejaviť aj dovtedy latentné symptómy niektorých porúch osobnosti. A napokon, aj po mnohých rokoch často vyplávajú na povrch nespracované zranenia (v psychologickom slovníku „traumy“). Osobitným problémom sú nevysvetliteľné telesné ťažkosti či bolesti, kde po opakovaných vyšetreniach lekár napokon naznačí ich psychický pôvod.

Je to časté

Zahraničné štatistické údaje hovoria o tom, že v priebehu života trpí symptómami psychického ochorenia cca 54 % populácie. Výskumy v pociidovom období ukazujú najmä na výrazný nárast výskytu úzkosti a depresie (cca 30 – 40 % populácie). Rozsiahly americký výskum poukazuje dokonca na výrazne zvýšený výskyt depresie u kňazov v porovnaní s laickými veriacimi. Dovolím si tvrdiť, že výskyt duševných ochorení v populácii veriacich či špecificky zasvätených sa výraznejšie nelíši od bežnej populácie. Práve preto by sme pred ním nemali zatvárať oči. Títo bratia a sestry žijú medzi nami. Možno dokonca sedia počas modlitby v rovnakej lavici. Rovnako ako nikto nemôže s presvedčením tvrdiť, že nikdy v živote nedostane rakovinu, nemôže sebavedome predpokladať ani to, že nikdy nebude trpieť duševným ochorením.

Viera nie je zaručenou ochranou

Veriaci ľudia nie sú imúnni voči akémukoľvek ochoreniu. Viera, modlitba či duchovný život nie sú tabletkou ani zázračnou vakcínou. Ak by sme ich zredukovali na prostriedok na dosiahnutie duševnej rovnováhy, bolo by to príliš málo. Vzťah s Bohom je omnoho viac ako liečivo. Ponúka posilu pri nesení akéhokoľvek kríža a súčasne novú perspektívu pohľadu na akékoľvek ochorenie. Podobnosť s trpiacim Kristom, ktorý na kríži okrem telesnej bolesti zakúsil i hlbokú duševnú tieseň, úzkosť a osamelosť, nám otvára nový pohľad na bratov a sestry, ktorí trpia akoukoľvek psychickou chorobou.

Je to reálne

Bolesť duše nevidno. Nemožno ju odmerať, neukáže sa v krvných výsledkoch ani na röntgene či CT. Napriek tomu je bytostne reálnou. Práve neviditeľnosť a nemerateľnosť je neraz kameňom úrazu. „Nevymýšľa si?

Porozumenie dynamike bolesti duše pomáha predchádzať ďalšiemu zraňovaniu a súčasne podporuje náročný proces liečby.

Nepreháňa? Čo ak je to len...?“ Ak ťažkosti nepovažujeme za skutočné, dôsledkom môžu byť neadekvátne a zraňujúce rady: „skús sa prekonať“, „nevráť sa v tom toľko“ alebo „v minulosti ľudia zvládli oveľa ťažšie veci“. Mnohé duševné ochorenia spôsobujú väčšiu bolesť ako rakovina v poslednom štádiu. Prvým dôležitým krokom je uveriť v realnosť bolesti, ktorú nevidíme, prípadne (ak sa choroba týka nás samých) priznať, že ide o skutočné symptómy ochorenia, ktoré je nutné kompetentne riešiť.

Nespiritualizujme

Aj keď viera pomáha v pochopení zmyslu zdanlivo nezmyselného utrpenia, nemala by sa stať lacným prostriedkom na jeho interpretáciu. Namiesto hľadania zdôvodnení, prečo Boh skúša brata alebo sestru križom duševného ochorenia, či snáh dosiahnuť excesívnym modlitbovým úsilím zázračné uzdravenie, skúsme byť jednoducho nablízku. Aj vtedy, keď nerozumieme. Som presvedčená, že Boh netúži po utrpení, on plače s nami.



Duševné ochorenie v kláštore súčasne vedie k reflexii vlastných klamných presvedčení či očakávaní, napr. „ak som sa zasvätil Bohu, mal by som mať radosť zo zasväteného (príp. duchovného) života“. Ak srdce krváca, je ľudsky nemožné „radovať sa v Pánovi“. Napriek tomu aj temná noc môže prehĺbiť duchovný život komunity, ak s láskou prijímajú trpiaceho Krista v bratovi alebo v sestre a modlia sa za nich, keď sami nevládzu.

Duša môže prehovoriť cez telo

Duševná bolesť niekedy nenachádza v kláštore bezpečný priestor na vyjadrenie. „Nesmiem sa hnevať, nemal(a) by som sa sťažovať, strach musím prekonať a ideálne by som sa mal(a) stále usmievať.“ Ak emócie či traumy potlačíme, telo začne volať o pomoc. K najčastejším spôsobom telesného prejavovania bolesti patria srdcovo-cievne a zažívacie ťažkosti, ale aj intolerancie, migrény a ďalšie chronické ochorenia, v prípade ktorých lekár nedokáže zistiť organickú príčinu. Možnosť pravdivo prejať vlastné pre-

Krčah

Z prachu zeme,
brat so stromom
či sestrou sýkorkou,
syn nebies,
ako jedna z dávných hviezd som.

To zemské i nebeské
píše vo mne Božím atramentom
drámu života.
Kým srdce búši,
jak batôžtek ju musím niesť.

Prach mení sa na blato,
machuľa riadky przdí...
Z nôh zobúvam si sandále
pred Tebou,
čo nebál si sa škrvny.

Na dreve,
v plienkach či nahý,
veľký či malý,
prijal si všetko,
v čom krehký som, slabý.

Z prachu zeme,
Tvojím krčahom som.
Sedemdesiatsedemkrát
už rozbitým,
a predsa
nazval si ma priateľom.

žívanie bez strachu z odsúdenia či nepochopenia je prvým krokom v prevencii a liečbe psychosomatických ochorení.

Vyžaduje liečbu

Väčšina duševných ťažkostí vyžaduje pomocnú ruku odborníka, vyhľadať odbornú pomoc v prípade podozrenia na začínajúce sa duševné ochorenia nikdy nie je zbytočné. Ak brat alebo sestra prestáva zvládať bežný život, prácu, modlitbu či vzťahy, mení sa pred očami alebo sa dlhobojšie uzatvára do seba, netreba čakať. V prípade ľahších ťažkostí môže byť postačujúca terapia u psychológa, pri stredne ťažkých a ťažkých stavoch je vhodné vyhľadať i psychiatra, ktorý môže predpísať medikamentóznú liečbu. Rovnako ako sa pri chorobe nebudeme spoliehať na vlastné schopnosti či Google, aj terapiu duševného ochorenia by sme mali prenechať odborníkom. Ak to brat alebo sestra nezvládne sám, môžeme s jeho súhlasom dohodnúť stretnutie zaňho, prípadne ho do ambulancie či poradne sprevádzať.

Ísť k psychológovi / psychiatrovi je normálne

„Premýšľam, že spravím coming out,“ priznáva sa klientka. „Ako to myslíte?“ pýtam sa trochu prekvapene. „Asi to povieť ostatným sestrám... že k vám chodím. Myslím, že by som možno niekoho povzbudila, že je to normálne.“

Skúsme normalizovať návštevu odborníka na duševné zdravie a otvorene o tejto možnosti rozprávať vo svojej komunite. Ak z terapie či medikamentóznej liečby spravíme prirodzený, či dokonca vítaný prostriedok pomoci, je pravdepodobné, že váhajúci nájdu odvahu riešiť neraz i roky staré zaschnuté rany. Niekedy človek s duševným ochorením nedo-

káže prehovoriť sám, na druhej strane by bol rád, ak by ostatní pochopili, čo aktuálne prežíva. Dobrým spôsobom môže byť využitie prostredníka (nemusi ísť nutne o predstaveného), ktorý s vedomím brata či sestry informuje ďalších členov komunity a s láskou zodpovie prípadné otázky. Prijatie a porozumenie vytvára skutočne bezpečný priestor na úspešnú liečbu.

Sila spoločenstva

Početné štúdie dokazujú, že sociálna opora (prítomnosť blízkych podporných medziľudských vzťahov) významne zlepšuje kvalitu života i telesné funkcie (napr. krvný obraz). V zasvätenom živote sa práve spoločenstvo ako také môže stať významným pomocníkom v liečbe akéhokoľvek ochorenia.

Byť viac Veronikou ako Šimonom

Zasvätení niekedy môžu vnímať pomoc zo strany komunity ako neprirodzenú či dokonca vynútenú. Tá či oná sestra je poverená odvozom k lekárovi, ďalšia zastupuje v službe, brat zodpovedný za starostlivosť o chorých v presne určených intervaloch prináša chorému spolubratovi jedlo. V spoločných modlitbách zaznieva prosba za uzdravenie. Aj Šimonova služba môže byť vykonávaná s láskou. Avšak neraz omnoho cennejším, hoci jednoduchým gestom blízkosti je podanie šatky. Ak brat alebo sestra trpí, skúsme sa raz za čas predrať davom a natiahnuť ruku. Odmenou môže byť obraz trpiaceho Krista, vtlačený priamo do srdca. A to nie je málo. Obdarované ostávajú obe strany – trpiaci i jeho sestra či brat.

■ JANA BIEŠČAD



Choroba v kláštore



Neviem, či by nemal písať tento článok skôr lekár, zdravotná sestra alebo niekto, kto sa dennodenne stretáva s chorými ľuďmi a má dostatočné vzdelanie aj skúsenosti s chorobami a ich liečením, skúsenosti z kontaktu s chorými a ich rôznorodým prežívaním. Ale dostal som túto ponuku a výzvu prizrieť sa či skôr zamyslieť, ako k všeľudskej skúsenosti choroby pristupujú zasvätené osoby a ako sa prežíva či môže prežívať v kláštore.

Čo sa to deje, ak choroba navštívi kláštor? Hlavná perspektíva bude naše povolanie, zasvätenie sa Bohu dušou i telom a služba druhým so všetkými darmi, ktoré máme,

či už so zdravím alebo bez neho, ako aj život v spoločenstve, kde chorých a starých máme často, ak nie vždy.

Zasväteným osobám sa choroby nevyhýbajú. Máme všetky

predpoklady žiť zdravým životným štýlom, ktorý je charakteristický pravidelným režimom spánku, stravovaním sa, máme stále priestor na pohyb a manuálnu prácu, v komunitnom programe je odporúčaný čas na potrebný relax a zaslúžený odpočinok, máme srdečné kontakty s rôznymi ľuďmi, nielen so svojou komunitou, a k tomu ešte ďalšie rehoľné čnosti ako miernosť a striedmosť, ktoré to len podporujú. Na vstup do rehole sa vyžaduje dobrý zdravotný stav, aby sme vedeli zvládať a realizovať požiadavky zasväteného života, ako aj nároky konkrétnej služby podľa našej charizmy. Napriek tomu nás z času na čas napadnú rôzne ochorenia, začínajú chrípkou, bolesťami zubov, migré-



Výpočet pestrosti chorôb, ktoré postihujú zasvätených, sa v ničom nelíši od chorôb ostatných ľudí. Táto všeludská skúsenosť slabosti a krehkosti ľudského tela i duše nám pripomína, že sme tiež len ľudia.

nou až po vážne choroby ako rakovina či ochrnutie. Výpočet pestrosti chorôb, ktoré postihujú zasvätených, sa v ničom nelíši od chorôb ostatných ľudí. Táto všeludská skúsenosť slabosti a krehkosti ľudského tela i duše nám pripomína, že sme tiež len ľudia. A tak podobne ako druhí musíme nielen navštevovať lekárne, ale aj dlho čakať v čakárni u lekára alebo pokorne ležať na nemocničnom lôžku, či podstúpiť rôzne operácie. A tak sa každá choroba stáva pu-
tom solidarity s chorým ľudstvom.

Kto prešiel školou choroby, môže lepšie, súcitnejšie pristúpiť k chorým a pomôcť im.

Ako sa zachovať, ak ma navštívi nejaká choroba? Táto teoretická otázka sa zmení na veľmi praktickú hneď, ako sa to stane, ale bude už spojená aj s úzkosťou, obavami, bolesťami či určitými obmedzeniami. Každá choroba, väčšia či menšia, je predzvesťou smrti, jej tieňom, niečím, čo začína ukracovať život a meniť ho. A otázka smrti zostáva naveky zásadnou dilemou človeka, ako sa k nej postaviť, čo môžem za ňou vidieť, ako sa na ňu pripraviť, čo s ňou spraviť, keďže je nevysvetliteľným tajomstvom zahaleným tmou neznáma. Choroba sa považuje za vážnejšiu, ak je viac spojená so smrťou a je jej výrazným predvojom.

Aj choroba je pre zasvätenú osobu príležitosťou ešte viac sa zjednotiť s ukrižovaným Kristom, ešte vrúcnejšie sa privnúť k Bohu a obetovať mu samých seba i to naše trápenie. A tak sa čas choroby stáva časom intenzívnych duchovných cvičení, kde viac meditujeme, premýšľame realistickejšie o živote, o význame a konkrétne sa cvičíme v trpezlivosti, sebaovládaní, vlídnosti a odovzdanosti. Nie sú to ľahké duchovné cvičenia, ale vedú nás k podstate, ak sa dáme viesť. Potrebný odpočinok či zníženie pracovného tempa a výkonu nás

môžu viesť k frustrácii, že už nie sme dosť dobrí, keď sme svoju hodnotu odvodzovali od práce a úspechov. Privádza nás to k prehodnoteniu svojho života, životného štýlu, nanovo sa musíme učiť niečo zanechať, niečo nerobiť, niečo nejesť a naozaj začať viac odpočívať, spomaliť, načúvať svojmu telu i psychike, menej robiť a viac byť. Choroba nám pripomína nutnosť askézy v ľudskom živote. Je nevynutný sebazápor.

Ale choroba sa dá prežívať aj v zatrpknutosti, mrzutosti, s výčitkami Bohu alebo lekárom, alebo predstaveným, či samému sebe. Počas choroby z nás vychádza na povrch to, čo sa skrývalo hlboko v nás, čo sme len prikryli maskou nábožnosti, správania sa pekne len navonok, čiže farizejstvi. Človek namiesto toho, aby zmäkol a stal sa ľudskejší, môže prijať ešte viac štýl tvrdosti a prísnosti, odmietania. Namiesto zmierenia sa so slabosťou nastúpi do ešte ostrejšej vojny s chorobou a s druhými. Aj choroba je teda križovatkou rozhodovania sa, kým chcem byť a ako sa chcem správať k druhým, keď ja sám mám ťažkosti. Stále sa v chorobe môžeme pýtať na svoju sebeckosť, sústredenosť sa iba na seba a či sa nepovažujem za príliš dôležitého.

Bohužiaľ, sú aj situácie, keď je niekto chorý, ale očakáva väčšie potešenie, ústretovosť, úľavy, ako mu v danej situácii prináleží. Nevie niest okolnosti s trpezlivosťou, tichosťou a húževnatosťou, ako by sme my očakávali a predpokladali. Pripomína skôr dieťa, ktoré plače nad ranou, ktorá už nebolí, nie je už problémom, ale ono i tak ďalej plače, lebo hľadá potešenie, blízkosť, súcit, kontakt, nie zahnanie bolesti, ktorej už niet. Hľadá výhody, ktoré chorému zvyčajne doprajeme a ponúkame. Choroba totiž ponúka aj určité plusy a aj preto



A tak sa čas choroby stáva časom intenzívnych duchovných cvičení, kde viac meditujeme, premýšľame realistickejšie o živote, o význame a konkrétne sa cvičíme v trpezlivosti, sebaovládání, vľúdnosti a odovzdanosti.

sa nie všetci chcú tak rýchlo vyliečiť.

Ako sa má zachovať komunita/predstavený, ak kláštor navštívi choroba hoci len jedného jej člena?

Máme veľa odporúčaní i príkladov našich zakladateľov i svätcov. Nech už naši zakladatelia boli akokoľvek nároční, disciplinovaní, prísni, stále odporúčali a sami sa na prvom mieste venovali chorým. Dbali na to, či majú všetko, čo potrebujú, aby ich podporili, potešili a v chorobe im poslúžili. Choroba je veľkou príležitosťou zmeniť svoj život i svoj denný program. Pre chorého sa to stane skoro automaticky, ale pre

druhých je to výzva, príležitosť, šanca.

Na chorobu sa však ináč pozerá ten, kto je chorý a trpí, a ináč tí druhí, ktorí sú len vedľa neho. Asi nie sú len dve kategórie ľudí: ktorí súcítia a ktorí si hovoria, že to predsa nie je a nemôže byť až také zlé. Kameň úrazu je, ak nám niekto neverí, že sme chorí, že nás niečo veľmi obmedzuje a brzdí, že nám to prekáža a podobne. Nielen staroba je charakterizovaná rôznymi zdravotnými ťažkosťami; ťažkosti sa výrazne ozývajú už aj v strednom veku a výnimkami nie sú ani u ešte mladších ročníkov zasvätených. Otázka zdravia je totiž veľmi individu-

Lazár

Vďaka Ti, Pane, za mŕtveho Lazára v hrobe. Už nebol hluchý ani slepý, chromý alebo nemý. Bol mŕtvy. Nemohol už počuť Tvoj hlas.

Kameň privalený k hrobu oddeľoval jeho mŕtve telo od Tvojho dotyku. A predsa Tvoje slovo života: „Lazár, poď von“ ho našlo aj tam, kde bola iba tma.

To, čo som pochoval,
to, čo už zomrelo,
čo nedá sa už uzdraviť,
Ty, Pane, vzkries.
Smrť je horšia ako hluchota
či slepota,
no Tvoje slovo ju premohlo.

Kto ma oplakáva ako sestry
Lazára?
Kto verí, že Tebe je všetko možné?
Kto je mojím a Tvojím priateľom?

Verím, že Tvoja Matka je tá,
čo oplakáva to mŕtve vo mne,
mňa mŕtveho.
Verím, lebo Ty sám si mi ju
pod krížom dal za Matku.
Počuj jej plač.

Počuj vieru tej,
od ktorej väčšej niet,
nebolo a ani nebude.
Ona je Matkou Cirkvi. A ja?
Ratolestou som na kmeni Cirkvi.
Očisť ma, koľko treba a dokedy
chceš. Len nech Tvoja miazga
prúdi vo mne. A keď je zima
a všetko odpočíva,
a suché je už odstrihnuté,
Ty ukáž svoju moc v jari.
A v čom sa mýlim, oprav ma.
Amen.

álna. Jednou z diagnostických otázok je rodinné pozadie a to má každý originálne. Niekedy nevieme pochopiť (my zdraví, my, ktorých sa práve vtedy choroba netýka), ako chorobu prežíva daná osoba. Ale aj snaha porozumieť sa cení.

S chorobami je spojená liečba, rekonvalescencia. Pri tých evidentnejších, bolestnejších nie je problém, keď je niekto hospitalizovaný, podstúpil ťažkú operáciu (nie jednodňový bežný zákrok), ale či musí ísť aj na kúpeľnú liečbu, to už je otázka aj pre predstavených, aj pre spolubratov a spolusesstry. Ako máme brať kúpeľnú liečbu: ako dovolenku alebo len ako liečenie a či to takto môže ísť rok čo rok? Mnohí sa zamýšľajú, načo je niekomu kúpeľná liečba, ak cez rok nedbá doma dostatočne o svoje zdravie (pije a je preňho nevhodné veci, na čo ho upozorňujú aj lekári, a namiesto pohybu len sedí doma), veď tri týždne v roku nevyriešia zdravotný problém, ktorý sa zanedbáva zvyšných 11 mesiacov. Nevie, či všade majú k tomu rovnaký postoj. Keďže je však každý človek originál, tak asi aj tu musia byť originálne a jedinečné riešenia. Každý k svojmu zdraviu pristupuje tak, ako vie a ako je schopný. Podobne aj predstavení. Všetci máme rôzne postoje týkajúce sa vlastného zdravia. Niektorí niežeby zanedbávali svoje zdravie, ale obetujú ho Pánovi, ponúkajú sa mu takí, akí akurát sú. Rozpoznať však hranicu, kedy je to už priveľa, nie je ľahké. Aj obeť má byť bohumilá a nie podľa našej svojvôle, zvyku, strachu, neochoty postaviť sa k čomu-si ináč.

Osobitnou kapitolou sú psychické choroby, ani tie sa

rehoľníkom (a celkovo veriacim ľuďom) nevyhýbajú. Po Slovensku koluje v súvislosti s psychickým zdravím ešte veľa predsudkov a nepochopenia. Spájajú sa s hanbou, výčitkami a vinou, osobnou zodpovednosťou. Často sa tieto ťažkosti nechápu, neprijímajú, dokonca ani nevyšetrujú, iba zakrývajú a trpia. Treba vedieť rozlíšiť bežnú vnútornú nepohodu, ťažšie obdobie a chorobné stavy, ktoré nám bránia žiť bežný život v práci a komunite. Niekedy také choré osoby dostanú len nálepku, že nie sú normálne alebo že ony sú ťažký charakter. Psychiater by to však pomenoval presnejšie ako bipolárna porucha osobnosti či hraničná porucha. Aj silné fóbie a strachy vedia zablokovat osobu na jej ceste zasvätenia sa a služby. Vyhľadať odbornú pomoc a dať si takto pomôcť by sa malo stávať samozrejmosťou. Neotváram už kapitolu závislostí, ktoré tiež patria do kategórie rôznych chorôb, či už klasifikovaných, aj ako tých ešte nedefinovaných.

A tak nielenže nás navštevujú rôzne choroby v kláštore, ale môžeme mať aj chorý prístup k samotnému chorému človekovi či danej chorobe. (Chorý, čiže nesprávny a nedostatočný.) Asi každý si pamätá pekné vyjadrenie pápeža Františka, ktorý Cirkev prirovnal k poľnej nemocnici. Myslím si, že by sa to pokojne dalo aplikovať aj na kláštory ako nemocnice, kde je veľa chorých, ale aj dosť milosrdných samaritánov a milých zdravotných sestier v habitoch.

■ METOD MARCEL
LUKAČIK, CSsR

Úloha predstaveného v komunite

podľa Reguly sv. Augustína II.

Evanjeliová poslušnosť

Ak má evanjeliová autorita také požiadavky na predstavených, aké sme videli v predošlom čísle časopisu, evanjeliová poslušnosť si vyžaduje rovnakú námahu od všetkých zasvätených. Je dobré chápať, že podľa Augustína sú poslušnosť aj autorita extrémne dôležité na zaistenie takej jednoty a harmónie v komunite, aby sa podporovalo hľadanie Boha a aby bolo úsilie o spoločné dobro postavené nad výhody jednotlivca. Navyše, Augustín túži po tom, aby život podľa Reguly nebol výsledkom podlízavého strachu, ale praktického cvičenia sa v láske voči zasväteným bratom a bolo poháňané milosťou.

Keďže láska je hlavným prvkom v komunite, musí byť aj prevládajúcou vlastnosťou vo vzťahu medzi autoritou a poslušnosťou, čo má isté praktické dôsledky.

Podobne ako sme sa o úlohe predstaveného rozprávali v štyroch bodoch, aj tu môžeme vyzdvihnúť štyri špeciálne vlastnosti, ktoré Augustín spája s poslušnosťou:

1. poslúchať predstaveného ako otca;
2. vidieť v predstavenom Boha;
3. byť si vedomý vzájomnej zodpovednosti;
4. prijímať napomenutia.



1. Poslúchať predstaveného ako otca/matku

V prvých dňoch svojho obrátenia veľmi zaujali Augustína svätí a výnimoční predstavení, s ktorými sa stretol v rímskych komunitách pri svojej návšteve. A to až tak, že o nich napísal:

„Títo otcovia nie sú svätí len tým, ako žijú, sú tiež výnimoční pre ich sväté učenie, vynikajú vo všetkom. Bez pýchy sa starajú o tých, ktorých volajú svojimi synmi, a aj keď v rozdávaní príkazov majú veľkú autoritu, obrovská je tiež ochotná poslušnosť tých, čo sú im zverení“ (De moribus I, 31, 67).

Tento model predstaveného sa nesie ďalej, no len sčasti, a to v Regule, kde napísal: „Predstaveného treba poslúchať ako otca“ (Regula 7, 1). Naschvál konštatujem, že len

„sčasti“. Podľa mnohých odborníkov na Regulu totiž Augustín pre svojich nasledovníkov neprijal v jeho časoch tzv. pasívnejší druh poslušnosti, ktorý našiel v kláštoroch, čo navštívil. Vlastne nikde v Regule Augustín o zasvätených (mužoch či ženách) nerozpráva ako o svojich synoch, dcérach či deťoch. Vždy, keď o nich hovorí, sú to bratia alebo sestry. Dokonca sa zdá, že Augustín naschvál vynecháva ten typ vzťahu, ktorý existuje medzi rodičmi a deťmi, keď všetkých vyzýva, aby sa vyhýbali podlízavému strachu a aby poslúchali radšej ako tí, čo žijú slobodne pod milosťou. Vzťah rodič – dieťa by bol opakom celej podstaty Reguly, ktorá dáva veľkú zodpovednosť všetkým zasväteným, aby konali ako dospelí. Azda to bude jasnejšie v nasledujúcich častiach.

Augustín hovorí, že predstaveného treba poslúchať ako otca či matku. Jedným dychom dodáva, že to tak má byť „s úctou k nemu, aby sme neurazili Boha v jeho osobe“.

2. Vidieť v predstavenom Boha

Keď Augustín hovorí, že predstaveného treba poslúchať ako otca či matku, jedným dychom dodáva, že to tak má byť „s úctou k nemu, aby sme neurazili Boha v jeho osobe“ (Regula 7, 1). Zdalo by sa, že Augustín týmito slovami chcel len zdôrazniť cieľ, ktorý už spomenul na začiatku Reguly, a to ten, že si jeden v druhom majú uctievať Boha, ktorého chrámom sa stali. Úcta k Bohu, prítomnému v druhom bratovi, sa mala prejavovať „tiež a najmä“ vo vzťahu k predstavenému. Prečo tak zdôrazňuje niečo také zjavné? Mohlo to byť preto, že Augustín so svojim praktickým vnímaním predpokladal, že by mohlo byť pre zasvätených ľahké zabudnúť na tento fakt v prípade predstaveného? Napokon predstavení často musia s ostatnými riešiť konkrétne, nepríjemné a niekedy bolestivé situácie. To môže ľahko viesť k ich kritike či dokonca k ich nerešpektovaniu, ak by sme Božiu prítomnosť nezdôraznili. Predstavení majú byť tiež predmetom našej lásky, starostlivosti a záujmu. Čo je zaujímavejšie, Augustín nás nabáda, aby sme im prejavovali milosrdný súcit pre naše vlastné dobro, ale aj pre ich dobro.

„Majte teda súcit nielen so sebou, ale aj s ním. On sa nachádza vo väčšom nebezpečenstve, pretože je medzi vami na vyššom mieste“ (Regula 7, 4).

Ako Augustín spomína na inom mieste, je veľmi ľahké vidieť svojho spolubrata iba z čisto ľudského hľadiska, a to bráni vidieť v ňom Boha: „No ak by miloval duchovnou láskou svojho brata, ktorého vidí iba v ľudskom svetle, videl by Boha, ktorý sám je láska“ (Regula 7, 4). Aj my by sme padli do príliš ľudského pohľadu na veci, ak by sme sa pozerali iba na ľudské kvality bez toho, aby sme videli aj autoritu predstavených komunity



učiť nás a viesť nás. Z rovnakého dôvodu Augustín povzbudzuje zasvätených, aby „sa nepozerali na zručný spôsob toho, kto k vám hovorí, ale na autoritu toho, kto vám niečo prikazuje“ (De opere monachorum 31, 39). Ľudská krehkosť predstavených nám nemá prekážať v tom, aby sme videli ich autoritu a ich právo žiadať od nás isté veci. Mohli by sme to povedať aj slovami Luisa Evelyho: „Ak

Iba pokorní dokážu niesť bremeno evanjeliovej poslušnosti či evanjeliovej autority v nasledovaní Krista, ktorý sa tiež ponížil a stal sa pre nás poslušným až na smrť.

miluješ iba niekoho, kto je dokonalý, nikoho nemiluješ. Ak poslúchaš iba tých, čo majú vždy pravdu, nikdy neposlúchaš. A ak veríš v niečo zrejmé, neveríš“ (A religion for Our Time). Iný autor, odborník na svätého Augustína, silno zdôrazňuje miesto lásky a milosrdenstva v Augustínovej koncepcii poslušnosti: Úrad (v Regule) sa vníma úplne vo svetle lásky. Poslušnosť zo strany členov komunity sa nachádza v tej istej línii. Pre Augustína predstavuje byť poslušný hlavne skutok lásky voči druhému, skutok „milosrdnej lásky“. Poslušnosť sa tak stáva vzájomným nesením si bremien a starostlivosťou o celú komunitu. V istom zmysle je to rovnako prekvapujúce ako obohacujúce, že poslušnosť by mala byť vyňatá z kontextu viery, v ktorom bola po mnohé storočia uväznená, a mala by byť uložená do kontextu lásky (Tarzicius van Bavel, Komentár k Regule sv. Augustína).

3. Vzájomná zodpovednosť

Tento prístup k poslušnosti opäť raz veľmi dobre zapadá do toho, ako Augustín trval na dôvere voči druhému, na úcte k človeku a rovnako aj na uprednostňovaní záujmu o spoločné dobro pred svojím vlastným. Je tiež v súlade so zodpovednosťou jednotlivca, ako aj predstaveného, aby sme vnímali zásady Reguly z pozície lásky. Rovnako sa to zohoduje s Augustínovým pohľadom (ovplyvneným spismi sv. Pavla) na dokonalú lásku, ktorá sa nachádza v tých, čo žijú spolu, a tak naplňujú Kristov zákon nesením si bremien. To je dôvod, prečo poslušnosť podľa Augustína nemožno vidieť ako niečo pasívne alebo ako niečo, čo prekáža v osobnom raste v ľudskom a kresťanskom ohľade.

Rovnako hádky, hundraie a deštruktívna kritika v komunite nemajú miesto. Určite oveľa menej ako

odpoveď na žiadosť predstaveného. Aj tak sa však tieto prvky nájdu u tých, ktorí sa nesnažia dosiahnuť dokonalú Kristovu lásku, ktorá spočíva v tom, že si ju ctíme jeden v druhom a že si navzájom nesieme bremená: „Keď sa tí, v ktorých Kristova láska nie je dokonalá, stretnú, budú nenávistní, budú si liezť na nervy, vytvárať nepokoj a druhých zraňovať svojím vlastným nepokojom a hľadať niečo zlé, čo o druhom môžu povedať. O všetkých, čo repcú, sa výrečne píše vo Svätom písme: „Myseľ pochabého podobá sa kolesu na voze“ (Sir 33, 5). A to koleso neprestáva vírvať. A tak je to s mnohými bratmi. Žijú spolu v komunite iba fyzicky“ (Komentár k Žalmom 132, 12). Aby sa vyhli takému nešťastnému koncu, Augustín zasvätených prirovnáva k ovciam zhromaždeným v prístave.

Nalieha, aby sa k sebe primkli bez kolízií a aby sa skutočne milovali. Na dosiahnutie tohto cieľa sú nevyhnutné „úplná nezaujatosť a zachovanie lásky, a keď sa vietor priženie cez otvorený koniec prístavu, je potrebné rozumné vedenie predstaveného“ (Komentár k Žalmom 99, 10). To, že sa tu odkazuje na úlohu predstaveného a celú jemu zverenú skupinu, je jasné. Celá téma je azda obdivuhodne zhrnutá v Augustínovej rade: „Viac sa snažte o hľadanie zhody medzi vami než o kritizovanie jeden druhého“ (Listy 210, 2). Rovnako ako chcel, aby sa predstavení modlili za svojich bratov, pričom tí sa majú modliť za nich, takisto zdôrazňoval aj to, že jednoduchá modlitba poslušného je účinnejšia ako tisíc modlitieb vyslovených neposlušným a tvrdohlavým bratom.

4. Prijatť napomenutie

Na konci svojho života musel Augustín čeliť sporom týkajúcim sa povahy milosti. Táto polemika vznikla v kláštore, ktorý nespravoval on. V tom kláštore niektorí mníši tvrdili, že predstavený by mal prikázať, čo sa má urobiť a má sa za svojich bratov modliť, aby dokázali vykonať jeho príkazy. No ak by sa im to nepodarilo, predstavený ich nemá napomenúť či pokarhať. Je to veľmi zaujímavý koncept poslušnosti. A možno nie je až taký vzdialený niektorým moderným prístupom, ktoré robia z predstaveného čosi viac než „vybavovača“ v komunite. Sv. Augustín veľmi šikovne odpovedá na tieto spory citovaním zo Skutkov apoštolov. V skutočnosti hovorí, že apoštoli prikazovali, čo bolo treba urobiť, napomínali, ak veci neboli urobené správne, a modlili sa, aby sa veci podarili. Augustín používa ich príklad lásky, tej istej lásky, ktorá je dôvodom, prečo sa rehoľníci zišli v komunite. „(Apoštol) dáva príkazy, aby sa praktizovala láska, napomína, pretože sa láska nepraktizuje, a modlí sa, aby láska prekvitala. V príkazoch predstaveného sa teda učte, čo by ste mali, v jeho napomínaniach sa učte, že je to vaša chyba, ak vám niečo chýba, a vďaka jeho modlitbám sa naučte, čo je zdrojom, odkiaľ to získate“ (O napomínaní a milosti 3, 5).

Majúc tento príklad na mysli, vráťme sa k tomu, čo sme spomínali v súvislosti s naliehavosťou, s akou Augustín hovorí o povinnosti predstaveného napomínať tých, čo sú neposlušní, tých, ktorí nejakým spôsobom narušajú harmóniu a jednotu rehoľného domu tým, že ignorujú alebo konajú proti zásadám Reguly a príkazom predstaveného. Bolo by však dobré dodať, že Augustín nežiada akési podriadenie myslenia predstavenému. Nie je potrebné s predstaveným súhlasiť. Je to skôr naša



**„Viac sa snažte
o hľadanie zhody
medzi vami než
o kritizovanie jeden
druhého.“**

Sv. Augustín

vôľa, ktorú Augustín chce, aby sme ponúkli Bohu skrze rehoľnú poslušnosť. Známý augustiniánsky teológ vyslovil túto myšlienku už pred šiestimi storočiami: „Nikomú sa nezakazuje mať iný názor, ak to nepredstavuje nebezpečenstvo pre vieru, pretože náš rozum nie je v zajatí človeka, ale je podriadený Kristovi“ (bl. Šimon z Cascie). Nikto však nepoprie, že poddať sa svojou vôľou je skutočne ťažkou úlohou.

Augustín mal určite pravdu, keď tvrdil, že poslušnosť je cnosťou pokorných, cnosťou tých, čo poznajú svoje slabosti, hriechnosť a to, kým naozaj sú. Iba pokorní dokážu niesť bremeno evanjeliovej poslušnosti či evanjeliovej autority v nasledovaní Krista, ktorý sa tiež ponížil a stal sa pre nás poslušným až na smrť.

**Niešť si navzájom
bremená**

Predstavení v spoločenstve majú dvojakú misiu: musia upriamiť svoju pozornosť a pozornosť všetkých členov komunity na to, čo je podstatné, na základné ciele konkrétnej komunity, širšieho spoločenstva a rehole. Ich úlohou je však tiež vytvá-

rať atmosféru vzájomnej dôvery, pokoja a radosti medzi členmi komunity.

Mali by sme možno dodať, že predstavení nemôžu vytvoriť atmosféru dôvery, pokoja a radosti sami. Potrebujú pomoc každého jedného člena komunity, inak zlyhajú. Rehoľníci musia byť pripravení niesť bremená svojho predstaveného a naopak. Nemôžu očakávať, že predstavených sa týkajú ľudské zlyhania menej než ich. Bol by to skutočne nezrelý prístup, ak by niekto chcel nasledovať a poslúchať predstaveného, len pokiaľ je bez chýb. Bolo by to niečo, ako padnúť do schizmy donatistov, proti ktorej musel Augustín tak dlho bojovať. Ako bolo vyššie citované: „Ak poslúchaš iba tých, čo majú vždy pravdu, nikdy neposlúchaš.“

Ak svoj život oddáme nasledovaniu Krista, sľubujeme, že ho budeme nasledovať v zastre-nom svetle viery, s neistotou pútnikov. To znamená nasledovať ho v dobrých časoch, no aj v tých zlých, v zdraví aj v chorobe, v časoch rastu aj v časoch pádov. Sľubom poslušnosti robíme obrovský skok do neznáma, pretože nevieme jasne čítať budúcnosť. No tento krok je tiež krokom hlbokkej viery a dôvery v toho, kto nás volá. Je to čosi ako praktická odpoveď Abraháma Bohu, keď ho volal opustiť rodinu, domov a priateľov. Vydal sa na cestu nevediac naisto, kam ide alebo kde príde, ale dôveroval v stály záujem a starostlivosť Boha. Aj ako predstavení, aj ako tí, čo poslúchajú, robíme to isté. A preto potrebujeme jeden druhého, aby sme dosiahli cieľ, ktorý sa pred nás kladie.

■ JURAJ PIGULA, OSA

Letokruhy

Len pre seba to píšem,
tak skryto,
do svojho denníčka.
V ňom môžem byť
šťastný i smutný, nahý...
Ako pesnička.

S kavičkou ešte v pyžame,
ako doma,
rozprávame sa
o peknom i neľahkom
a Ty počúvaš:

„Nemé drevo,
čo visí mi na stene
kedysi živé,
dnes už nie?
Sú aj Tvoje letokruhy mŕtve,
pohrebom nádeje?

Si len zaprášenou okrasou
odsúdenou na milosť-nemilosť
či aspoň na sviatok
utriem ju handrou?
Si mŕtvy?

Je Tvoj strom
šibenicou, výčitkou,
výkrikom „smrť!“?
Alebo kolískou vtáčika,
ktorá nežne šeptá: „budť!“?

...

Vraciam sa domov.
Otázky si nesiem v diári.
Ako s nimi kráčať,
učím sa od Mamy.
Nepovie veľa,
často mlčí.
No jej ruky naspamäť poznajú
Tvoje letokruhy.

Bartimej

Vietor sfúkol sviečku
sotva pred chvíľou zažatú.

Ostala tma,
kde svetlo byť má.

Slepý Bartimej
sa prebúdzal.
Nepospal si dlho
a už ho budia.

Odkázaný na žobranie,
sadá si k bráne,
s túžbou, že snáď dnes
niečo dobré sa stane.

Koľké jeho „dnes“
sú včerajškom?
A nie je zajtrašok
už ošúchaným fiaskom?

Okoloidúci ho poznajú.
Jedni ho ľutujú,
iní ho obchádzajú,
mnohí ho nevidia.

A on? Hoc nevie, čo je svetlo,
vie, ako chutí.
Hoc šťastie ho nestretlo,
chce ho okúsiť.

Pomaly končí sa jeho denná šichta,
keď veľký zástup sa okolo neho
prejsť chystá.
Tu pocíti svetlo,
keď Ježišov tieň
sa s jeho biedou stretol.

Nedá sa umlčať
veľkých unavenou nádejou,
lež rozbehne sa
malých podoprený vierou.

„Čo chceš?“
pýta sa voda smädu.
„Svetlo,“ odpovedá
slepý Jemu.

„Choď,“
a on ide
so Svetlom,
čo tu bolo,
je a príde.

Sprevádzanie nevyliečiteľne chorých a ich príprava na smrť z pohľadu rehoľnej sestry

Kedže mám hovoriť za seba, hoci som rehoľná sestra, stále v tých chorých a umierajúcich nevidím trpiaceho Krista, ale „len“ človeka. Človeka, ktorý už nemá zábrany pred nikým a ničím... úplne „obnaženého“ človeka z duševnej stránky. Človeka potrebujúceho druhého človeka, aby sa mohol otočiť, napiť, prikryť, posadiť... Áno, zomierajúci človek potrebuje sviatosťnú posilu, modlitbovú podporu, ale stále je ešte človekom a potrebuje človeka a jeho ruku, úsmev. Možno v nich naozaj niekto vidí ukrižovaného Krista, ale ja ho vidím len na stene každej izby. Keď sa niekedy pri zo-

mierajúcom človeku modlím, až vtedy akoby som videla nie ukrižovaného, ale prichádzajúceho Ježiša, ktorý objíma trpiacu dušu. V tom sprevádzaní a príprave nevyliečiteľne chorých na smrť nachádzam skôr svoju životnú prípravu na smrť. Často je to o tom, že viac mi dajú chorí, ako ja im. Zažívam tam inú Kristovu prítomnosť – jeho ľudskú prítomnosť. A považujem to za neopísateľný dar, keď môžem byť účasťou najtajomnejšieho a zároveň najdôležitejšieho okamihu v ľudskom živote: keď duša spočinie v Ježišovom objatí.

■ SAMUELA, SMVS





Môj pohľad na našich pacientov je rovnaký. Skúma a pozoruje, čo pacient potrebuje, čo očakáva a čo hľadá. Rozdielny však je ich pohľad na nás – rehoľné sestry. Práve tam sa niekedy začína tá ich bezprostredná príprava na smrť. Tu sa stretávajú s nami, aby sa pripravili na to najdôležitejšie stretnutie v ich živote. Na stretnutie s tým, ktorému budú o niekoľko mesiacov, týždňov, dní či minút hľadiť z tváre do tváre. Na stretnutie s tým, ktorého my rehoľnice hľadáme alebo sme sa aspoň rozhodli hľadať vo svojich životoch viac ako čokoľvek a kohokoľvek iného.

V tom je pre mňa táto služba taká výnimočná a vzácna. Byť na blízku tým, ktorí sú tak blízko jemu, či si to uvedomujú alebo nie. Z ich reakcií a postojov možno skúseným a citlivým pohľadom veľmi rýchlo zistiť, ako sú na tom práve v tejto oblasti svojej prípravy na smrť. A určite tým nemyslím priamu úmeru: ak niekto odmieta rehoľné sestry a tému viery, tak nie je pripravený zomrieť. Ale ešte nie je. Pre mňa je vtedy o to väčšou výzvou dať mu v každom ohľade zakúsiť Božiu nehu a lásku. Lebo práve to je to, čo mu podľa mňa chýba, aby bol pripravený na veľké stretnutie s Láskou s veľkým L. Forma na-

šej pomoci je a môže byť rôzna. Či už ide o fyzickú oblasť rôznych symptómov zomierania a nevyliciteľnej choroby, ktoré mu bránia zakúšať hlboký pokoj a berú silu, kde je nenahradiiteľnou profesionálnou odbornosťou a prístupom ako spôsob zjavenia Božej dobroty, ktorá je aj úľavou v utrpení.

Alebo je to oblasť, ktorá si vyžaduje duchovnú a ľudskú blízkosť, kde je priestor s pacientom ostať, počúvať ho, hovoriť s ním. My to voláme sprevádzanie. Tu je každý pacient ako človek úplne jedinečný a práve tak jedinečne prežíva aj svoje vzťahy. A teda aj svoj vzťah s Bohom. Áno, aj tu je veľa miesta na prejavenie či zakúsenie Božej dobroty.

A toto určite nie je jednostranné. Tu sa často stávam obdarovanou práve ja. Lebo tu už je cítiť stopu prítomného Boha a chorí to vedia veľmi pekne a bezprostredne vyjadriť: „Ja už som v nebi.“ Ale to je ešte len predsieň, aby si zvykali.

Ten, ktorého hľadám a pomáham ho nájsť aj nevyliciteľne chorým, sa tu práve vtedy dáva pocítiť, aby sme ho ešte viac hľadali. Lebo pohľad na tých, ktorí práve uzreli jeho tvár (v smrti), dáva môjmu hľadaniu nádej a radosť z trvalého spoločenstva s ním.

■ GERTRÚDA, SMVS

Stretnutie

Na kríži sme sa stretli.

My a Ty.

Pamätáš si?

S výhľadom do duše,
s dušou na perách,
kríže tri.

Minúty pravdy,
Pravda na kríži.
Koniec sa blíži?

Bez viny a s vinou,
v bolesti
s poslednou hodinou,
príde svetlo?

Svieca zhasína
a jej lúč zažína
oheň v srdci pútnika.

Život zomiera?
Večer sa v noc premieňa?
Smrť slovo posledné má?

....

Prebúdame sa.
Večer je dňom
a Ty navždy Pánom.

Oči

V mori očí
hľadám jedny,
v ktorých nájdem seba
ako syna.

V nich jak v studničke vyčistí sa,
čo hanba je i vina.

Oči, čo vedia sa smiať
i vyroniť slzu,
oči, čo znajú smútok zahnať
i vystrieť ruku milosrdnú.

Tvoje oči hľadám.
Vystri ruku,
keď maloverný Peter
do morských hlbín padá.

■ Básne: Peter Girašek, SJ
Jezuita, ktorý pôsobí v Trnave.
Okrem pastorácie sa venuje včelám a maľbe.

Životné antibiotiká

V unavenom svete, keď rôzne formy bolesti pristihnú človeku krídla ľahkosti, vytvárajú záblesky humoru nové cestičky nádeje a uvoľnenia.

**„NÁS POTEŠÍ KAŽDÝ,
NIEKTO SVOJÍM PRÍCHODOM,
NIEKTO SVOJÍM ODCHODOM!“**

**„NEVSTUPOVAŤ S DIAGNÓZOU
Z INTERNETU.“**

**„ŽUVAČKU A OSTRÝ TÓN
NECHAJTE PRED DVERAMI!“**

Som oduševnený registrovač takýchto nápisov. Na niektorých sa dokážem zachichotať druhým stupňom Richtrovej stupnice. Nielen u lekára. Stretávam ich všelikde. Fascinujú ma aj niektoré na autách:

**„AK TOTO ČITAŠ, SI UŽ VEĽMI
BLÍZKO!“**

**„NETRÚB NA MŇA,
VEZIEM SVOKRU.“**

V sekunde sa smejem, ale súčasne sa snažím držať volant pevne, aby necítil otrasy môjho tela.

Som tá verzia vodiča, ktorý komunikuje s druhými stojac na červenej. Niekedy očným kontaktom, kývnutím hlavy, úsmevom, zdvihnutím palca, prípadne keď registrujem, že ešte niekto nevstrelbal obraz rehoľnej sestry za volantom ako bežnú vec, aj poslaním požehnania rukou. Z užasnuteho civenia na tvora, ktorý by mal sedieť v kaplnke a nie za volantom, týmto gestom pomáhám precitnúť do reality (je to ako zacmukať na niekoho, keď chrápe, aby sa prebral :)).

Stojím na červenej. Vnímam občas nevyslovené výzvy, kto vyrazí ako prvý, keď naskočí tá obľúbená farba. Dokáže to žena v rúchu, ktorá by mala byť profesionálka tak akurát v roztáčaní ruženca a nie moto-



ra? Je to taký neverbálny dialóg pohľadov a výrazov tváří.

Riešim to žensky. Kým ešte pracuje myseľ druhých, nohy sú v pohotovosti a v prvom záblesku zelenej roztáčam motor. Áno, naozaj trochu márnomyseľnosti a túžby dokázať, že to dám ako prvá, sa skrýva aj pod rúchom.

Je to taký vodičský svet, ktorý dokáže byť pestrý, a predsa aj v mnohých polohách riskantný a vyžadujúci obozretnosť.

Auto je priestor, kde sa odohráva všeličo. Po únavných dňoch na dlhšej ceste sa v ňom cítim ako v obývačke, kde si pri jazde odpočiniem. Niekedy sa mení na kaplnku, kde sa aj niekoľko hodín deje rozhovor s Bohom a kontempluje sa život okolo, prípadne sa perú a preberajú spomienky.

V istých momentoch je to aj evanjelizačný priestor. Nedávno som viezla známu s jej kamarátkou, ktorá veľmi spontánne porozprávala počas jazdy svoj príbeh. Veľmi túžila po dieťati, ktoré neprichádzalo. Trápilo to ju aj manžela. Veľa sa za to modlila a raz ako účastníčka púte napísala prosbu o dieťa. S úplne spontánnym dodatkom: môžu byť aj tri. Prešlo asi 6 mesiacov a pri pre-

hliadke lekár potvrdil, že je tehotná. S prekvapujúcim konštatovaním, že čaká trojičky. Šok a radosť sa miešali v jednom kolotoči prevrpenia. Tehotenstvo však nebolo úplne ľahké. Dievčatká sa narodili veľmi predčasne. Nemali dobre vyvinuté niektoré orgány. Primár jej položil jednu otázku: „Ste veriaci?“ Odpovedala podľa reality: „Áno!“ – „Tak sa teda modlite, lebo tu pomôže len zázrak!“

Keď ich po dlhom čase prepúšťali z pôrodnice, žena si okrem zdravých detičiek odnášala lekársku správu, kde, ako povedala, bolo okrem popisu zdravotného stavu na konci napísané: „Zázrak!“

„Dievčatá majú teraz 13 rokov,“ povedala táto mama s veľkou láskou a radosťou v hlase. „Robila som im dnes palacinky. Majú ich veľmi rady. Tak veľmi ich ľúbime!“

Keď som vysadila z auta svoju známu aj s jej kamarátkou, mala som pocit, že som bola veľmi obdarovaná. Voňalo to viac ako aktuálna nová voňka v aute.

To sú momenty, keď sa to číre a krásne derie zrazu z človeka von, spôsobí to, že sa začne aktivovať lepšia verzia samého seba, umocní sa to na x-tú zažitou vierou a čosi sa uzdravuje. Ako antibiotikum. Životné antibiotikum.

■ EVA RUŠÍNOVÁ, FMA





Pentecost Project ako priestor rásť

Jeden preposlaný anglický mail odštartoval moje „zoomové“ štúdium organizované Dikastériom pre komunikáciu. Dvanásť týždňov, dve hodiny každý utorok, okolo 60 sestier z celého sveta od Mjanmarska cez Taiwan a Keňu po Kostariku. A Slovensko.

Učiť sa za jazdy, to robím už od začiatku v službe pre Zasvätený život (z viacerých častí projektu ostali časopis a webka). Žurnalistka bez titulu zo žurnalistiky. Naučilo ma to využívať to, čo sa dá. Múdrych a skúsenejších priateľov na telefóne alebo aj takéto ponuky, do ktorých ma ponoril spomínaný mail. Keď Boh príde s ponukou rásť, netreba sa zľaknúť.

Pentecost Project (pre rehoľné sestry) je trefný názov, lebo zosúladiť pri práci v skupinkách niekoľko kontinentov s rôznym stupňom angličtiny, to dokáže len Duch Svätý. Čo tým myslím? Skupinku 4 sme tvorili – sestra z Taiwanu, Indie a Vietnamu, pani z USA (spravuje jednej ženskej reholi ich médiá) a sestra z Afriky, ktorá vlastne ani neprišla. Natočiť spoločné video, to bolo pre nás o kombinácii rešpektu, schopností a radosti zo zasvätenia.

Osobnosti, ktoré človek pozná len z článkov na Vatican News (napr. stretnutie o synodalite viedla sestra Nathalie Becquart), sú s vami zrazu na jednej Zoom obrazovke bez ohľadu na to, ako veľmi obyčajná ste. Dôjde vám, že svet nás ozaj chce vidieť na sieťach. Nie ako chytené až bezmocné, ale ako tie, ktoré tam prinášajú pokoj, spravodlivosť a dôstojnosť.

Z Dikastéria prišli medzi nás autority ako Paolo Ruffini, ktorý jasne vyjadril poslanie Cirkvi v digitálnom priestore: „Chceme používať sociálne médiá, aby sme priviedli ľudí domov.“ Domov do Cirkvi. A ako pre nás sestry doplnil sekre-

hodnotnej prítomnosti), pýtajte si požehnanie od predstavených a odvážne vykročte. Začnite v malom, ono sa to postupne nazbiera. Aj my v mediálnej komisii KVRPS, v časopise Zasvätený život a na weboch Konferencie (kvrps.sk a zasvatenyzivot.sk) sme pripravení pomôcť vám hľadať tých, ktorí stratili cestu domov.

A... ak vám tento článok niečo pripomenul a neviete si spomenúť, prelistujte si predchádzajúce číslo nášho časopisu. Sociálna sestra Zuzana Škrinárová tam totiž písala o svojej



tár Dikastéria Mons. Lucio A. Ruiz: „Sestry, ste matkami a matky nikdy neprestanú hľadať synov a dcéry, ktorí nevedia, ako majú ísť životom.“

Podme teda na siete. Za stratenými ovečkami.

Keď neviete ako, pýtajte sa, študujte (vygooglite toto: Cesta k plno-

intenzívnej trojmesačnej skúsenosti, ktorá tiež patrí do balíka Pentecost Project. Ktorá z nás bude ich ďalšou absolventkou?

FRANTIŠKA ČAČKOVÁ, OSF

Keď Boh uzdravuje a obnovuje miesta na mape

Na Slovensku sa nachádzajú iba dva kláštory a kostoly zasvätené tajomstvu stigmatizácie sv. Františka z Assisi: františkánsky kláštor v Nových Zámkoch a minoritský kláštor v Brehove. Minoriti na výnimočné patrocínium časom zabudli a vrátili sa k nemu až teraz, v jubilejnom roku stigmatizácie.

Toto obnovenie nemá byť iba formálnym úkonom. Nová kláštorňá komunita dostala po vyhodnotení provinciálnej a generálnej vizitácie v roku 2023 vážnu úlohu hľadať zmysel ďalšej prítomnosti rehole na samote, ktorá nie je typickým pôsobiskom konventuálnych františkánov.



So zaťatými zubami

V prvom období pôsobenia minoritov na Zemplíne bolo toto teritórium skutočne nebezpečné. V roku 1639 tu zavraždili novica Iglódyho. Potom sa už rehoľníci týchto miest obávali. Pravidelne sa tu dialo rabovanie spojené s krvavými jatkami. V roku 1682 predstavení vyslovili názor, že treba odísť, no bratia ostali. V polovici 18. storočia, keď bola atmosféra pokojnejšia, vznikol v Brehove nový kláštor, do ktorého sa presťahovala väčšia časť komunity z obce Rad. Patrocínium si však odtiaľ nepreniesli. Nový kláštor na úpätí kopca Veľký vrch pripomínal z diaľky krajinku z Giottoho obrazu Františkovej stigmatizácie. Dostal preto príležitosť stať sa uhor-

ským vrchom La Verna. Napriek tomu, že dom pre svoju chudobu a polohu ďaleko od ciest a centier nebol prestížnym pôsobiskom, stal sa v rozpätí dvoch storočí regionálnym pútnickým miestom a svoj čas tu prežilo aj niekoľko vynikajúcich osobností minoritskej rehole. Na počiatku 20. storočia, keď sa koleso dejín poriadne rozkrútilo a hranice štátov sa posúvali hore dolu, začala rehoľa využívať biedny kláštor v Brehove ako väzenie pre tých, čo sa vážne previnili. Po dvoch svetových vojnách, ktoré na ňom tiež nechali svoju stopu, upadal z každého uhla pohľadu. Pán Boh sa postaral, že rozkvitol v období komunizmu, keď doň štátna moc internovala sestry vincentky. Niet divu, že ľudia z okolia vnímali návrat minoritov

Provinciálny aj generálny minister videli však práve tu príležitosť na existenciu kláštora, v ktorom rehoľa odštartuje svoje duchovné a charizmatické prebudenie.





Po príchode bratov sa často ozývalo: „Takto to tu nikdy nebolo.“ A bratia odpovedali, že ich sem poslali preto, aby to bolo inak.

po nežnej revolúcii aj ako krivdu. Niektorí z nás, žiaľ, spôsobili v Brehove rôzne pohoršenia. Po poslednom pandemickom útlme sa zdalo, že z temnej reality úpadku sa už nepodari vyjsť a dejiny sa dopíšu. Provičný aj generálny minister videli však práve tu príležitosť na existenciu kláštora, v ktorom rehoľa odštartuje svoje duchovné a charizmatické prebudenie.

Pokus o nový začiatok

Už rok sa teda nová komunita usiluje hľadať cestu k duchovnému uzdraveniu miesta, o ktorom sa hovorilo, že by mu azda pomohol len exorcizmus. Po príchode bratov sa často ozývalo: „Takto to tu nikdy

nebolo.“ A bratia odpovedali, že ich sem poslali preto, aby to bolo inak. Rozhodli sa, že nebudú zamykať dvere. Ak by chcel v ich dome niekto kraďnúť, sotva by našiel to, čo ľudia považujú za bohatstvo. Pre spovednú službu sú k dispozícii každý deň od rána do večera, hoci záujem o ňu je malý. Ani na sväté omše neprichádzajú dav. Každý večer sa slávi farská svätá omša pre zhruba desiatich dedinčanov. To viedlo v minulosti rehoľníkov k frustrácii a rezignácii. Cítili sa nepotrební a odhodení, upadali do sebaľútosti alebo to brali ako výhodu a zdržiavali sa často mimo domu. Teraz si treba uvedomiť, že cieľom duchovného života na tomto mieste nie je potlesk publika, ale autentic-



ký život s Ježišom, ktorý má neoceniteľnú hodnotu sám v sebe. Hoci ráno pred kostolom nikto nestojí, bratia dlho nespia. Veľmi skoro sa schádzajú pred oltárom, recitujú liturgiu hodín a slávia konventnú svätú omšu, pri ktorej sa delia s Božím slovom. Každý deň sa usilujú naplniť prácou, ktorej je tu neúrekom, a končia ho spoločnou eucharistickou adoráciou. Program, ktorý si vytvorili, im neumožňuje vysedať na terasách u svojich farníkov ani tráviť večery s televízorom či počítačom. Život v kláštore je ozaj vyplnený modlitbou a prácou. Má vlastný rytmus nezávisle od toho, čo sa deje vonku. Paradoxne práve to sa ľuďom zvonku páči. Pociťujú, že ak sa rehoľník modlí, adoruje, či-

ta Božie slovo a žije pre svoje spoločenstvo, je pre nich osobou, ktorá im má čo dať.

Otázne bolo to, či hĺstka zasvätených mužov, zvyknutá na mestský život a pastoračné vyťaženie, dokáže udržať takýto trend dlhodobo. Po prvom roku sa zdá, že každý člen komunity chce týmto spôsobom pokračovať ďalej. Navyše, Pán Boh dal bratom milosť tešiť sa aj z nejakého ovocia. Vo farnosti Brehov sa počas posledných mesiacov zrodilo rehoľné povolanie v srdci dospelého mništranta. Kláštor poslúžil mnohým skupinám, ktoré si v ňom vykonali duchovné cvičenia a obnovy. Vystriedalo sa tu veľa individuálnych hostí, ktorí počas niekoľkodňového pobytu s rehoľníkmi hľadali pokoj

Teraz si treba uvedomiť, že cieľom duchovného života na tomto mieste nie je potlesk publika, ale autentický život s Ježišom, ktorý má neoceniteľnú hodnotu sám v sebe.



a stratenú vnútornú rovnováhu. Františkánske jubileá a proces blahorečenia brata Štefana pomohli obnoviť aj starú pútnickú tradíciu. Bratia prenikli do mediálneho a online priestoru. Kláštor vyhľadalo v známej aplikácii na internete v priebehu niekoľkých mesiacov viac ako 20 tisíc ľudí. Turisti na bicykloch či motorkách už nejazdia iba okolo. Využívajú možnosť nahliadnuť do domu so zaujímavou históriou, zažiť tu prijatie, poprosiť o občerstvenie alebo aj o duchovnú posilu.

Ukázalo sa, že pôsobenie na opustenom mieste môže byť veľmi inšpiratívne. V zápasoch s vlastným vnútrom iste bolí človeka zranená pýcha, zlomené sebavedomie... Takéto boje zvädzal aj sv. František. Na La Verne však prišiel deň, keď sa mu na tvári konečne zjavil úsmev. Ježiš mu staré bolesti neodňal, naopak, pridal mu z tých svojich. Serafínsky oheň však vykonal na Františkovi očistenie, ktoré spravilo z uplakaného a zraneného chudáka radostnú bytosť totálne zameranú na Božiu chválu.

**Ukázalo sa,
že pôsobenie
na opustenom
mieste môže byť
veľmi inšpiratívne.
V zápasoch s vlastným
vnútrom iste bolí
človeka zranená
pýcha, zlomené
sebavedomie...
Takéto boje zvädzal
aj sv. František.**

Až tento František bol schopný napísať Pieseň brata Slnka, v ktorej k chvále Boha pozýva celý vesmír. Preto je cieľom komunity prežívanie vlastného obrátenia a uzdravenia, ktoré privedie človeka k takejto vnútornej premene. Zároveň tým chcú bratia i navonok premeniť miesto, na ktorom žijú. V spolupráci s architektom pracujú na pretvorení brehovského záhradného areálu podľa motívu Piesne stvorenstva tak, aby žiaril harmóniou príznačnou pre miesta dotknuté Božou milosťou.

Čo chceme od vás?

Už dlho sa v reholi minoritov skloňoval pojem „Projekt Brehov“. Vznikali rôzne návrhy na pastoračné a sociálne programy, pri ktorých by sa kláštor nejako udržal a využil. Žiaden z nepodarených projektov si nekládol za prvoradý cieľ viesť na tomto mieste zdravý rehoľný život – taký, o akom sníval sv. František. Našlo sa niekoľko bratov, ktorí sa o to chcú pokúsiť. Ak si myslíte, že je to dobrý projekt, podporte ich svojou modlitbou.

■ JOZEF SÚKENÍK, OFMConv

Deviate Zhromaždenie Konferencie vyšších rehoľných predstavených na Slovensku

V dňoch 23. – 24. apríla 2024 sa v Dome Xaver v Badíne uskutočnilo deviate Zhromaždenie Konferencie vyšších rehoľných predstavených na Slovensku (KVRPS).

Zo 73 členov KVRPS sa zasadnutia zúčastnilo 53 členov, resp. ich delegovaných zástupcov – z toho 31 zo ženských rehoľných inštitútov a 22 z mužských.

Ústrednou témou Zhromaždenia bol komunitný život, ktorú si členovia KVRPS spoločne určili ako jednu z priorít tohto obdobia činnosti. Rehoľné komunity musia byť nielen

miestom bezpečia, ale aj miestom proroctva a živého ohlasovania evanjelia.

V prvej časti programu informoval Juraj Ďurnek, SchP, predseda KVRPS, o podujatiach, ktoré KVRPS

organizovala pre členov našich rehoľí alebo ktorých sa zástupcovia KVRPS zúčastnili; zvlášť informoval o priebehu Zhromaždenia Únie konferencií vyšších predstavených Európy (UCESM), ktoré sa uskutočnilo v dňoch 15. – 20. 4. 2024 vo Vranove u Brna. Tohtoročnou bola téma *Rehoľný život: identita a budúcnosť – tvárou v tvár dnešným výzvam*.

Zhromaždenie si následne vy počulo hospodársku správu za rok 2023 a schválilo rozpočet na rok 2024.





Prítomní sa počas pracovných blokov zaoberali prebiehajúcim synodálnym procesom a prípravou Jubilejného roka 2025; vypočuli si správy z jednotlivých komisií KVRPS, ako aj štatistické údaje za rok 2023.

Svojou prítomnosťou prišiel zasvätených povzbudiť Mons. Nicola Girasoli, apoštolský nuncius na Slovensku. Prítomným vyjadril svoju vďaku za všetko, čo ako zasvätení robia a čím sú. Kráčať synodálnym spôsobom od nás vyžaduje milosrdenstvo, lásku a dôveru v Božiu prozreteľnosť. Takisto pozval k flexibilitě, k vychádzaniu von smerom k druhým. Ako komunity sme pozvaní kráčať cestou rešpektu, oceňovania každého jednotlivca, pozvaní byť voči sebe navzájom starostliví, stávať sa spoločenstvom, kde je možné mať rôzne názory, ktoré môžeme integrovať. Jednota totiž neznamená jednoliatosť, práve naopak – čím väčšia je naša rôznorodosť, tým bohatšou môže byť naša jednota.

Po prvýkrát malo Zhromaždenie KVRPS možnosť privítať nového arcibiskupa Prešovskej eparchie a metropolitu Gréckokatolíckej cirkvi na Slovensku sui iuris vладыку Jozefa Jonáša Maxima, MSU, ktorý hovoril o výzvach služby predstaveného komunity.

V rámci formačného bloku bol hosťom Marek František Drábek, OPraem, ktorý sa zhromaždeným prihovril na tému *Komunitný život a zneužívanie moci*. Členovia zhromaždenia mali následne priestor synodálnym spôsobom diskutovať o téme v menších skupinkách.

K Zhromaždeniu sa cez zoom nakrátko pripojil aj Mons. Cyril Vasil, SJ, predseda Rady pre IZŽaSAŽ pri KBS, aby účastníkov pozdravil a povzbudil ich krátkym príhovorom na tému komunitného života.

V neformálnej časti programu mali prítomní možnosť zúčastniť sa koncertu kapely Kapucíni.

Povzbudení spoločným stretnutím sa zasvätení vrátili do svojich komunít, aby sa stali služobníkmi zmierenia, k čomu ich vyzval apoštolský nuncius.

Noví členovia KVRPS od posledného Zhromaždenia v októbri 2023

■ Od októbra 2023 bola na trojročné obdobie menovaná za predstavenú komunity sestier Terciárskych kapucínok Svätej Rodiny **sr. Milena Prete, TC**.



■ Na ďalšie štvorročné obdobie bola dňa 6. januára 2024 zvolená do služby provinciálnej predstavenej Spoločnosti sociálnych sestier **sr. Renáta Jamborová, SSS**.



■ Do služby predstavenej Sestier redemptoristiek – Rehoľa Najsvätejšieho Vykupiteľa vo Vranove nad Topľou – bola na ďalšie trojročné obdobie (31. 10. 2023 – 31. 10. 2026) menovaná **sr. Alena Hutňanová, OSsR**.



■ Za provinciálnu predstavenú Kongregácie sestier Tešiteľiek Božského Srdca Ježišovho bola na ďalšie trojročné obdobie (2023 – 2026) menovaná doterajšia provinciálna predstavená **sr. Damiána Oravcová, CSC**.

■ Na provinciálnej kapitule, ktorá sa konala v dňoch 8. – 12. apríla 2024, si bratia kapucíni na ďalšie trojročné obdobie zvolili nové vedenie. Provinciálnym ministrom sa stal **br. Miroslav Kulich, OFMCap**.

■ MIRIAM PIPÍŠKOVÁ, FDC